मुंबई इंडियंस के खिलाफ यशस्वी जायसवाल की पारी प्रभावशाली थी क्योंकि उन्होंने शॉट खेलने के लिए समय भी लिया और उच्च स्ट्राइक रेट बनाए रखकर अच्छा संतुलन बनाया।

– ब्रायन लारा

वेस्टइंडीज के पूर्व क्रिकेटर, यशस्वी जायसवाल के बारे में बोलते हुए।

खेल जगत

आज का खिलाड़ी — युजवेन्द्र चहल

राजस्थान रॉयल्स के लेग-स्पिनर युजवेंद्र चहल इंडियन प्रीमियर लीग (आईपीएल) में 200 विकेट लेने वाले पहले गेंदबाज बन गए हैं। मुंबई इंडियंस के खिलाफ मैच में मोहम्मद नबी को आउट करते हुए चहल ने यह उपलब्धि हासिल की है। पिछले सत्र ही चहल ने ड्वेन ब्रावो को पीछे छोड़ते हुए लीग इतिहास में सर्वाधिक विकेट लेने का रिकॉर्ड अपने नाम किया था। अब 153वें मैच में उन्होंने 200 विकेट लेने का कारनामा किया है। चहल को सबसे पहले 2011 में मुंबई इंडियंस ने साइन किया था, लेकिन उनका आईपीएल में पर्दापण 2013 में हुआ था।

क्या आप जानते हैं ?... अपनी टेस्ट जीवन की पहली श्रृंखला में सर्वाधिक रन बनाने का रिकार्ड भारत के सुनील गावस्कर के नाम है। गावस्कर ने 1970-71 में वेस्टइंडीज के खिलाफ 77 रन बनाए।

गायकवाड़ के शतक पर भारी पड़ी स्टोयनिस की पारी

लखनऊ ने चेन्नई को दूसरी बार 6 विकेट से हराया, स्टोयनिस ने 63 गेंद पर नाबाद 124 रन बनाए

चेन्नई, 23 अप्रेल। मार्कस स्टोयनिस के शतक की बदौलत लखनऊ सुपर जायंट्स ने -2024 में चेन्नई सुपर किंग्स को 6 विकेट से हराया। की सीजन में पांचवीं जीत है। टीम पॉइंट्स टेबल में 10 अंक के साथ तीसरे स्थान पर आ गई है। चेन्नई के एमए चिदंबरम स्टेडियम में मंगलवार को लखनऊ ने टॉस जीतकर गेंदबाजी चुनी। चेन्नई ने पहले बल्लेबाजी करते हुए 20 ओवर में 4 विकेट पर 210 रन बनाए। लखनऊ ने 211 रन का टारगेट 19.3 ओवर में 4 विकेट पर हासिल कर लिया।

मार्कस स्टोयनिस ने 63 बॉल पर नाबाद 124 रन की शतकीय पारी खेली। उन्होंने 13 चौके और 6 छक्के जमाए। निकोलस पूरन ने 15 बॉल पर 34 रन का योगदान दिया। मथिश पथिराना को दो विकेट मिले। ऋतुराज गायकवाड 60 बॉल पर नाबाद 108 रन की पारी खेली। उनकी पारी में 12 चौके और 3 छक्के शामिल रहे। शिवम दुबे ने 27 बॉल पर 66 रन बनाए। उन्होंने 3 चौके और 7 छक्के जमाए। मैट हेनरी और मोहसिन खान को एक-एक विकेट मिला। आज यहां एम ए चिदंबरम स्टेडियम में लखनऊ सुपर जायंट्स के कप्तान के एल राहुल ने टॉस जीतकर पहले गेंदबाजी करने का फैसला किया। पहले बल्लेबाजी करने उतरी चेन्नई की शुरुआत खराब रही और उसने पहले ही ओवर में सलामी बल्लेबाज अजिंक्य रहाणे (1) का विकेट गवां दिया। उसके बाद डैरिल मिचेल ने ऋतुराज के साथ पारी संभालने का प्रयास किया। दोनों बल्लेबाजों ने दूसरे विकेट के लिये 45 रन जोड़े। छठें ओवर में यश ठाकुर ने हुड्डा के हाथों कैच आउट कराकर मिचेल (11) को पवेलियन भेज दिया। 12वें ओवर में रवींद्र जडेजा (16) रन बनाकर आउट हुये। हालांकि दूसरे छोर से ऋतुराज लगातार रन बनाते रहे। उन्होंने 60 गेंदों में 12 चौके और तीन छक्के लगाते हुए नाबाद (108) रनों की पारी खेली। शिवम दुबे ने ऋतुराज चौथे विकेट लिये 104 रनों की साझेदारी की।

