

अच्छा प्रदर्शन करने का दबाव होता है : कुलदीप



एजेन्सी। ब्रिजटाउन (बारबाडोस)
चाइनामैन गेंदबाज कुलदीप यादव ने पहले वनडे में वेस्टइंडीज पर भारत की पांच विकेट की जीत के दौरान शीर्ष श्रेणी के स्पिनर के गुणों का प्रदर्शन किया और 6 रन देकर 4 विकेट लिए। 28 वर्षीय बाएं हाथ के चाइनामैन गेंदबाज के सामने कई चुनौतियां हैं। दमदार प्रदर्शन के बावजूद वह टीम से अंदर-बाहर होते रहे हैं। कुलदीप ने खेल के तीनों प्रारूपों में प्रभावशाली रिकॉर्ड बनाए हैं। हालांकि, भारत में स्पिन संसाधनों की प्रचुरता के कारण, अंतरराष्ट्रीय क्रिकेट में पदार्पण के बाद से उन्हें कई मैचों से बाहर रखा गया है। फिर भी, कलाई का स्पिनर इस तरह के उतार-चढ़ाव से अप्रभावित रहता है और अपने खेल के उन पहलुओं पर ध्यान केंद्रित करता है जिन्हें वह नियंत्रित कर सकता है। कुलदीप ने इंस्प्रीएन क्रिकइन्फो के हवाले से मैच के बाद प्रेस कॉन्फ्रेंस में कहा, आपको अक्षर स्थिति या संयोजन के कारण बाहर बैठना पड़ता है। यह एक सामान्य बात है। मैं इतने लंबे समय से क्रिकेट खेल रहा हूँ - छह, साढ़े छह साल हो गए हैं (मेरे पदार्पण के बाद से) और बहुत सी चीजें सामान्य हो गई हैं। मुझे जब भी मौका मिलता है मैं उस काम पर और अपनी गेंदबाजी पर अधिक ध्यान देता हूँ जो मुझे करना होता है, (ताक

में प्रदर्शन कर सकूँ)। जब मैं नहीं खेलता तो मैं बहुत शांत रहता हूँ क्योंकि मेरे ऊपर प्रदर्शन करने का कोई दबाव नहीं होता है। जब आप खेलते हैं तो दबाव होता है, लेकिन साथ ही अच्छा प्रदर्शन करने का भी दबाव होता है। आप एक बड़ी टीम के लिए खेल रहे हैं, आप भारत के लिए खेल रहे हैं, बहुत सारे लोग आपको देख रहे हैं, आपको अनुसरण कर रहे हैं, इसलिए आप चाहते हैं अपना सर्वश्रेष्ठ प्रदर्शन करें। कुलदीप यादव

ने लेग स्पिनर युजवेंद्र चहल के साथ मिलकर सफेद गेंद क्रिकेट की गतिशीलता में क्रांति ला दी। कुलदीप के नाम से मशहूर इस दुर्जेय जोड़ी ने स्पिन विभाग में प्रभावशालिता और कोशल का एक नया स्तर पेश किया, जिसने भारत के सीमित ओवरों के क्रिकेट पर महत्वपूर्ण प्रभाव डाला। स्पिन जोड़ी इंग्लैंड में आयोजित 2019 विश्व कप का हिस्सा थी। हालांकि, ओल्ड ट्रैफर्ड में भारत की सेमीफाइनल हार के बाद उनकी साझेदारी को

झटका लगा। तब से, उन्होंने केवल कुछ ही मैच एक साथ खेले हैं। लेकिन कुलदीप ने कहा कि उनके रिश्ते को उस झटके से कोई नुकसान नहीं हुआ है और वे एक-दूसरे की सफलता का आनंद लेना जारी रखते हैं। उन्होंने बताया, हम बहुत निश्चित हैं। हम जानते हैं कि संयोजन बहुत मान्य रखता है। कभी वह (चहल) खेलते हैं, कभी मैं खेलता हूँ और हमारी समझ बहुत अच्छी है। हम बहुत सामान्य हैं। जब मैं खेलता हूँ तो वह मेरी बहुत मदद करते हैं कि मैं क्या कर सकता हूँ, क्या बदल सकता हूँ। कुलदीप ने कहा, वह हमेशा चाहते हैं कि मैं अच्छा प्रदर्शन करूँ। जब वह खेलते हैं तो मैं भी वैसा ही करता हूँ, ताकि जब वह खेलें तो टीम के लिए अच्छा प्रदर्शन करें। शायद यही कारण है कि कुल-चा साझेदारी ने वर्षों से इतना अच्छा काम किया है। हम एक दूसरे का समर्थन करते हैं। कुलदीप ने अपनी हालिया सफलता का श्रेय सीनियर रोहित शर्मा और विराट कोहली को भी दिया। उन्होंने कहा, सीनियर बड़ी भूमिका निभाते हैं। जब मैं अपने खेल में बदलाव लाया, तो विराट भाई और रोहित भाई ने मेरा बहुत समर्थन किया। उन्होंने मुझ पर भरोसा दिखाया है। वे मेरा समर्थन कर रहे हैं।

