

पश्चिम बंगाल ने टेबल टेनिस में जीता डबल गोल्ड

देहरादून, 11 फरवरी। उत्तराखंड में 38 वें राष्ट्रीय खेलों में पश्चिम बंगाल ने पुरुष और महिला दोनों टेबल टेनिस टीम स्पर्धाओं में जीत हासिल की। उनके खिलाड़ियों ने सोमवार को दोनों श्रेणियों में शानदार प्रदर्शन करते हुए स्वर्ण पदक हासिल किए। पुरुष टीम ने फाइनल में महाराष्ट्र को 3-0 से, जबकि महिला टीम ने महाराष्ट्र को 3-1 से हराकर शीर्ष पॉडियम फिनिश का दावा किया। फाइनल की शुरुआत, पश्चिम बंगाल की सुतीर्थ मुखर्जी के महाराष्ट्र की स्वस्तिक घोष से मुकाबला करने के साथ हुई। एक कठिन लड़ाई में 11-8, 6-11, 14-12, 2-11 और 11-5 के स्कोर के साथ जीत हासिल करते हुए अपनी टीम के लिए पहला अंक हासिल किया।

राफ्टिंग प्रतियोगिता सराहनीय प्रदर्शन के साथ सम्पन्न

देहरादून, 11 फरवरी। उत्तराखंड में चल रहे राष्ट्रीय खेलों के अन्तर्गत, टनकपुर के काकड़घाट में प्राणपोषक राफ्टिंग प्रतियोगिता के दूसरे दिन कई श्रेणियों में उच्च ऊर्जा प्रदर्शन और भायंकर प्रतिस्पर्धा देखी गई। देश भर की टीमों ने असाधारण कौशल और सहनशक्ति का प्रदर्शन किया और शीर्ष स्थान हासिल करने के लिए तेजी से संघर्ष किया। आरएक्स राफ्टिंग मेन श्रेणी में, एसएससीबी ने उल्लेखनीय प्रदर्शन के साथ पहला स्थान हासिल किया, उसके बाद आंध्र प्रदेश दूसरे स्थान पर और जम्मू का तीसरा स्थान रहा।

चौदह साल बाद एथलेटिक्स में गुरुमीत का सर्विन्ग ने तोड़ा रिकॉर्ड

देहरादून, 11 फरवरी। उत्तराखंड में हो रहे 38वें राष्ट्रीय खेलों में एथलेटिक्स के रेस वॉक इवेंट में यूपएस समय एक नया इतिहास रच गया, जब 14 साल बाद पुरुषों की 20 किमी रेस वॉक में राष्ट्रीय खेलों का रिकॉर्ड टूटा। वर्ष 2011 में झारखंड के गुरुमीत सिंह ने 1 घंटा 23 मिनट 26 सेकंड में यह रेस पूरी कर इतिहास रच था, जो इस बार छह भारतीय एथलीटों ने पीछे छोड़ दिया। सबसे तेज प्रदर्शन करते हुए मंगलवार को सर्विन्ग सेबैस्टियन (सर्विसेज) ने 1 घंटा 21 मिनट 23 सेकंड में रेस पूरी कर नया राष्ट्रीय खेल का रिकॉर्ड अपने नाम कर लिया। इसके अलावा, सूरज पंवार (उत्तराखंड), अमनजोत सिंह (पंजाब), परमजीत सिंह (सर्विसेज), राम बाबू (उत्तर प्रदेश) और मुकेश निठारवाल (राजस्थान) ने भी गुरुमीत सिंह के 2011 के रिकॉर्ड से बेहतर समय निकाला।

जेनेसिस इनविटेशनल गोल्फ टूर्नामेंट से हटे टाइगर

सैन डिएगो, 11 फरवरी। मां के निधन से उबर रहे टाइगर वुड्स ने टॉरि पाईस में होने वाले जेनेसिस इनविटेशनल गोल्फ टूर्नामेंट से हटने का फैसला किया है। टाइगर की मां कुलिट्ठा वुड्स का पिछले मंगलवार को निधन हो गया था। वुड्स ने सोशल मीडिया पर पोस्ट जारी कर कहा 'मेरे इस सप्ताह खेलने की योजना बनाई थी लेकिन मैं अभी इसके लिए मानसिक रूप से तैयार नहीं हूँ। मैंने इस टूर्नामेंट में खेलने के लिए तैयार होने की अपनी तरफ से हर संभव प्रयास किए हैं, मैं जानता हूँ कि मेरी मां भी यही चाहती लेकिन मैं अभी तक उनके निधन से नहीं उबर पाया हूँ। वुड्स के इस सप्ताह के आखिर में टॉरि पाईस में उपस्थित रहने की उम्मीद है।

खालसा बनाम श्रीराम कॉलेज मुकाबला ड्रॉ, दिल्ली यूनिवर्सिटी एलुमना ने भारती कॉलेज को हराया

नई दिल्ली, 11 फरवरी। श्री गुरु तेग बहादुर खालसा कॉलेज और श्रीराम कॉलेज ऑफ कॉमर्स के बीच 11वें पंचश्री श्याम लाल मेमोरियल आन्तरिक हॉकी टूर्नामेंट में पुरुष वर्ग का मैच 3-3 से ड्रॉ रहा। महिला वर्ग के मुकाबले में दिल्ली यूनिवर्सिटी एलुमना ने भारती कॉलेज को 4-0 से हराया। श्याम लाल कॉलेज के मैदान पर पुरुष वर्ग के मैच में श्री गुरु तेग बहादुर खालसा कॉलेज की तरफ से तनुज ने दो और अरबाज ने एक गोल किया। श्रीराम कॉलेज ऑफ कॉमर्स के लिए विपिन नांदल, विभांग विवारी और इंजर पाल ने एक-एक गोल किया। विपिन नांदल ने प्लेयर ऑफ द मैच का परस्कार जीता।