मनिका को पछाड़कर भारत की नंबर एक टेबल टेनिस खिलाड़ी बनी श्रीजा

नयी दिल्ली, 23 अप्रेल। राष्ट्रमंडल खेलों की मिश्रित युगल चैंपियन श्रीजा अकुला मंगलवार को नवीनतम आईटीटीएफ रैंकिंग में करियर के सर्वश्रेष्ठ 38वें स्थान पर पहुंची और मनिका बत्रा को पछाड़कर शीर्ष रैंकिंग वाली भारतीय महिला टेबल टेनिस खिलाड़ी बन गईं। नवीनतम रैंकिंग में श्रीजा को एक स्थान का फायदा हुआ जबकि पिछले कुछ समय से भारत की नंबर एक टेबल टेनिस खिलाड़ी मनिका दो स्थान के नुकसान से 39वें पायदान पर खिसक गईं। इस साल 25 साल की श्रीजा ने प्रभावशाली प्रदर्शन किया है।

उन्होंने डब्ल्यूटीटी फीडर कॉरपस क्रिस्टी और डब्ल्यूटीटी फीडर बेरूत टूर्नामेंट में क्रमशः जनवरी और मार्च में खिताब जीते। वह गोवा में डब्ल्यूटीटी स्टार कंटेंडर के क्वार्टर फाइनल में भी पहुंची। श्रीजा ने 2022 राष्ट्रमंडल खेलों में अनुभवी अचंता शरत कमल के साथ मिलकर मिश्रित युगल का स्वर्ण पदक जीता था। यशस्विनी घोरपड़े और अर्चना कामत क्रमशः 99वें और 100वें स्थान पर बरकरार हैं। शरत रैंकिंग में 37वें स्थान के साथ शीर्ष रैंकिंग वाले भारतीय खिलाड़ी हैं। जी साथियान और मानव ठाकर ने क्रमशः 60वें और 61वें स्थान पर एक दूसरे की जगह ली है।

केकेआर में मुझे ज्यादा मार्गदर्शन नहीं मिलता था लेकिन अब परिपक्व हो गया हूं : कुलदीप

नयी दिल्ली, 23 अप्रेल। भारतीय स्पिनर कुलदीप यादव जब कोलकाता नाइट राइडर्स (केकेआर) का हिस्सा थे तब उनके प्रदर्शन में काफी गिरावट आयी थी लेकिन दिल्ली कैपिटल्स के साथ जुड़ने के बाद इस गेंदबाज ने इंडियन प्रीमियर लीग के साथ राष्ट्रीय टीम के लिए भी शानदार प्रदर्शन किया। दिल्ली की टीम से जुड़ने के बाद कुलदीप ने 33 मैचों में 41 विकेट चटकाये है। कुलदीप बताया कि 2020 में घुटने की ऑपरेशन के बाद कोच कपिल पांडे की देखरेख में अभ्यास करते हुए उन्होंने नये कौशल विकसित किये जिसका फायदा मिला।

