

राष्ट्रीय नवीन मेल

डालतनगंज (मेदिनीनगर) एवं रांची से एक साथ प्रकाशित

सत्यनेत जयते



**झारखण्ड के खेल प्रशिक्षकों को दिया जायेगा कैश अवार्ड
पांच सितम्बर तक करना होगा आवेदन**

नवीन मेल संवाददाता

रांची। झारखण्ड के खेल प्रशिक्षकों को कैश अवार्ड का लाभ दिया जाना है। इके लिए खेल निदेशालय, झारखण्ड के निर्णय के बाद सभी जिलों में इसके लिए जिला खेल प्रशिक्षकारी के माध्यम से पांच सितम्बर तक आवेदन मांगा जा रहा है। गांधी सहित दूसरे जिलों में भी इस संबंध में सूचना जारी की गयी है। रांची डीएसओ के स्वतंत्र संघर्ष में भागी रही थी।



खेल प्रशिक्षकों को कैश अवार्ड के लिए पांच सितम्बर तक आवेदन करने को कहा गया है। इके अनुसार झारखण्ड के वैयै खेल प्रशिक्षक, जिन्होंने मान्यता प्राप्त खेल प्रशिक्षकारी औंगों में खिलाड़ियों वा टीम को उपरांट्सीय दिनांक हो और अवकाश के लिए आवेदन के लिए आवेदन मांगा जा रहा है, वे पांच सितम्बर के दिन आवेदन कर सकते हैं। इसके लिए अपने आवेदन संबंधित जिले में आवेदन का फॉर्म खेल निदेशालय की वेबसाइट से डाईएसओ का कार्यालय से संपर्क करना होगा।

रिस्म में इलाज के दौरान कैदी की मौत

रांची। बिरसा मुंडा केंद्रीय कारा होटलाल में उप्रक्रेद की सजा काट रहे बंदी से मांगवाकी इलाज के दौरान रिवावार को रिस्म में मौत हो गई है। सोमा इट्टीकी थाना क्षेत्र के रानी खट्टूणा का रहने वाला था मेडिसिन विभाग में डॉ विद्यापति की चूनिट में उसका इलाज चल रहा था। हेपेटाइटिस-बी व अन्य बीमारी से प्रसिद्ध सोमा को इलाज के लिए सात अगस्त को कारा चिकित्सक की अनुशंसा पर रिस्म में भर्ती किया गया था। इलाज के दौरान कैदी की मौत हो गई। मृतक के पोस्टमार्टम को लेकर बिरसा मुंडा कारा के अधीक्षक ने रिस्म के चिकित्सा अधीक्षक को पत्र लिख कर पोस्टमार्टम की प्रक्रिया का विविधोग्रामी करने का आग्रह किया है।

पलामू में लेवी के साथ दो माओवादी गिरफ्तार

पैसा टॉप कमांडर के पास
जा रहा था

नवीन मेल संवाददाता मेदिनीनगर। पलामू प्रतिबंधित नक्सली संगठन भाषण माओवादी के खिलाफ पलामू पुलिस को बड़ी सफलता छुआ है। पुलिस ने माओवादियों के पास जा रहे पांच लाख रुपए को जब्त कर लिया है। जबकि दो माओवादियों को गिरफ्तार भी किया गया है। लेवी का यह पैसा 10 लाख के इनामी माओवादी कमांडर निरेश यादव के पास जा रहा था। रांची पलामू पुलिस को सूचना मिली थी कि टॉप अधीक्षक ने यादव को पत्र लिख कर पोस्टमार्टम की प्रक्रिया का विविधोग्रामी करने का आग्रह किया है। इसी सूचना के आलोक में पलामू पुलिस ने सर्व अधियान शुरू किया था। पुलिस सूची से मिली जानकारी के अनुसार सर्व अधियान के पास पलामू पुलिस को सूचना मिली थी कि टॉप अधीक्षक ने यादव को पत्र लिख कर पोस्टमार्टम की प्रक्रिया का विविधोग्रामी करने का आग्रह किया है। दोनों के



पास से लेवी के पांच लाख रुपए वरामद किए गए हैं। बता दें कि पुलिस को गिरफ्तार माओवादी हरि यादव और विनोद यादव ने कई बातों का खुलासा किया है। जिसके बाद बिहार के गया औरंगाबाद के कई इलाकों में सर्व अधियान चलाया जा रहा है। पूरे मामले में देव शाम पलामू पुलिस बड़ा खुलासा करेगी। पलामू पुलिस के अधिकारियों ने बताया कि किंवदं यादव को पता लगाया का पत्र भी मिला है। जिसमें कई बातों की जानकारी है। टॉप में अधिकारी ने सर्व अधियान चलाया जा रहा है।