बांग्लादेश के खिलाफ एशियाई कप तवालीफायर की मजेबानी करेगा शिलांग

नई दिल्ली, 11 फरवरी। मेघालय के शिलांग में जवाहरलाल नेहरू स्टेडियम मार्च फीफा इंटरनेशनल विंडो के दौरान खेले जाने वाले दो मैचों में भारत की सीनियर पुरुष टीम की मजेबानी करेगा। भारतीय 25 मार्च को बांग्लादेश के खिलाफ अपने एएफसी एशियाई कप सऊदी अरब 2027 तवालीफायर फाइनल राउंड अभियान की शुरुआत करेंगे जबकि इससे पहले भारतीय टीम 19 मार्च को जेएलएन स्टेडियम, शिलांग में अपनी तैयारी के हिस्से के रूप में मालदीव के खिलाफ एक अंतर्राष्ट्रीय मैची मैच खेलेगी। एएफसी एशियन कप सऊदी अरब 2027 तवालीफायर फाइनल राउंड के युवा सी में भारत को हांगकांग, सिंगापुर और बांग्लादेश के साथ रखा गया है। टीम में मार्च 2026 तक दो बार एक-दूसरे से खेलेंगी। ग्रुप विजेता एशियाई कप टूर्नामेंट में जगह बनाएंगे। पिछले साल स्टेडियम के नवीनीकरण के बाद यह पहली बार है कि जेएलएन शिलांग में सीनियर पुरुष अंतर्राष्ट्रीय मैच होगा।

क्लीन स्वीप के इरादे से मैदान पर उतरेगा भारत



अहमदाबाद, 11 फरवरी। चैंपियंस ट्रॉफी की तैयारी के लिहाज से महत्वपूर्ण श्रृंखला में इंग्लैंड के खिलाफ तीसरे और अंतिम एक दिवसीय मैच में भारतीय टीम बुधवार को यहां क्लीन स्वीप के इरादे से मैदान पर उतरेगी। पहले दो मैच जीत कर भारत पहले ही सीरीज अपने नाम कर चुका है। 19 फरवरी को चैंपियंस ट्रॉफी शुरू होने से पहले भारत के पास खुद को परखने का यह अंतिम मौका होगा। कप्तान रोहित शर्मा को वापस पा चुके हैं और अब हर एक की निगाहें रन मशीन विराट कोहली पर होंगी जिनके लय में आने से भारत की चैंपियंस ट्रॉफी की राह आसान दिखेगी। नरेंद्र मोदी स्टेडियम में भारत को 2023 में खेले गये एक दिवसीय विश्वकप के फाइनल में हार का मुंह देखा पड़ा था और अब उसका इरादा इस मैच में अंग्रेजों का सफाया कर अपने पुराने जख्म को पूरी तरह भुलाने का होगा। चैंपियंस ट्रॉफी में भारत अपना पहला मैच 20 फरवरी को बांग्लादेश के खिलाफ खेलेगा जबकि 23 फरवरी को उसका मुकाबला चिर प्रतिद्वंद्वी पाकिस्तान से होगा। भारतीय टीम चैंपियंस ट्रॉफी से पहले कोहली की फॉर्म को लेकर चिंतित होगी। कप्तान रोहित शर्मा ने दूसरे वनडे में 90 गेंद पर 119 रन बनाकर फॉर्म में वापसी की जो भारत के लिए अच्छे संकेत हैं।

इंग्लैंड को बड़ा झटका, चैंपियंस ट्रॉफी से हुए बाहर जैकब बेथेल

नई दिल्ली, 11 फरवरी। इंग्लैंड क्रिकेट टीम की मुश्किलें कम होने का नाम नहीं ले रही है। पहले भारत के लिए टी20 सीरीज गंवाना और फिर 3 मैचों की वनडे सीरीज में भी हार झेलना और अब टीम का युवा खिलाड़ी जैकब बेथेल 2025 चैंपियंस ट्रॉफी से बाहर हो गए हैं। इंग्लैंड के कप्तान जोस बटलर ने खुद इसकी जानकारी दी। इंग्लैंड एंड वेल्स क्रिकेट बोर्ड ने अभी तक जैकब बेथेल के रिप्लेसमेंट का ऐलान नहीं किया है। हालांकि, भारत के खिलाफ तीसरे वनडे के लिए बेथेल के कवर के रूप में टॉट बैटन को बुलाया गया है। बैटन सिर्फ भारत के खिलाफ तीसरे वनडे के लिए बेथेल के रिप्लेसमेंट हैं। वोर्ड ने अभी चैंपियंस ट्रॉफी में उनके रिप्लेसमेंट का ऐलान नहीं किया है। 21 वर्षीय के जैकब बेथेल ने भारत के खिलाफ पहले वनडे में बेहतरीन अर्धशतक लगाया था और गेंदबाजी में एक विकेट भी लिया था। इसके बाद चोटिल होने के कारण

मुंबई ने हरियाणा को हराकर सेमीफाइनल में बनाई जगह, शार्दूल ठाकुर का बेहतरीन प्रदर्शन