कुलदीप ने कहा, " मैं जब केकेआर में था तब मुझे मार्गदर्शन की जरूरत थी लेकिन अब ऐसी स्थिति नहीं है। अब मैं अपनी समझ से चीजें नियंत्रित करता हूं। माही भाई (महेन्द्र सिंह धोनी) ने 2019 के बाद राष्ट्रीय टीम के लिए खेलना छोड़ दिया था और उसके बाद मुझे मार्गदर्शन की जरूरत महसूस हुई। अब अनुभव के साथ मैं चीजों को बेहतर तरीके से समझने लगा हूं।" उन्होंने कहा,"मुझे अब भी केकेआर (2016-2020 तक) में अपने समय पर पछतावा है और मुझे लगता है कि मैं अब जो कुछ भी कर रहा हूं, काश मैं इसे पहले ही कर पाता।" उन्होंने यहां चुनिंदा मीडिया से बातचीत में कहा, "मुझे अब भी दुख होता है कि अगर मैंने उस समय उन कौशलों पर काम किया होता, तो मैं और भी अधिक प्रभावी हो सकता था।

चमारी अटापट्टू एकदिवसीय बल्लेबाजी रैंकिंग में शीर्ष पर पहुंची

दुबई, 23 अप्रेल। पिछले सप्ताह दक्षिण अफ्रीका के खिलाफ नाबाद 195 रनों रिकार्डो वाली पारी खेलने वाली श्रीलंका महिला टीम की कप्तान चमारी अटापट्टू आईसीसी की महिला एकदिवसीय बल्लेबाजी रैंकिंग में शीर्ष पर पहुंच गई है। चमारी की इस पारी ने महिला क्रिकेट के कई रिकॉर्ड ध्वस्त किए थे, जिसमें एकदिवसीय में सफल लक्ष्य हासिल के दौरान सर्वाधिक व्यक्तिगत स्कोर भी शामिल था। एकदिवसीय में पुरुष और महिला दोनों क्रिकेट में यह सफल लक्ष्य हासिल के दौरान दूसरा सर्वाधिक व्यक्तिगत स्कोर भी था। ग्लेन मैक्सवेल ने 2023 विश्वकप में अफगानिस्तान के खिलाफ नाबाद 201 रनों की पारी खेली थी। इस प्रदर्शन के चलते चमारी ने आईसीसी की तालिका में अब तक की अपनी सबसे बड़ी रेटिंग (773) प्राप्त करते हुए पहला स्थान प्राप्त कर लिया।

हमें गेंद और बल्ले दोनों से थोड़ा सुधार करने की जरूरत : वॉर्नर

नई दिल्ली, 23 अप्रेल। दिल्ली कैपिटल्स के सलामी बल्लेबाज डेविड वार्नर को यह स्वीकार करने में कोई हिचकिचाहट नहीं है कि टीम के पास मौजूदा आईपीएल में प्ले ऑफ की दौड़ में बने रहने के लिए अपने बाकी बचे सभी मैच जीतने के अलावा कोई विकल्प नहीं बचा है। अपने आठ में से पांच मैच हारने के बाद दिल्ली की नजरें बुधवार को यहां गुजरात टाइटंस के खिलाफ जीत दर्ज करने पर टिकी होंगी।

वार्नर ने मंगलवार को संवाददाताओं से कहा, "टीम की खातिर हमें जहां होना चाहिए हम वहां नहीं हैं। हम कुछ और मैच जीतना पसंद करते। लेकिन फाइनल में चुनौती पेश करने के लिए बेशक हमें बाकी बचे मैच जीतने होंगे।" उन्होंने कहा, "इसलिए हमारे लिए यह अपना सर्वश्रेष्ठ प्रदर्शन करने के बारे में है। उम्मीद है कि हम प्रत्येक मैच वैसे ही खेल सकेंगे जैसे हम गुजरात के खिलाफ खेले थे।" ऑस्ट्रेलिया के इस अनुभवी बल्लेबाज ने कहा, "हमें बल्ले और गेंद दोनों से थोड़ा सुधार करना होगा। अगर हम कुल स्कोर को कम रखने में सफल रहे तो यह बहुत अच्छा होगा। और फिर अगर हम पहले बल्लेबाजी करते हैं तो कोशिश करें कि बड़ा स्कोर बनाएं और इसका बचाव करें।"