रवि दहिया के घुटने की सर्जरी, छह महीने के लिए मैदान से बाहर



नई दिल्ली। टोक्यो ओलंपिक के रजत पदक विजेता रवि दहिया की गुस्सावारी को घुटने की सर्जरी हुई, जिससे वह इस साल के किसी भी टूर्नामेंट में हिस्सा नहीं ले पाएंगे। दहिया को फरवरी में दाहिने घुटने में एमपीएल और एमपीएल चोटों का पता चला था और वह पुनर्वास के बाद भी ठीक नहीं हो सके। वह पिछले हफ्ते एशियाई खेलों के लिए चयन ट्रायल (57 किग्रा) में क्वालिफिकेशन राउंड में आतिश टोडकर से हार गए और दर्द के कारण मेट छोड़ दिया। वह एशियाई खेलों और विश्व चैंपियनशिप में भाग नहीं ले पाएंगे। सर्जरी मुंबई में डॉ. दिनशां पारदीवाला ने की।

ज़िम एफ्रो टी10 : जोबर्ग बफेलोज ने हरारे हरिकेंस को 9 विकेट से हराया

एजेन्सी। हरारे
जिम एफ्रो टी10 के उद्घाटन संस्करण के लीग चरण के अंतिम मैच में जोबर्ग बफेलोज ने शानदार प्रदर्शन किया और हरारे हरिकेंस को 22 गेंद शेष रहते 9 विकेट से हरा दिया। विल स्मीड ने सर्वाधिक नाबाद 44 रन बनाए, जिससे जोबर्ग अंक तालिका में डरबन क्लॉडर्स के बाद दूसरे स्थान पर पहुंच गए। केप टाउन सैंप आर्मी और हरारे हरिकेंस तीसरे और चौथे स्थान पर रहे, जबकि बुलाबायो ब्रेक्स तालिका में आखिरी स्थान पर रहे। पहले बल्लेबाजी करते हुए, हरारे हरिकेंस की शुरुआत धीमी रही, क्योंकि उन्होंने अपने भारतीय सलामी बल्लेबाज राँबिन उथप्पा को 6 रन पर ही जल्दी खो दिया। एविन



लुईस 1 रन बनाकर आउट होने वाले अगले खिलाड़ी थे, क्योंकि शुरुआती आदान-प्रदान में जोबर्ग बफेलोज को बड़द हासिल था। इसके ठीक बाद, रैगिस चकाबवा (10) अपनी शुरुआत को अच्छे स्कोर में बदल नहीं सके, जिसके बाद फॉर्म में चल रहे डोनोंवन फरेरा और मोहम्मद नबी ने मोर्चा संभाला। दोनों ने 19 रन जोड़े, क्योंकि वे पारी

को स्थिर करने की कोशिश कर रहे थे, लेकिन, 7 वें ओवर में, बफेलोज ने ब्लेंसिंग मुजारानी के माध्यम से फिर से हमला किया। इस समय परेशानी की स्थिति में, नबी, जिनके साथ इफान पटान भी शामिल थे, ने कमान संभाली। नबी के 19 रन पर आउट होने से पहले इस साझेदारी ने 20 रन जोड़े और ल्यूक जोंगवे शून्य पर आउट हो गए।