नई दिल्ली, 11 फरवरी। रणजी ट्रॉफी 2025 को दूसरा सेमीफाइनल मिल गया है। दरअसल, टूर्नामेंट के क्वार्टर फाइनल 3 में मंगलवार को डिफेंडिंग चैंपियन मुंबई ने हरियाणा को 153 रन से रोध दिया। इस जीत के साथ मुंबई ने सेमीफाइनल में जगह बना ली है। फास्ट गेंदबाज ऑलराउंडर शार्दूल ठाकुर और कप्तान अजिंक्य रहाणे ने मुंबई की इस जीत के अहम भूमिका निभाई। पहली पारी में 315 रन बनाने वाली मुंबई ने दूसरी पारी में 339 रन बनाए। हरियाणा को 354 रन का टारगेट दिया। इसके जवाब में हरियाणा की टीम 201 रनों पर सिमट गई। मुंबई के लिए दूसरी पारी में रॉयस्टन डायस ने सबसे ज्यादा 5 विकेट बनाए। पहली पारी में 6 विकेट लेने वाले शार्दूल ठाकुर ने दूसरी पारी में 3 विकेट लिए। उन्होंने कुल 9 विकेट झटके। मुंबई के कप्तान अजिंक्य रहाणे पहली पारी में अच्छी शुरुआत को बड़ी पारी में नहीं बदल पाए थे। उन्होंने 31 रन बनाए थे। दूसरी पारी में उन्होंने 108 रन बनाए। इसके अलावा भारत के टी20 कप्तान

मुंबई ने हरियाणा को हराकर सेमीफाइनल में बनाई जगह, शार्दूल ठाकुर का बेहतरीन प्रदर्शन

नई दिल्ली, 11 फरवरी। रणजी ट्रॉफी 2025 को दूसरा सेमीफाइनल मिल गया है। दरअसल, टूर्नामेंट के क्वार्टर फाइनल 3 में मंगलवार को डिफेंडिंग चैंपियन मुंबई ने हरियाणा को 153 रन से रोध दिया। इस जीत के साथ मुंबई ने सेमीफाइनल में जगह बना ली है। फास्ट गेंदबाज ऑलराउंडर शार्दूल ठाकुर और कप्तान अजिंक्य रहाणे ने मुंबई की इस जीत के अहम भूमिका निभाई। पहली पारी में 315 रन बनाने वाली मुंबई ने दूसरी पारी में 339 रन बनाए। हरियाणा को 354 रन का टारगेट दिया। इसके जवाब में हरियाणा की टीम 201 रनों पर सिमट गई। मुंबई के लिए दूसरी पारी में रॉयस्टन डायस ने सबसे ज्यादा 5 विकेट बनाए। पहली पारी में 6 विकेट लेने वाले शार्दूल ठाकुर ने दूसरी पारी में 3 विकेट लिए। उन्होंने कुल 9 विकेट झटके। मुंबई के कप्तान अजिंक्य रहाणे पहली पारी में अच्छी शुरुआत को बड़ी पारी में नहीं बदल पाए थे। उन्होंने 31 रन बनाए थे। दूसरी पारी में उन्होंने 108 रन बनाए। इसके अलावा भारत के टी20 कप्तान



सूर्यकुमार यादव ने 70 रन की पारी खेली। शिवम दुबे ने 48 रन बनाए। मुंबई ने 339 रन का बड़ा स्कोर बनाया। लक्ष्य का पीछा करते हुए हरियाणा की शुरुआत अच्छी नहीं रही। लक्ष्य दलाल 64 और सुमित कुमार 62 रन को छोड़कर कोई भी बल्लेबाज नहीं टिका। 7 बल्लेबाज दहाई का आंकड़ा नहीं छू पाए। मुंबई के लिए रॉयस्टन डायस ने 5, शार्दूल ठाकुर ने 3 और तनुष कोटिया ने 2 विकेट झटके।

जयपुर क्लब ने सुराणा क्रिकेट एकेडमी को 92 रनों से हराया

जयपुर, 11 फरवरी। जयपुर जिला क्रिकेट संघ द्वारा आयोजित के एल सैनी ए डिविजन लीग में आज खेले गए मैच में जयपुर क्लब ने सुराणा क्रिकेट एकेडमी को 92 रनों से हराया। के एल सैनी स्टेडियम पर जयपुर क्लब ने टॉस जीतकर पहले बल्लेबाजी करते हुए विवेक सैनी के 36 रन, केशव डीवावनिया के 83 रन, मोहम्मद खूबेब के 35 रन, कुशाग्र ओझा के 81 रन, गौरव मोघा के 25 रन से 49.2 ओवर में 300 रन बनाए। सुराणा क्रिकेट एकेडमी के लिए विकास जाखवाल ने शानदार गेंदबाजी करते हुए 52 पर 5, अभिषेक यादव ने 51 पर 2, प्रशांत यादव व भावित कुमावत ने 1-1 विकेट लिया। जवाबी पारी में सुराणा क्रिकेट एकेडमी की टीम अनिल सैनी के 43 रन, प्रशांत यादव के 19 रन, अभिषेक यादव के 60 रन, शुभम शर्मा के 26 रन, विकास झरवाल के 21 रनों से 39.5 ओवर में 208 रनों पर सिमट गई। जयपुर क्लब के लिए मोहम्मद खूबेब ने 56 पर 3, गौरव मोघा ने 26 पर 2, विनय मोघा, लोहित केवलिया, सैयद सफ़ान व कुशाग्र ओझा ने 1-1 विकेट लिया।