दिल्ली के पास खतरनाक गेंदबाजी आक्रमण है जिसने पहले चरण के मैच में गुजरात टाइटंस को 89 रन पर आउट कर दिया था। उन्होंने कहा, "लोग जिस तरह से ट्रेनिंग और तैयारी कर रहे हैं उसमें कोई गलती नहीं है। मैचों में कभी-कभी ऐसा होता है कि आप चीजों को लागू नहीं कर पाते और हम जानते हैं कि जब हम शुरुआत में विकेट चटकाते हैं तो हमारा गेंदबाजी आक्रमण बहुत खतरनाक हो जाता है।"

दोहा में भारतीय ट्रैप निशानेबाजों को ड्रॉ में मिली असफलता

दोहा, 23 अप्रैल। आईएसएसएफ ओलंपिक शॉटगन क्वालिफिकेशन चैंपियनशिप में प्रतिस्पर्धा कर रहे छह भारतीय ट्रैप निशानेबाजों में से कोई भी फाइनल में जगह बनाने में कामयाब नहीं हुआ। कतर के दोहा में आयोजित चैंपियनशिप की पुरुषों की ट्रैप स्पर्धा में तीन भारतीय निशानेबाज - विवान कपूर, ज़ोरावर सिंह संधू और पृथ्वीराज टोंडिमन में से कोई भी क्वालीफाइंग राउंड से आगे नहीं बढ़ पाये। इसके अलावा मनीषा कीर, नीरू और श्रेयसी सिंह का महिला टीम भी अपने स्पर्धा के फाइनल में जगह बनाने में असफल रही।

डेथ ओवरों में योजनाओं को लागू करना और अच्छी गेंदें फेंकना महत्वपूर्ण : संदीप शर्मा

जयपुर, 23 अप्रेल। राजस्थान रॉयल्स के तेज गेंदबाज संदीप शर्मा ने आईपीएल के मौजूदा सत्र में सर्वश्रेष्ठ गेंदबाजी प्रदर्शन करने के बाद जोर देते हुए कहा कि डेथ ओवरों (अंतिम ओवरों) में गेंदबाजी करते समय आपको अपनी योजनाओं को लागू करने का प्रयास करते समय बड़ा दिल रखना होगा। चोट के कारण तीन सप्ताह के ब्रेक के बाद वापसी करते हुए 30 साल के संदीप ने सोमवार को मुंबई इंडियन्स के खिलाफ 18 रन देकर पांच विकेट चटकाए। संदीप ने मुंबई के खिलाफ रॉयल्स की नौ विकेट की जीत के बाद कहा, "इस साल के आईपीएल में बल्लेबाज बड़े स्कोर बना रहे हैं।

इंपेक्ट प्लेयर नियम के कारण एक अतिरिक्त बल्लेबाज है इसलिए मैच में काफी रन बन रहे हैं। आपको डेथ ओवरों में गेंदबाजी करते समय बड़ा दिल रखना होगा और अपनी योजनाओं को लागू करने का प्रयास करते हुए अच्छी गेंदें फेंकनी होंगी।" आईपीएल में नई गेंद से शुरुआत करने वाले संदीप ने मौजूदा सत्र में रॉयल्स के लिए अब तक खेले तीन मैच में डेथ ओवरों में गेंदबाजी की है।

उन्होंने कहा, "आज भी अगर आप मुझसे पूछें कि मैं कहां सहज महसूस करता हूं, मैं कहूंगा कि यह नई गेंद के साथ है। पुरानी गेंद के साथ आपको एक गेंदबाज के रूप में अनुकूलित और विकसित होना होगा।" संदीप मांसपेशियों में खिंचाव के बाद एकादश में लौट आए हैं जिसके कारण उन्हें करीब एक महीने तक बाहर रहना पड़ा। मुंबई के खिलाफ संदीप ने सूर्यकुमार यादव, तिलक वर्मा, टिम डेविड, इशान किशन और गेराल्ड कोएट्जी को आउट किया।