जापान के ताकाहाशी आईसीसी आचार संहिता के उल्लंघन के दोषी

दुबई। अंतरराष्ट्रीय क्रिकेट परिषद (आईसीसी) ने पुरुष टी20 विश्व कप ईस्ट एशिया पैसिफिक (ईएपी) क्वालीफायर में पापुआ न्यू गिनी में फिलीपींस के खिलाफ आउट होने के बाद ड्रेसिंग रूम के बगल की दीवार तोड़ने के लिए जापान के बल्लेबाज इब्राहिम ताकाहाशी को दोषी पाया है। ताकाहाशी को आईसीसी आचार संहिता के लेवल 1 के उल्लंघन का दोषी पाया गया। आईसीसी ने एक विज्ञापित में बताया कि ताकाहाशी को शुरुआत को खिलाड़ियों और खिलाड़ी सहायता कर्मियों के लिए आईसीसी आचार संहिता के अनुच्छेद 2.2 का उल्लंघन करते हुए पाया गया, जो एक अंतरराष्ट्रीय मैच के दौरान क्रिकेट उपकरण या कपड़े, ग्राउंड उपकरण या फिक्स्चर और फिटिंग के दुरुपयोग से संबंधित है।

बुमराह पूरी तरह फिट, जल्द करेंगे वापसी...

बीसीसीआई सचिव जय शाह ने किया कफर्म
एजेन्सी। नई दिल्ली
आयरलैंड में होने वाली टी20 अंतरराष्ट्रीय श्रृंखला के लिए भारत दूसरे दर्जे की टीम भेजेगा लेकिन भारतीय क्रिकेट बोर्ड (बीसीसीआई) सचिव जय शाह ने कहा कि उम्मीद है कि पूरी तरह फिट हुए तेज गेंदबाज जसप्रीत बुमराह को मालाहिडे में होने वाले तीन मैचों के दौरान खिलाया जा सकता है। बुमराह अपनी पीठ के निचले हिस्से में 'स्ट्रेस फ्रैक्चर' की सर्जरी के बाद इस समय राष्ट्रीय क्रिकेट अकादमी (एनसीए) में रिहैबिलिटेशन की प्रक्रिया से गुजर रहे हैं और उनके अंतिम फेसला लिये जाने से पहले कुछ अभ्यास



मैच खेलने की उम्मीद है। शाह ने प्रेस कॉन्फ्रेंस के दौरान पत्रकारों से कहा, बुमराह पूरी तरह फिट हैं और वह आयरलैंड जा सकते हैं। उन्होंने कहा कि विश्व कप से पहले 12 वनडे ही बचे हैं और प्रयास इस बात पर होगा कि चयन में निरंतरता बरती जाये। शाह ने यह साफ किया कि वापसी करने वाले बुमराह को छोड़कर विश्व कप टीम के सीनियर खिलाड़ियों



को वेस्टइंडीज के खिलाफ पांच मैचों की टी20 अंतरराष्ट्रीय श्रृंखला के खतम होने के छह दिन के अंदर शुरू होने वाली तीन मैचों की श्रृंखला के लिए नहीं चुना जायेगा जिसमें टी20 कप्तान हार्दिक पंड्या भी शामिल हैं। शाह ने कहा, आयरलैंड दौरे के अलावा चयन में निरंतरता होगी। शाह ने यह भी कहा कि यह देखा बीसीसीआई का कर्तव्य है कि अन्य क्रिकेट बोर्ड

भी अच्छी स्थिति में रहें इसलिये इतना अंतरराष्ट्रीय क्रिकेट खेला जा रहा है। उन्होंने कहा, अन्य बोर्ड के अस्तित्व के लिए हमें हर जगह दौरा करना होगा। इतना ज्यादा क्रिकेट होने के कारण चोट भी लगेंगी। हमें अन्य बोर्ड का ध्यान भी रखना होगा। उन्होंने यह भी स्पष्ट किया कि सभी सीनियर खिलाड़ियों को घरेलू क्रिकेट मैच खेलने होंगे जो भारतय टीम का हिस्सा नहीं हैं। शाह ने कहा, हाल में सीनियर खिलाड़ी जैसे चेतेश्वर पुजारा और सुर्यकुमार यादव दलीप ट्राफी में खेले थे। जो भी खिलाड़ी एनसीए में नहीं हैं और भारतीय टीम का हिस्सा नहीं हैं, उसे घरेलू क्रिकेट में खेलना होगा। 80 प्रतिशत खिलाड़ियों ने फिटनेस जांच पास कर ली है।