जिम्नारिस्टिक स्पर्धा : महाराष्ट्र व सर्विसेज ने जीते स्वर्ण

देहरादून, 11 फरवरी। उत्तराखंड में जारी 38वें राष्ट्रीय खेलों की जिम्नारिस्टिक स्पर्धा के तीसरे दिन सोमवार को रोमांचक मुकाबले देखने को मिले। इस दिन रिदमिक और मेस ऑर्टिस्टिक जिम्नारिस्टिक में खिलाड़ियों ने अपने बेहतरीन प्रदर्शन से दर्शकों को मंत्रमुग्ध कर दिया। सीनियर वर्ग की रिदमिक जिम्नारिस्टिक टीम फाइनल में महाराष्ट्र की टीम ने शानदार प्रदर्शन करते हुए स्वर्ण पदक अपने नाम किया। महाराष्ट्र की टीम ने कुल 239.05 अंकों के साथ पहला स्थान हासिल किया।

लॉन टेनिस : इशक, वैदेही व लोहित-लक्ष्मी प्रभा ने जीते स्वर्ण पदक

देहरादून, 11 फरवरी। उत्तराखंड के देहरादून के परेड ग्राउंड स्थित टेनिस कोर्ट में 38वें राष्ट्रीय खेलों की लॉन टेनिस स्पर्धा के सातवें और अंतिम दिन मंगलवार को रोमांचक फाइनल मुकाबले हुए। मिश्रित युगल, पुरुष एकल और महिला एकल के फाइनल में शानदार प्रदर्शन देखने को मिला, जहां तमिलनाडु, सर्विसेज और गुजरात ने स्वर्ण पदक पर कब्जा जमाया। मिश्रित युगल फाइनल में तमिलनाडु की जोड़ी लोहित अक्ष बट्टीनाथ और लक्ष्मी प्रभा अरुण कुमार ने शानदार प्रदर्शन करते हुए कर्नाटक के निवर्तक का आदान-प्रदान किया। लाइन पर एक शक्तिशाली फोरहैंड ने नोरी को महत्वपूर्ण दूसरा ब्रेक दिया।

शेफाली काफी अच्छी लय में हैं, उम्मीद है कि वह इसे डब्ल्यूपीएल में जारी रखेंगी : मेग लैनिंग



नई दिल्ली, 11 फरवरी। दिल्ली कैपिटल्स की कप्तान मेग लैनिंग ने उम्मीद जताई कि भारत की विस्फोटक सलामी बल्लेबाज शेफाली वर्मा घरेलू क्रिकेट की अपनी शानदार फॉर्म को सुकृवर से शुरू हो रही महिला प्रीमियर लीग (डब्ल्यूपीएल) के तीसरे सत्र में भी बरकरार रखेंगी। नवंबर 2024 में ऑस्ट्रेलिया दौर के लिए भारतीय टीम में जगह बनाने में नाकाम रही शेफाली ने हाल में घरेलू मुकाबलों में हरियाणा की ओर से शानदार प्रदर्शन किया जिससे संकेत मिलते हैं कि उन्होंने लय हासिल कर ली है। लैनिंग ने दिल्ली कैपिटल्स की सत्र पूर्व प्रेस कॉन्फ्रेंस में कहा, "ऐसा लग रहा है कि वह काफी अच्छी लय में हैं और अपने खेल का लुफ उठा रही हैं जो मुझे लगता है कि काफी महत्वपूर्ण है। मेरे लिए उसे आजादी से खेलते हुए देखना, खुद को अभिव्यक्त करते हुए देखना शानदार है।"

कृष्णा एकेडमी की जीत में दर्शन जैन शतक से चूके

जयपुर, 11 फरवरी। चंबल स्पोर्ट्स क्लब द्वारा आयोजित 4 नवंबर खामोरीयल सीनियर क्रिकेट लीग में आज खेले गए मैच में संस्कार ग्राउंड पर कृष्णा एकेडमी ने सिग्नेचर एकेडमी को 4 विकेट से हराया। टॉस जीतकर पहले बल्लेबाजी करते हुए सिग्नेचर एकेडमी ने 40 ओवर में 241 रन बनाए। शोएब खान 47, राम शर्मा 59 रन बनाए। कृष्णा एकेडमी की ओर से दीक्षित भाटी ने 4 विकेट लिए। लक्ष्य का पीछा करते हुए कृष्णा एकेडमी ने सलामी बल्लेबाज दर्शन जैन ने 96 रन बनाए। राहुल शर्मा 72 ऋणों के सहयोग से 26 ओवर में 242 रन बनाकर जीत दर्ज की। सिग्नेचर एकेडमी की ओर से देव नरेंद्र यादव ने 3 विकेट लिए। कल का मैच पटौरिया एकेडमी बनाम कृष्णा एकेडमी के बीच खेला जाएगा।

सी.के. नायडू ट्रॉफी राजस्थान-महाराष्ट्र, त्वाटरफाइनल मैच में 464 का स्कोर

जयपुर, 11 फरवरी। बीसीसीआई की राष्ट्रिय अंडर 23 सी के नायडू ट्रॉफी के पुणे में खेले जा रहे राजस्थान-महाराष्ट्र क्वार्टर फाइनल मैच के दूसरे दिन का महाराष्ट्र ने अपनी पहली पारी में 464 रनों का स्कोर बनाया। टीम के लिए अनिरुद्ध सक्सेल 115, विक्की ओस्टवाल नाबाद 108, एस एस दास 50, साहिल 53, क्षितिज 50 रनों का योगदान दिया। राजस्थान के गेंदबाज मोहित चांगरा 120/4, चेतन शर्मा 63/3, आयुष अमेरिया 73/2 विकेट प्राप्त किए। दूसरे दिन का खेल समाप्त होने तक राजस्थान ने अपनी पहली पारी में 4 विकेट के नुकसान पर 51 रन बना लिए थे। टीम के लिए सुमित गोदार 24 व करण लाम्बा 20 रनों का योगदान दिया।