टाइटंस के खिलाफ दिल्ली को गेंदबाजों से बेहतर प्रदर्शन की उम्मीद

नयी दिल्ली, 23 अप्रेल। दिल्ली कैपिटल्स की टीम इंडियन प्रीमियर लीग में बुधवार को यहां गुजरात टाइटंस के खिलाफ उतरेगी तो उसे अपने गेंदबाजों से बेहतर प्रदर्शन की उम्मीद होगी जबकि ऋषभ पंत की कप्तानी पर भी नजरें रहेंगी। पंत के लिए घरेलू मैदान पर वापसी उम्मीद के मुताबिक नहीं रही और दिल्ली को लगातार दो जीत दर्ज करने के बाद शनिवार को घरेलू मैदान पर सनराइजर्स हैदराबाद के खिलाफ 67 रन की बड़ी हार का सामना करना पड़ा। इस हार से दिल्ली की टीम आठ मैच में तीन जीत और पांच हार से छह अंक के साथ आठवें स्थान पर खिसक गई है। टीम अच्छी तरह से जानती है कि अगर उसे प्ले ऑफ के लिए क्वालीफाई करने की उम्मीदों को जीवंत रखना है तो जीत की राह पर लौटना होगा।

सनराइजर्स के खिलाफ पंत के फैसलों पर कई बार सवाल उठे। टॉस के समय वह अरूण जेटली स्टेडियम में ओस के पहलू को सही तरह से नहीं भांप पाए और उन्होंने पहले गेंदबाजी करने का फैसला किया। पंत का पारी का दूसरा ओवर ललित यादव को सौंपने का फैसला और भी विवादास्पद रहा और सनराइजर्स ने तूफानी शुरुआत करते हुए पावर प्ले में बिना विकेट खोए 125 रन बनाए। पंत बल्लेबाजी के दौरान जूझते नजर आए और लक्ष्य का पीछा करते हुए 35 गेंद में सिर्फ 44 रन बना पाए।

सनराइजर्स के 267 रन के लक्ष्य का पीछा करते हुए सलामी बल्लेबाजों से तूफानी शुरुआत की अपेक्षा थी लेकिन पृथ्वी साव और डेविड वार्नर ने निराश किया। युवा जेक फ्रेजर-मैकगर्क ने सिर्फ 18 गेंद में 65 रन बनाए लेकिन उन्हें दूसरे छोर से पर्याप्त समर्थन नहीं मिला। अभिषेक पोरेल ने भी 22 गेंद में 42 रन की पारी खेली लेकिन यह नाकाफी था। सनराइजर्स ने दिल्ली के गेंदबाजों के खिलाफ आसानी से रन बटोरे। बाएं हाथ के तेज गेंदबाज खलील अहमद की कोटला की छोटी बाउंड्री के बीच शॉर्ट पिच गेंदबाजी करने की रणनीति गलत साबित हुई।

सौरव घोषाल ने पेशेवर स्क्वाश से संन्यास लिया, लेकिन भारत के लिए खेलना जारी रखेंगे

नयी दिल्ली, 23 अप्रेल। भारत के सबसे बेहतरीन पुरूष स्क्वाश खिलाड़ियों में शामिल सौरव घोषाल ने सोमवार को पेशेवर सर्किट से संन्यास लेने की घोषणा की लेकिन वह अगले कुछ समय तक बहु-खेल स्पर्धाओं वाले आयोजन में भारत का प्रतिनिधित्व करना जारी रखेंगे। पेशेवर सर्किट में 22 साल खेलने वाले घोषाल ने इंचियोन और हांग्झोउ एशियाई खेलों की टीम स्पर्धाओं में दो स्वर्ण पदक जीतने के अलावा राष्ट्रमंडल खेलों में तीन पदक जीते हैं।

उन्होंने ग्लासगो में 2022 विश्व युगल चैंपियनशिप में मिश्रित युगल वर्ग में स्वर्ण पदक जीता था। घोषाल ने अपने इंस्टाठाम पर लिखा, "मैंने 22 साल पहले 'पीएसए विश्व टूर' पर अपनी यात्रा शुरू की थी। उस समय मैंने सपने में भी नहीं सोचा था कि मैं इतने लंबे समय तक पेशेवर स्क्वाश खेलूंगा। जब मैंने दुनिया भर में यात्रा की और कुछ बड़े मंचों खेलते हुए मैंने सोचा कि यह कभी ख़त्म नहीं होगा।"