एशियाई खेल

महिला फुटबॉल टीम के कोच थॉमस डेनेरबी ने कहा

गोलपोस्ट के पास मौकों को भुनाना होगा

एजेन्सी। चेंनई
भारतीय महिला फुटबॉल टीम के मुख्य कोच थॉमस डेनेरबी ने कहा कि टीम को एशियाई खेलों और एशियाई क्वालीफाइंग चैंपियनशिप के दूसरे दौर में अच्छा प्रदर्शन करने के लिए मौकों को गोल में बदलने के साथ एटैकिंग थर्ड (गोल पोस्ट के सामने) में अपने खेल में सुधार करना होगा। डेनेरबी ने कहा, हमें गोल पोस्ट के करीब अपने मौके को भुनाना होगा। हमने हाल के मैचों में गोल करने के बहुत सारे मौके बनाये अधिक गोल नहीं कर पाए। डेनेरबी ने एआईएफएफ (अखिल भारतीय फुटबॉल महासंघ) की वेबसाइट से कहा कि उनकी टीम को भी अपनी रक्षात्मक संरचना को मजबूत करने की जरूरत है। उन्होंने कहा, हृद्दहमें रक्षापतिको मजबूत करने के लिए भी कड़ी मेहनत करते रहने की जरूरत है। महारारी रक्षापतिके अर्धो अच्छा काम कर रही है और हमने ओलंपिक



क्वालीफिकेशन में दो मैचों के लिए कोई भी गोल नहीं होने दिया। जब हम ओलंपिक क्वालीफिकेशन की तैयारी कर रहे थे तो हमने मैत्री मैचों में गोल करने के आसान मौकों को गंवा दिया था। यह टीम के लिए अच्छा नहीं है। उन्होंने कहा कि टीम को जवाबी हमला करने के मामले में बेहतर करना होगा। उन्होंने कहा, अगर की रक्षापतिक मजबूत रहती है तो हम जानते हैं कि हम मजबूत टीमों के खिलाफ भी हमेशा मौके बनाते हैं। हमें जवाबी हमला तेज करना होगा लेकिन ऐसा तभी होगा जब हम

डेनमार्क को मात देकर इंग्लैंड नॉकआउट चरण के करीब

सिडनी। यूरोपीय चैंपियन इंग्लैंड ने शुरुआत को डेनमार्क को 1-0 से हरा दिया, जिससे वह मौजूदा फीफा महिला विश्व कप के नॉकआउट चरण के करीब पहुंच गया है। हालांकि, सिडनी में जीत खिताब की प्रबल दावेदार मानी जाने वाली इंग्लैंड की टीम के लिए एक महत्वपूर्ण नुकसान लेकर आई होगी। मध्यांतर से ठीक पहले स्टार खिलाड़ी केइरा वॉल्श के घुटने में गंभीर चोट लग गई। शिन्दुआ की रिपोर्ट के अनुसार, बार्सिलोना की मिडफील्डर एक पास को रोकने की कोशिश करते समय अजीब तरह से मुड़ गईं और वह काफी व्यथित दिखाई दे रही थी, क्योंकि उसे स्ट्रेचर पर मैदान से बाहर ले जाया गया। हैती के खिलाफ 1-0 की निराशाजनक शुरुआती जीत के बाद, जहां पेनल्टी किंक ही एकमात्र अंतर था, बोर्ड पर अंक लगाने की इंग्लैंड की क्षमता पर संदेह था। लेकिन एक सक्रिय इंग्लैंड ने आलोचकों को एक उच्च-ऊर्जा शुरुआत के साथ जवाब दिया, और छठे मिनट में लारिन जेम्स ने जबरदस्त शॉट से गोल दाग दिया। इंग्लैंड ने बेहतरीन पासिंग कोशल का प्रदर्शन किया, जिसमें जेम्स ने निशाना साधा, लेकिन डेनमार्क ने उसे बेकार कर दिया।



अनुशासित होकर काम करेंगे और अपनी रक्षापतिको मजबूत रखेंगे। मुझे लगता है कि अगर थोड़ा सा क्लिस्म का साथ मिला तो यह टीम क्वालीफिकेशन में आगे बढ़ सकती

है। भारत को एशियाई खेलों के ग्रुप बी में चीनी ताइपे और थाईलैंड के खिलाफ रखा गया है, ओलंपिक क्वालीफायर में उसका मुक़ाबला उज्बेकिस्तान से होगा, जबकि

NEW®
POND'S
FORMULATED BY THE POND'S INSTITUTE
BRIGHT BEAUTY™
serum cream
spot-less glow
SPF 15 PA++