गौतम गंभीर की कोचिंग स्टाइल से नाखुश नहीं हैं जहीर खान



नई दिल्ली, 11 फरवरी। टीम इंडिया के हेड कोच गौतम गंभीर की कोचिंग पर लगातार खवाल उठ रहे हैं। हालांकि, ये पहले ही माना जा रहा था कि अगर गौतम गंभीर हेड कोच बनते हैं तो तीनों फॉर्मेट में बड़े बदलाव देखने को मिल सकते हैं। बहरहाल, अब पूर्व भारतीय तेज गेंदबाज जहीर खान ने गौतम गंभीर पर बड़ा बयान दिया है। जहीर खान का मानना है कि अधिक बदलाव और फ्लेक्सिबिलिटी के चक्कर में टीम में असुरक्षा का भाव आया। साथ ही ये टीम को नुकसान पहुंच सकता है। जहीर खान ने कहा कि अगर आप टीम में बदलाव के सय कुछ नियमों की अनदेखी करते हैं तो मुख्य खिलाड़ियों में असुरक्षा का भावना पैदा हो सकती है। आपने कहा कि आपके पास लचीलापन होना चाहिए, नंबर एक और दो तय रहेंगे, लेकिन बाकी लचीले होंगे। जहीरने कहाकि अगर आप ऐसा करते हैं तो आपको नियमों के दायरे में रहना होगा। कुछ प्रोटोकॉल हैं जिनका पालन करना होता है। साथ ही कुछ बातचीत होनी चाहिए, जिससे चीजें बेहतर हों। अगर ऐसा नहीं होता तो आप असुरक्षा पैदा कर रहे हैं, जो आगे चलकर टीम के हित में नहीं होगा। इसके अलावा जहीर ने राहुल द्रविड़ और गौतम गंभीर की कोचिंग स्टाइल पर बात रखी। जहीर ने कहा कि अगर आप राहुल द्रविड़ और गौतम गंभीर के मानसिकता की तुलना करें तो ये स्थिति सामान्य नहीं है। ये तो समय एक और दो तय रहेंगे, लेकिन बाकी लचीले होंगे। जहीरने कहाकि अगर आप ऐसा करते हैं तो आपको नियमों के दायरे में रहना होगा। कुछ प्रोटोकॉल हैं जिनका पालन करना होता है। साथ ही कुछ बातचीत होनी चाहिए, जिससे चीजें बेहतर हों। अगर ऐसा नहीं होता तो आप असुरक्षा पैदा कर रहे हैं, जो आगे चलकर टीम के हित में नहीं होगा। इसके अलावा जहीर ने राहुल द्रविड़ और गौतम गंभीर की कोचिंग स्टाइल पर बात रखी। जहीर ने कहा कि अगर आप राहुल द्रविड़ और गौतम गंभीर के मानसिकता की तुलना करें तो ये स्थिति सामान्य नहीं है। ये तो समय एक और दो तय रहेंगे, लेकिन बाकी लचीले होंगे। जहीरने कहाकि अगर आप ऐसा करते हैं तो आपको नियमों के दायरे में रहना होगा। कुछ प्रोटोकॉल हैं जिनका पालन करना होता है। साथ ही कुछ बातचीत होनी चाहिए, जिससे चीजें बेहतर हों। अगर ऐसा नहीं होता तो आप असुरक्षा पैदा कर रहे हैं, जो आगे चलकर टीम के हित में नहीं होगा। इसके अलावा जहीर ने राहुल द्रविड़ और गौतम गंभीर की कोचिंग स्टाइल पर बात रखी। जहीर ने कहा कि अगर आप राहुल द्रविड़ और गौतम गंभीर के मानसिकता की तुलना करें तो ये स्थिति सामान्य नहीं है। ये तो समय एक और दो तय रहेंगे, लेकिन बाकी लचीले होंगे। जहीरने कहाकि अगर आप ऐसा करते हैं तो आपको नियमों के दायरे में रहना होगा। कुछ प्रोटोकॉल हैं जिनका पालन करना होता है। साथ ही कुछ बातचीत होनी चाहिए, जिससे चीजें बेहतर हों। अगर ऐसा नहीं होता तो आप असुरक्षा पैदा कर रहे हैं, जो आगे चलकर टीम के हित में नहीं होगा। इसके अलावा जहीर ने राहुल द्रविड़ और गौतम गंभीर की कोचिंग स्टाइल पर बात रखी। जहीर ने कहा कि अगर आप राहुल द्रविड़ और गौतम गंभीर के मानसिकता की तुलना करें तो ये स्थिति सामान्य नहीं है। ये तो समय एक और दो तय रहेंगे, लेकिन बाकी लचीले होंगे। जहीरने कहाकि अगर आप ऐसा करते हैं तो आपको नियमों के दायरे में रहना होगा। कुछ प्रोटोकॉल हैं जिनका पालन करना होता है। साथ ही कुछ बातचीत होनी चाहिए, जिससे चीजें बेहतर हों। अगर ऐसा नहीं होता तो आप असुरक्षा पैदा कर रहे हैं, जो आगे चलकर टीम के हित में नहीं होगा। इसके अलावा जहीर ने राहुल द्रविड़ और गौतम गंभीर की कोचिंग स्टाइल पर बात रखी। जहीर ने कहा कि अगर आप राहुल द्रविड़ और गौतम गंभीर