इस 37 साल के खिलाड़ी ने कहा, "लेकिन हर चीज का एक अंत होता है। यह संदेश लिखते समय मैं भावनाओं से अभिभूत हूं। यह खेल इतने वर्षों से मेरा जुनून, मेरी आजीविका और मेरी पहचान रहा है। इसलिए गर्व और दुख की मिश्रित भावनाओं के साथ मैं पीएसए से अपने संन्यास की घोषणा करता हूं।" कोलकाता में जन्में घोषाल दुनिया के शीर्ष 10 में पहुंचने वाले एकमात्र भारतीय खिलाड़ी हैं। उन्होंने अप्रैल 2019 में करियर की उच्चतम रैंकिंग हासिल की और छह महीने तक उसे बनाये रखने में सफल रहे। घोषाल ने 2003 में पीएसए में पदार्पण करने के बाद से 18 फाइनल में पहुंचकर 10 पीएसए खिताब जीते हैं।

उन्होंने पीएसए टूर पर अपने 511 मैचों में से 281 जीते हैं। घोषाल के नाम 13 राष्ट्रीय खिताब जीतने का रिकॉर्ड भी है। उन्होंने इसमें से आखिरी खिताब 2020 में जीता था। घोषाल का खेल हालांकि अभी पूरी तरह से खत्म नहीं हुआ है और वह भारतीय टीम का प्रतिनिधित्व करना जारी रखेंगे। उन्होंने कहा, " मुझे उम्मीद है कि मैं प्रतिस्पर्धी स्क्वाश को पूरी तरह से अलविदा नहीं कह रहा हूं। मैं कुछ और समय तक भारत के लिए खेलना चाहूंगा। उम्मीद है कि मेरे अंदर संघर्ष करने की कुछ क्षमता बाकी है और मैं अपने देश के लिए कुछ और हासिल कर सकता हूं।

सुनील नारायण ने टी-20 विश्व कप के लिए वापसी से इंकार किया

कोलकाता, 23 अप्रेल। इंडियन प्रीमियर लीग के मौजूदा सत्र में शानदार फॉर्म में चल रहे वेस्टइंडीज के पूर्व गेंदबाजी ऑलराउंडर सुनील नारायण कैरेबिया और अमेरिका में होने वाले आगामी टी20 विश्व कप के लिए अपने संन्यास के फैसले को वापस नहीं लेंगे और उन्होंने जोर देकर कहा कि वह 'दरवाजा अब बंद हो चुका है"। वेस्टइंडीज के लिए 2019 में टी20 के रूप में आखिरी अंतरराष्ट्रीय मैच खेलने वाले 35 साल के नारायण ने दुनिया भर की फ्रेंचाइजी टी20 लीग पर ध्यान केंद्रित करने के लिए पिछले साल नवंबर में अंतरराष्ट्रीय क्रिकेट से संन्यास ले लिया था।

आईपीएल के मौजूदा सत्र में हालांकि कोलकाता नाइट राइडर्स के लिए बल्ले और गेंद दोनों से उनकी शानदार फॉर्म को देखते हुए नारायण को टी20 विश्व कप में खिलाने के लिए मनाने की कोशिशें चल रहीं थी। नारायण ने इंस्टाठाम पोस्ट में लिखा, "मैं वास्तव में बहुत खुश और आभारी हूं कि हाल ही में मेरे प्रदर्शन ने कई लोगों को सार्वजनिक रूप से मेरे संन्यास से वापसी करने और आगामी टी20 विश्व कप में खेलने की इच्छा व्यक्त करने के लिए प्रेरित किया है।"

