



मैं विनेश का दृढ़ अच्छी तरह समझता हूं। दूसरों को बातों की चिंता मत करो। जिंदगी चलती रहती है। असफलताओं से उबरना सबसे खूबसूरत चीज़ है। अच्छी तरह आराम करो।

- रई हिंगुची



### आज का खिलाड़ी ►

भारतीय पहलवान अमन सहरावत पेरिस ओलंपिक 2024 खेलों के कुश्ती स्पर्धा में कांस्य पदक जीतकर देश के सबसे युवा पदक विजेता बन गए हैं। अमन सहरावत ने शुक्रवार को पेरिस 2024 कुश्ती स्पर्धा में पुरुषों के 57 किग्रा प्रीव्हिस्टाइल में शानदार प्रदर्शन करते हुए कांस्य पदक जीता।

अमन ने 21 साल 24 दिन की उम्र में कांस्य पदक जीतकर यह रिकॉर्ड बनाया है। उन्होंने हमवतन बैडमिंटन स्टार खिलाड़ी पीवी सिंधु के रिकॉर्ड को भी तोड़ दिया। सिंधु ने यह रिकॉर्ड 2016 में 21 साल, एक महीना और 14 दिन की उम्र में जीत पदक जीता था।

विनेश फोगाट का समर्थन किया।

## पर्यावरण संरक्षण के पथ पर दौड़ रही वेनलला की साइकिल

शिमला, 10 अगस्त। 'राइड दू क्लीन इयर' का लक्ष्य लेकर पर्यावरण संरक्षण और प्रदूषण कम करने का संदेश देने वाले मसहरू साइकिलिस्ट वेनलला अवमजुआला की साइकिल देश की सड़कों पर खुब दौड़ रही है।

मिजरम राज्य के इस शास्त्र ने अपने विवाह के मात्रा में बाबू देश के प्रधान पर निकलने का नियम लिया था और गत 25 जनवरी 2024 को मिजरम से पैडल चलाना शुरू किया।

साइकिलिस्ट वेनलला कन्न्याकुमारी से जम्मू-कश्मीर होकर खिलाल की सड़कों पर पहुंचे। वह बीते छह महीने की यात्रा के दूसरे खुलासा को हिमाचल की राजधानी शिमला पहुंचे। जाइक वानियों की परियोजना ने खुलासा लगाया। इस अवसर पर परियोजना ने निर्देशिका क्रियान्वयन नंद सर्वानंद और परियोजना के सम्पर्क बेनलला ने अपने अनुभव सांझा किया। अब तक 12 हजार 829 किलोमीटर का प्रधान करने के लिए घूमाते हुए वेनलला को अनुभव संदेश देते आ रहे हैं। उन्होंने कहा कि वह पूरे देश में 22 हजार 800 किलोमीटर को यात्रा करेंगे जो उनका मुख्य लक्ष्य है। वेनलला ने कहा कि वेनलला मिजरम सरकार के प्रधानण बोर्ड के अंतर्गत देश के सभी राज्यों को राइड दू क्लीन इयर का संदेश देते आ रहे हैं।

किंतु वेनलला मिजरम सरकार के प्रधानण बोर्ड के अंतर्गत देश के सभी राज्यों को राइड दू क्लीन इयर का संदेश देते आ रहे हैं। उन्होंने कहा कि वह एक बुक और रिकॉर्ड में लगाचल की राजधानी शिमला पर उत्तराखण में अतिरिक्त देश के सभी राज्यों को राइड दू क्लीन इयर का संदेश देते आ रहे हैं।

शुक्रवार को, सेहारावत का वजन 61.5 किलोग्राम था, जो गुरुवार को शाम 6:30 बजे जापान के री हिंगुची के खिलाल सेमीफाइनल में हार के बाद था - पुरुषों के 57 किलोग्राम में स्वीकार्य सीमा से ठीक 1 मिनट की लाइग्राम अधिक।

प्रधानमंत्री ने अमन को पदक जीतने पर बधाई दी। अमन को पदक जीतने पर अमन से बात की और पेरिस ओलंपिक खेलों में घबराहट की भावाना थी, जैसा कि इस सत्रात में देखा गया था, जिसके परिणामस्वरूप विनेश फोगाट को दुर्घात्या का समान करना पड़ा।

शुक्रवार को, सेहारावत का वजन

61.5 किलोग्राम था, जो गुरुवार को शाम

6:30 बजे जापान के री हिंगुची के

खिलाल सेमीफाइनल में हार के बाद था - पुरुषों के 57 किलोग्राम में स्वीकार्य सीमा से ठीक 1 मिनट की लाइग्राम अधिक।

प्रधानमंत्री ने अमन को पदक जीतने पर बधाई दी। अमन को पदक जीतने पर अमन से बात की और पेरिस ओलंपिक खेलों में घबराहट की भावाना थी, जैसा कि इस सत्रात में देखा गया था, जिसके परिणामस्वरूप विनेश फोगाट को दुर्घात्या का समान करना पड़ा।

शुक्रवार को, सेहारावत का वजन

61.5 किलोग्राम था, जो गुरुवार को शाम

6:30 बजे जापान के री हिंगुची के

खिलाल सेमीफाइनल में हार के बाद था - पुरुषों के 57 किलोग्राम में स्वीकार्य सीमा से ठीक 1 मिनट की लाइग्राम अधिक।