के मानसिकता की तुलना करें तो ये स्थिति सामान्य नहीं है। ये तो समय एक और दो तय रहेंगे, लेकिन बाकी लचीले होंगे। जहीरने कहाकि अगर आप ऐसा करते हैं तो आपको नियमों के दायरे में रहना होगा। कुछ प्रोटोकॉल हैं जिनका पालन करना होता है। साथ ही कुछ बातचीत होनी चाहिए, जिससे चीजें बेहतर हों। अगर ऐसा नहीं होता तो आप असुरक्षा पैदा कर रहे हैं, जो आगे चलकर टीम के हित में नहीं होगा। इसके अलावा जहीर ने राहुल द्रविड़ और गौतम गंभीर की कोचिंग स्टाइल पर बात रखी। जहीर ने कहा कि अगर आप राहुल द्रविड़ और गौतम गंभीर के मानसिकता की तुलना करें तो ये स्थिति सामान्य नहीं है। ये तो समय एक और दो तय रहेंगे, लेकिन बाकी लचीले होंगे। जहीरने कहाकि अगर आप ऐसा करते हैं तो आपको नियमों के दायरे में रहना होगा। कुछ प्रोटोकॉल हैं जिनका पालन करना होता है। साथ ही कुछ बातचीत होनी चाहिए, जिससे चीजें बेहतर हों। अगर ऐसा नहीं होता तो आप असुरक्षा पैदा कर रहे हैं, जो आगे चलकर टीम के हित में नहीं होगा। इसके अलावा जहीर ने राहुल द्रविड़ और गौतम गंभीर की कोचिंग स्टाइल पर बात रखी। जहीर ने कहा कि अगर आप राहुल द्रविड़ और गौतम गंभीर के मानसिकता की तुलना करें तो ये स्थिति सामान्य नहीं है। ये तो समय एक और दो तय रहेंगे, लेकिन बाकी लचीले होंगे। जहीरने कहाकि अगर आप ऐसा करते हैं तो आपको नियमों के दायरे में रहना होगा। कुछ प्रोटोकॉल हैं जिनका पालन करना होता है। साथ ही कुछ बातचीत होनी चाहिए, जिससे चीजें बेहतर हों। अगर ऐसा नहीं होता तो आप असुरक्षा पैदा कर रहे हैं, जो आगे चलकर टीम के हित में नहीं होगा। इसके अलावा जहीर ने राहुल द्रविड़ और गौतम गंभीर की कोचिंग स्टाइल पर बात रखी। जहीर ने कहा कि अगर आप राहुल द्रविड़ और गौतम गंभीर के मानसिकता की तुलना करें तो ये स्थिति सामान्य नहीं है। ये तो समय एक और दो तय रहेंगे, लेकिन बाकी लचीले होंगे। जहीरने कहाकि अगर आप ऐसा करते हैं तो आपको नियमों के दायरे में रहना होगा। कुछ प्रोटोकॉल हैं जिनका पालन करना होता है। साथ ही कुछ बातचीत होनी चाहिए, जिससे चीजें बेहतर हों। अगर ऐसा नहीं होता तो आप असुरक्षा पैदा कर रहे हैं, जो आगे चलकर टीम के हित में नहीं होगा। इसके अलावा जहीर ने राहुल द्रविड़ और गौतम गंभीर की कोचिंग स्टाइल पर बात रखी। जहीर ने कहा कि अगर आप राहुल द्रविड़ और गौतम गंभीर के मानसिकता की तुलना करें तो ये स्थिति सामान्य नहीं है। ये तो समय एक और दो तय रहेंगे, लेकिन बाकी लचीले होंगे। जहीरने कहाकि अगर आप ऐसा करते हैं तो आपको नियमों के दायरे में रहना होगा। कुछ प्रोटोकॉल हैं जिनका पालन करना होता है। साथ ही कुछ बातचीत होनी चाहिए, जिससे चीजें बेहतर हों। अगर ऐसा नहीं होता तो आप असुरक्षा पैदा कर रहे हैं, जो आगे चलकर टीम के हित में नहीं होगा। इसके अलावा जहीर ने राहुल द्रविड़ और गौतम गंभीर की कोचिंग स्टाइल पर बात रखी। जहीर ने कहा कि अगर आप राहुल द्रविड़ और गौतम गंभीर के मानसिकता की तुलना करें तो ये स्थिति सामान्य नहीं है। ये तो समय एक और दो तय रहेंगे, लेकिन बाकी लचीले होंगे। जहीरने कहाकि अगर आप ऐसा करते हैं तो आपको नियमों के दायरे में रहना होगा। कुछ प्रोटोकॉल हैं जिनका पालन करना होता है। साथ ही कुछ बातचीत होनी चाहिए, जिससे चीजें बेहतर हों। अगर ऐसा नहीं होता तो आप असुरक्षा पैदा कर रहे हैं, जो आगे चलकर टीम के हित में नहीं होगा। इसके अलावा जहीर ने राहुल द्रविड़ और गौतम गंभीर की कोचिंग स्टाइल पर बात रखी। जहीर ने कहा कि अगर आप राहुल द्रविड़ और गौतम गंभीर के मानसिकता की तुलना करें तो ये स्थिति सामान्य नहीं है। ये तो समय एक और दो तय रहेंगे, लेकिन बाकी लचीले