नारायण ने जोर देकर कहा कि उन्होंने अपने फैसले को स्वीकार कर लिया है और घर से टीम का समर्थन करेंगे। उन्होंने कहा, "मैंने उस फैसले को स्वीकार कर लिया है और हालांकि मैं किसी को निराश नहीं करना चाहता लेकिन वह दरवाजा अब बंद हो गया है और मैं उन खिलाड़ियों का समर्थन करूंगा जो जून में वेस्टइंडीज के लिए मैदान में उतरेंगे।" नारायण ने कहा, "जिन खिलाड़ियों ने पिछले कुछ महीनों में कड़ी मेहनत की है और वे हमारे शानदार प्रशंसकों को यह दिखाने के हकदार हैं कि वे एक और खिताब जीतने में सक्षम हैं। मैं आपको शुभकामनाएं देता हूं।"

नाइट राइडर्स से 2012 में जुड़ने वाले नारायण आईपीएल के मौजूदा सत्र में सर्वाधिक रन बनाने वाले बल्लेबाजों की सूची में सातवें स्थान पर हैं। उन्होंने 286 रन बनाए हैं जिसमें पिछले हफ्ते राजस्थान रॉयल्स के खिलाफ नाबाद शतक भी शामिल है जो उनका पहला टी20 शतक था। गेंद के साथ यह ऑफ स्पिनर 22.11 की औसत और 7.10 के इकोनॉमी रेट से नौ विकेट चटकाकर संयुक्त रूप से नाइट राइडर्स का सबसे सफल गेंदबाज है। नारायण के शानदार फॉर्म को देखते हुए वेस्टइंडीज के कप्तान रोवमैन पावेल ने उनसे संन्यास से वापसी करके टीम का प्रतिनिधित्व करने का आग्रह किया था।

विश्व चैम्पियन बनना शानदार था : लवलीना

लवलीना बोरगोहेन ने साझा किया ओलंपिक का अनुभव

नई दिल्ली, 23 अप्रेल। भारत की शीर्ष मुक्केबाज लवलीना बोरगोहेन अपने नैसर्गिक भार वर्ग में बदलाव और 75 किग्रा वर्ग में कड़ी प्रतिस्पर्धा के बावजूद पेरिस ओलंपिक में पदक जीतने को लेकर आश्वस्त हैं। असम की इस खिलाड़ी ने तोक्यो ओलंपिक में पदक जीतने के बाद चुनौतीपूर्ण समय का सामना किया क्योंकि वह विश्व चैम्पियनशिप और राष्ट्रमंडल खेलों से जल्दी बाहर हो गयी थी।

लवलीना पहले 69 किग्रा वर्ग में चुनौती पेश करती थी लेकिन ओलंपिक से इस भार वर्ग को हटाने के बाद उन्होंने 75 किग्रा वर्ग में खेलना शुरू किया और फिर पीछे मुड़कर नहीं देखा। इस भारतीय मुक्केबाज ने 2022 एशियाई चैंपियनशिप और 2023 विश्व चैंपियनशिप में स्वर्ण पदक के साथ-साथ पिछले साल एशियाई खेलों में रजत पदक जीता है। लवलीना ने साक्षात्कार में कहा, " वजन में बदलाव के बाद कुल मिलाकर मेरा प्रदर्शन अच्छा रहा है।

ओलंपिक वर्ग में विश्व चैम्पियनशिप जीतना बहुत बड़ी बात थी। मुझे पहले (69 किग्रा के लिए) वजन नियंत्रित करना पड़ता था लेकिन अब मैंने इस वजन से सामंजस्य बिठा लिया है। मैंने प्रतियोगिताओं में भाग लिया है और अच्छा प्रदर्शन किया है।" लवलीना का वजन आमतौर पर 70 से 75 किग्रा के बीच रहता है ऐसे में उन्हें टूर्नामेंटों से पहले वजन घटाने के लिए अतिरिक्त मेहनत नहीं करनी पड़ती। उन्होंने कहा, "हां, प्रतिद्वंद्वी (75 किग्रा में) मजबूत हैं लेकिन मैं इस वर्ग में फिट बैठती हूं। मैं 69 किग्रा की तुलना में इस श्रेणी में अधिक सहज हूं क्योंकि मुझे खाने पर ज्यादा नियंत्रण नहीं करना पड़ता है। ऐसे में मेरी ऊर्जा का स्तर ऊंचा रहता है।