प्रधानमंत्री ने अमन को पदक जीतने पर बधाई दी। अमन को पदक जीतने पर अमन से बात की और पेरिस ओलंपिक खेलों में घबराहट की भावाना थी, जैसा कि इस सत्रात में देखा गया था, जिसके परिणामस्वरूप विनेश फोगाट को दुर्घात्या का समान करना पड़ा।

शुक्रवार को, सेहारावत का वजन

61.5 किलोग्राम था, जो गुरुवार को शाम

6:30 बजे जापान के री हिंगुची के

खिलाल सेमीफाइनल में हार के बाद था - पुरुषों के 57 किलोग्राम में स्वीकार्य सीमा से ठीक 1 मिनट की लाइग्राम अधिक।

प्रधानमंत्री ने अमन को पदक जीतने पर बधाई दी। अमन को पदक जीतने पर अमन से बात की और पेरिस ओलंपिक खेलों में घबराहट की भावाना थी, जैसा कि इस सत्रात में देखा गया था, जिसके परिणामस्वरूप विनेश फोगाट को दुर्घात्या का समान करना पड़ा।

शुक्रवार को, सेहारावत का वजन

61.5 किलोग्राम था, जो गुरुवार को शाम

6:30 बजे जापान के री हिंगुची के

खिलाल सेमीफाइनल में हार के बाद था - पुरुषों के 57 किलोग्राम में स्वीकार्य सीमा से ठीक 1 मिनट की लाइग्राम अधिक।

प्रधानमंत्री ने अमन को पदक जीतने पर बधाई दी। अमन को पदक जीतने पर अमन से बात की और पेरिस ओलंपिक खेलों में घबराहट की भावाना थी, जैसा कि इस सत्रात में देखा गया था, जिसके परिणामस्वरूप विनेश फोगाट को दुर्घात्या का समान करना पड़ा।

शुक्रवार को, सेहारावत का वजन

61.5 किलोग्राम था, जो गुरुवार को शाम

6:30 बजे जापान के री हिंगुची के

खिलाल सेमीफाइनल में हार के बाद था - पुरुषों के 57 किलोग्राम में स्वीकार्य सीमा से ठीक 1 मिनट की लाइग्राम अधिक।

प्रधानमंत्री ने अमन को पदक जीतने पर बधाई दी। अमन को पदक जीतने पर अमन से बात की और पेरिस ओलंपिक खेलों में घबराहट की भावाना थी, जैसा कि इस सत्रात में देखा गया था, जिसके परिणामस्वरूप विनेश फोगाट को दुर्घात्या का समान करना पड़ा।

शुक्रवार को, सेहारावत का वजन

61.5 किलोग्राम था, जो गुरुवार को शाम

6:30 बजे जापान के री हिंगुची के

खिलाल सेमीफाइनल में हार के बाद था - पुरुषों के 57 किलोग्राम में स्वीकार्य सीमा से ठीक 1 मिनट की लाइग्राम अधिक।

प्रधानमंत्री ने अमन को पदक जीतने पर बधाई दी। अमन को पदक जीतने पर अमन से बात की और पेरिस ओलंपिक खेलों में घबराहट की भावाना थी, जैसा कि इस सत्रात में देखा गया था, जिसके परिणामस्वरूप विनेश फोगाट को दुर्घात्या का समान करना पड़ा।

शुक्रवार को, सेहारावत का वजन

61.5 किलोग्राम था, जो गुरुवार को शाम

6:30 बजे जापान के री हिंगुची के

खिलाल सेमीफाइनल में हार के बाद था - पुरुषों के 57 किलोग्राम में स्वीकार्य सीमा से ठीक 1 मिनट की लाइग्राम अधिक।

प्रधानमंत्री ने अमन को पदक जीतने पर बधाई दी। अमन को पदक जीतने पर अमन से बात की और पेरिस ओलंपिक खेलों में घबराहट की भावाना थी, जैसा कि इस सत्रात में देखा गया था, जिसके परिणामस्वरूप विनेश फोगाट को दुर्घात्या का समान करना पड़ा।

शुक्रवार को, सेहारावत का वजन

61.5 किलोग्राम था, जो गुरुवार को शाम

6:30 बजे जापान के री हिंगुची के

खिलाल सेमीफाइनल में हार के बाद था - पुरुषों के 57 किलोग्राम में स्वीकार्य सीमा से ठीक 1 मिनट की लाइग्राम अधिक।

प्रधानमंत्री ने अमन को पदक जीतने पर बधाई दी। अमन को पदक जीतने पर अमन से बात की और पेरिस ओलंपिक खेलों में घबराहट की भावाना थी, जैसा कि इस सत्रात में देखा गया था, जिसके परिणामस्वरूप विनेश फोगाट को दुर्घात्या का समान करना पड़ा।

शुक्रवार को, सेहारावत का वजन

61.5 किलोग्राम था, जो गुरुवार को शाम

6:30 बजे जापान के री हिंगुची के

खिलाल सेमीफाइनल में हार के बाद था - पुरुषों के 57 किलोग्राम में स्वीकार्य सीमा से ठीक 1 मिनट की लाइग्राम अधिक।

प्रधानमंत्री ने अमन को पदक जीतने पर बधाई दी। अमन को पदक जीतने पर अमन से बात की और पेरिस ओलंपिक खेलों में घबराहट की भावाना थी, जैसा कि इस सत्रात में देखा गया था, जिसक