होंगे। जहीरने कहाकि अगर आप ऐसा करते हैं तो आपको नियमों के दायरे में रहना होगा। कुछ प्रोटोकॉल हैं जिनका पालन करना होता है। साथ ही कुछ बातचीत होनी चाहिए, जिससे चीजें बेहतर हों। अगर ऐसा नहीं होता तो आप असुरक्षा पैदा कर रहे हैं, जो आगे चलकर टीम के हित में नहीं होगा। इसके अलावा जहीर ने राहुल द्रविड़ और गौतम गंभीर की कोचिंग स्टाइल पर बात रखी। जहीर ने कहा कि अगर आप राहुल द्रविड़ और गौतम गंभीर के मानसिकता की तुलना करें तो ये स्थिति सामान्य नहीं है। ये तो समय एक और दो तय रहेंगे, लेकिन बाकी लचीले होंगे। जहीरने कहाकि अगर आप ऐसा करते हैं तो आपको नियमों के दायरे में रहना होगा। कुछ प्रोटोकॉल हैं जिनका पालन करना होता है। साथ ही कुछ बातचीत होनी चाहिए, जिससे चीजें बेहतर हों। अगर ऐसा नहीं होता तो आप असुरक्षा पैदा कर रहे हैं, जो आगे चलकर टीम के हित में नहीं होगा। इसके अलावा जहीर ने राहुल द्रविड़ और गौतम गंभीर की कोचिंग स्टाइल पर बात रखी। जहीर ने कहा कि अगर आप राहुल द्रविड़ और गौतम गंभीर के मानसिकता की तुलना करें तो ये स्थिति सामान्य नहीं है। ये तो समय एक और दो तय रहेंगे, लेकिन बाकी लचीले होंगे। जहीरने कहाकि अगर आप ऐसा करते हैं तो आपको नियमों के दायरे में रहना होगा। कुछ प्रोटोकॉल हैं जिनका पालन करना होता है। साथ ही कुछ बातचीत होनी चाहिए, जिससे चीजें बेहतर हों। अगर ऐसा नहीं होता तो आप असुरक्षा पैदा कर रहे हैं, जो आगे चलकर टीम के हित में नहीं होगा। इसके अलावा जहीर ने राहुल द्रविड़ और गौतम गंभीर की कोचिंग स्टाइल पर बात रखी। जहीर ने कहा कि अगर आप राहुल द्रविड़ और गौतम गंभीर के मानसिकता की तुलना करें तो ये स्थिति सामान्य नहीं है। ये तो समय एक और दो तय रहेंगे, लेकिन बाकी लचीले होंगे। जहीरने कहाकि अगर आप ऐसा करते हैं तो आपको नियमों के दायरे में रहना होगा। कुछ प्रोटोकॉल हैं जिनका पालन करना होता है। साथ ही कुछ बातचीत होनी चाहिए, जिससे चीजें बेहतर हों। अगर ऐसा नहीं होता तो आप असुरक्षा पैदा कर रहे हैं, जो आगे चलकर टीम के हित में नहीं होगा। इसके अलावा जहीर ने राहुल द्रविड़ और गौतम गंभीर की कोचिंग स्टाइल पर बात रखी। जहीर ने कहा कि अगर आप राहुल द्रविड़ और गौतम गंभीर के मानसिकता की तुलना करें तो ये स्थिति सामान्य नहीं है। ये तो समय एक और दो तय रहेंगे, लेकिन बाकी लचीले होंगे। जहीरने कहाकि अगर आप ऐसा करते हैं तो आपको नियमों के दायरे में रहना होगा। कुछ प्रोटोकॉल हैं जिनका पालन करना होता है। साथ ही कुछ बातचीत होनी चाहिए, जिससे चीजें बेहतर हों। अगर ऐसा नहीं होता तो आप असुरक्षा पैदा कर रहे हैं, जो आगे चलकर टीम के हित में नहीं होगा। इसके अलावा जहीर ने राहुल द्रविड़ और गौतम गंभीर की कोचिंग स्टाइल पर बात रखी। जहीर ने कहा कि अगर आप राहुल द्रविड़ और गौतम गंभीर के मानसिकता की तुलना करें तो ये स्थिति सामान्य नहीं है। ये तो समय एक और दो तय रहेंगे, लेकिन बाकी लचीले होंगे। जहीरने कहाकि अगर आप ऐसा करते हैं तो आपको नियमों के दायरे में रहना होगा। कुछ प्रोटोकॉल हैं जिनका पालन करना होता है। साथ ही कुछ बातचीत होनी चाहिए, जिससे चीजें बेहतर हों। अगर ऐसा नहीं होता तो आप असुरक्षा पैदा कर रहे हैं, जो आगे चलकर टीम के हित में नहीं होगा। इसके अलावा जहीर ने राहुल द्रविड़ और गौतम गंभीर की कोचिंग स्टाइल पर बात रखी। जहीर ने कहा कि अगर आप राहुल द्रविड़ और गौतम गंभीर के मानसिकता की तुलना करें तो ये स्थिति सामान्य नहीं है। ये तो समय एक और दो तय रहेंगे, लेकिन बाकी लचीले होंगे। जहीरने कहाकि अगर आप ऐसा करते हैं तो आपको नियमों के दायरे में रहना होगा। कुछ प्रोटोकॉल हैं जिनका पालन करना