मैं मजबूत महसूस करती हूं और मैं बेहतर प्रशिक्षण लेने में सक्षम हूं। मैं ताकत और कंडीशनिंग के साथ अपनी मांसपेशियों को मजबूत करने पर ध्यान देती हूं।" लंदन ओलंपिक खेलों (2012) में महिला मुक्केबाजी को शामिल किए जाने के बाद से 75 किग्रा वर्ग लगातार ओलंपिक खेलों का हिस्सा है। 26 साल की इस खिलाड़ी के लिए पेरिस के लिए स्थिति चुनौतीपूर्ण होगी क्योंकि उनका सामना ऐसे मुक्केबाजों से होगा जो पहले से ही इस वर्ग में खेलती रही है। लवलीना ने कहा, "इसमें कोई संदेह नहीं कि 75 किग्रा वर्ग चुनौतीपूर्ण है क्योंकि यह हमेशा से एक ओलंपिक वर्ग रहा है।

स्पेन की महिला फुटबॉल टीम को लॉरेस पुरस्कार, जोकोविच साल के सर्वश्रेष्ठ खिलाड़ी

स्पेल, 23 अप्रेल। पिछले साल पहली बार महिला फुटबॉल विश्व कप जीतने वाली स्पेन की टीम को सोमवार को लॉरेस विश्व खेल पुरस्कारों में दो और पुरस्कार मिले। स्पेन की महिला फुटबॉल टीम को 2023 के लिए दुनिया की साल की सर्वश्रेष्ठ टीम चुना गया जबकि मिडफील्डर एताना बोनमाती को सर्वश्रेष्ठ महिला खिलाड़ी का पुरस्कार मिला। समारोह का आकर्षण नोवाक जोकोविच रहे जिन्हें साल के सर्वश्रेष्ठ पुरुष खिलाड़ी का पुरस्कार मिला। अमेरिका की जिम्नास्ट सिमोन बाइल्स को वापसी करने वाली सर्वश्रेष्ठ खिलाड़ी का पुरस्कार दिया गया। रीयाल मैड्रिड के फॉरवर्ड ज्यूड बेलिंगहैम को 'ब्रेकथ्रू पुरस्कार' मिला जबकि दुनिया के पूर्व नंबर एक टेनिस खिलाड़ी रफेल नडाल को उनके फाउंडेशन की बदौलत 'स्पोर्ट फोर गुड अवार्ड' से नवाजा गया। जोकोविच ने ऑस्ट्रेलियाई ओपन, फ्रेंच ओपन और अमेरिकी ओपन में खिताब जीतने के साथ रिकॉर्ड 24 ठौंड स्लैम एकल खिताब जीतने का रिकॉर्ड अपने नाम किया। उन्होंने रोजर फेडरर के रिकॉर्ड की बराबरी करते हुए पांचवीं बार लॉरेस पुरस्कार जीता।लॉरेस के अनुसार नडाल के फाउंडेशन को 'स्पेन और भारत में 1,000 से अधिक कमजोर युवाओं' की मदद करने के लिए पुरस्कृत किया गया।

लीग चरण में बेहतर रैंकिंग वाली टीम के घरेलू मैदान पर होगा आईएसएल फाइनल

मुंबई, 23 अप्रेल। इंडियन सुपर लीग (आईएसएल) ने मंगलवार को कहा कि चार मई को होने वाला 2023-24 सत्र का फाइनल खिताबी मुकाबले में पहुंचने वाली दोनों टीम में से उस टीम के घरेलू मैदान पर खेला जाएगा जो लीग चरण में बेहतर रैंकिंग वाली टीम थी। मोहन बागान ने 15 अप्रैल को मुंबई सिटी एफसी को रोमांचक मुकाबले में हराकर लीग शील्ड जीती जबकि एफसी गोवा की टीम तीसरे स्थान पर रही। अब कोलकाता, मुंबई और गोवा आईएसएल फुटबॉल टूर्नामेंट के फाइनल की मेजबानी की दौड़ में हैं। स्थान की पुष्टि होने के बाद मैच के टिकटों की बिक्री शुरू की जाएगी।