होता है। साथ ही कुछ बातचीत होनी चाहिए, जिससे चीजें बेहतर हों। अगर ऐसा नहीं होता तो आप असुरक्षा पैदा कर रहे हैं, जो आगे चलकर टीम के हित में नहीं होगा। इसके अलावा जहीर ने राहुल द्रविड़ और गौतम गंभीर की कोचिंग स्टाइल पर बात रखी। जहीर ने कहा कि अगर आप राहुल द्रविड़ और गौतम गंभीर के मानसिकता की तुलना करें तो ये स्थिति सामान्य नहीं है। ये तो समय एक और दो तय रहेंगे, लेकिन बाकी लचीले होंगे। जहीरने कहाकि अगर आप ऐसा करते हैं तो आपको नियमों के दायरे में रहना होगा। कुछ प्रोटोकॉल हैं जिनका पालन करना होता है। साथ ही कुछ बातचीत होनी चाहिए, जिससे चीजें बेहतर हों। अगर ऐसा नहीं होता तो आप असुरक्षा पैदा कर रहे हैं, जो आगे चलकर टीम के हित में नहीं होगा। इसके अलावा जहीर ने राहुल द्रविड़ और गौतम गंभीर की कोचिंग स्टाइल पर बात रखी। जहीर ने कहा कि अगर आप राहुल द्रविड़ और गौतम गंभीर के मानसिकता की तुलना करें तो ये स्थिति सामान्य नहीं है। ये तो समय एक और दो तय रहेंगे, लेकिन बाकी लचीले होंगे। जहीरने कहाकि अगर आप ऐसा करते हैं तो आपको नियमों के दायरे में रहना होगा। कुछ प्रोटोकॉल हैं जिनका पालन करना होता है। साथ ही कुछ बातचीत होनी चाहिए, जिससे चीजें बेहतर हों। अगर ऐसा नहीं होता तो आप असुरक्षा पैदा कर रहे हैं, जो आगे चलकर टीम के हित में नहीं होगा। इसके अलावा जहीर ने राहुल द्रविड़ और गौतम गंभीर की कोचिंग स्टाइल पर बात रखी। जहीर ने कहा कि अगर आप राहुल द्रविड़ और गौतम गंभीर के मानसिकता की तुलना करें तो ये स्थिति सामान्य नहीं है। ये तो समय एक और दो तय रहेंगे, लेकिन बाकी लचीले होंगे। जहीरने कहाकि अगर आप ऐसा करते हैं तो आपको नियमों के दायरे में रहना होगा। कुछ प्रोटोकॉल हैं जिनका पालन करना होता है। साथ ही कुछ बातचीत होनी चाहिए, जिससे चीजें बेहतर हों। अगर ऐसा नहीं होता तो आप असुरक्षा पैदा कर रहे हैं, जो आगे चलकर टीम के हित में नहीं होगा। इसके अलावा जहीर ने राहुल द्रविड़ और गौतम गंभीर की कोचिंग स्टाइल पर बात रखी। जहीर ने कहा कि अगर आप राहुल द्रविड़ और गौतम गंभीर के मानसिकता की तुलना करें तो ये स्थिति सामान्य नहीं है। ये तो समय एक और दो तय रहेंगे, लेकिन बाकी लचीले होंगे। जहीरने कहाकि अगर आप ऐसा करते हैं तो आपको नियमों के दायरे में रहना होगा। कुछ प्रोटोकॉल हैं जिनका पालन करना होता है। साथ ही कुछ बातचीत होनी चाहिए, जिससे चीजें बेहतर हों। अगर ऐसा नहीं होता तो आप असुरक्षा पैदा कर रहे हैं, जो आगे चलकर टीम के हित में नहीं होगा। इसके अलावा जहीर ने राहुल द्रविड़ और गौतम गंभीर की कोचिंग स्टाइल पर बात रखी। जहीर ने कहा कि अगर आप राहुल द्रविड़ और गौतम गंभीर के मानसिकता की तुलना करें तो ये स्थिति सामान्य नहीं है। ये तो समय एक और दो तय रहेंगे, लेकिन बाकी लचीले होंगे। जहीरने कहाकि अगर आप ऐसा करते हैं तो आपको नियमों के दायरे में रहना होगा। कुछ प्रोटोकॉल हैं जिनका पालन करना होता है। साथ ही कुछ बातचीत होनी चाहिए, जिससे चीजें बेहतर हों। अगर ऐसा नहीं होता तो आप असुरक्षा पैदा कर रहे हैं, जो आगे चलकर टीम के हित में नहीं होगा। इसके अलावा जहीर ने राहुल द्रविड़ और गौतम गंभीर की कोचिंग स्टाइल पर बात रखी। जहीर ने कहा कि अगर आप राहुल द्रविड़ और गौतम गंभीर के मानसिकता की तुलना करें तो ये स्थिति सामान्य नहीं है। ये तो समय एक और दो तय रहेंगे, लेकिन बाकी लचीले होंगे। जहीरने कहाकि अगर आप ऐसा करते हैं तो आपको नियमों के दायरे में रहना होगा। कुछ प्रोटोकॉल हैं जिनका पालन करना होता है। साथ ही कुछ बातचीत होनी चाहिए, जिससे चीजें बेहतर हों। अगर ऐसा नहीं होता तो आप असुरक्षा पैदा कर रहे हैं,