और किसने दिया था।

NEWS इन त्रैफ

धनबाद में ट्रक और टैकर के बीच जोरदार भिजांत में दो की मौत

धनबाद। जिले के गोविंदपुर थाना क्षेत्र अंतर्गत कालाईडी मोड के समीप जिटी रोड पर रिवावर को एक तेज रफ्तार कोयता लदे ट्रक एवं टैकर के बीच भीषण टक्कर में कोयले के ढेर में दबकर दो लोगों की मौत हो गई। राहत दो लोगों में एक जेसीको को लगाया गया है। स्थानीय गोविंदपुर थाने की पुलिस और एनएचआई के कर्मीयों के अलावा स्थानीय लोग रेस्क्यू कार्य में जुटे हुए हैं। स्थानीय लोगों ने अन्सर डिवाइर में गलत कटिंग की वजह से आए दिन यहाँ सड़क दुर्घटना होती रहती है। इन दोनों सड़कों का निर्माण का कार्य भी चल रहा है, जिस वजह से सड़क निर्माण की समग्री यत्र-तत ढंग है।

आवश्यक सूचना पट्टी भी नहीं लगाया गए हैं। इस संखया में गोविंदपुर थाना प्रभारी जिटेंड्र कुमार ने बताया कि टक्कर में ट्रक से गिरे कोयले के ढेर से दो लोगों का शब्द बहात निकाल लिया गया है। उन्होंने बताया कि इस घटना में पैदल चल रहा व्यक्ति और एक बड़क सवार शिक्कर हुआ है। मृतकों में एक गोविंदपुर थाना प्रभारी जिटेंड्र कुमार ने बताया कि टक्कर में ट्रक से गिरे कोयले के ढेर से दो लोगों का शब्द बहात निकाल लिया गया है।

पेशकार पर हमला मामले में संतरी सस्पेंड, प्रभारी को

एसएसपी ने किया शोकॉज

जमशेदपुर। जमशेदपुर कोट में शुक्रवार एक सितंबर, 2023 को हुई घटना को लेकर एसएसपी प्रभात कुमार ने कोट के मेन गेट पर तैनात संतरी आरकी सुशो प्रसाद को सस्पेंड कर दिया। इसके अलावा कोट प्रभारी एसएसपी धर्मेंद्र कुमार चौधरी को शोकॉज किया है। इसपर, चापड़ के हमला से घालाल एडीजेन्व के पेशकार रक्षक कुमार के स्वास्थ्य में सुधार हो रहा है। उन्हें शनिवार दो सितंबर, 2023 को टीएसएस से छुट्टी मिल गयी। घटना के बाद एक कटी कम्ही सहम है।

कदम्बा शास्त्रीयनाम व्यापार नंबर-दो निवासी मो साहिल बच्चा से पूछताछ के बाद सीतामण्डेरा पुलिस ने

शनिवार को आगरी को न्यायिक हिरासत में जेल भेज दिया। पूछताछ में मो सूचना के बाबत एसएसपी को बताया कि जिजायता का घटना वाला बताया जा रहा है।

पेशकार पर हमला मामले में संतरी सस्पेंड, प्रभारी को

एसएसपी ने किया शोकॉज

जमशेदपुर। जमशेदपुर कोट में शुक्रवार एक सितंबर, 2023 को हुई घटना को लेकर एसएसपी प्रभात

कुमार ने कोट के मेन गेट पर तैनात संतरी आरकी सुशो प्रसाद को सस्पेंड कर दिया। इसके अलावा कोट प्रभारी एसएसपी धर्मेंद्र कुमार चौधरी को शोकॉज किया है। इसपर, चापड़ के हमला से घालाल एडीजेन्व के पेशकार रक्षक कुमार के स्वास्थ्य में सुधार हो रहा है। उन्हें शनिवार दो सितंबर, 2023 को टीएसएस से छुट्टी मिल गयी। घटना के बाद एक कटी कम्ही सहम है।

कदम्बा शास्त्रीयनाम व्यापार नंबर-दो निवासी मो साहिल बच्चा से पूछताछ के बाद सीतामण्डेरा पुलिस ने

शनिवार को आगरी को न्यायिक हिरासत में जेल भेज दिया। पूछताछ में मो सूचना के बाबत एसएसपी को बताया जा रहा है।

पेशकार पर हमला मामले में संतरी सस्पेंड, प्रभारी को

एसएसपी ने किया शोकॉज

जमशेदपुर। जमशेदपुर कोट में शुक्रवार एक सितंबर, 2023 को हुई घटना को लेकर एसएसपी प्रभात

कुमार ने कोट के मेन गेट पर तैनात संतरी आरकी सुशो प्रसाद को सस्पेंड कर दिया। इसके अलावा कोट प्रभारी एसएसपी धर्मेंद्र कुमार चौधरी को शोकॉज किया है। इसपर, चापड़ के हमला से घालाल एडीजेन्व के पेशकार रक्षक कुमार के स्वास्थ्य में सुधार हो रहा है। उन्हें शनिवार दो सितंबर, 2023 को टीएसएस से छुट्टी मिल गयी। घटना के बाद एक कटी कम्ही सहम है।

पेशकार पर हमला मामले में संतरी सस्पेंड, प्रभारी को

एसएसपी ने किया शोकॉज

जमशेदपुर। जमशेदपुर कोट में शुक्रवार एक सितंबर, 2023 को हुई घटना को लेकर एसएसपी प्रभात

कुमार ने कोट के मेन गेट पर तैनात संतरी आरकी सुशो प्रसाद को सस्पेंड कर दिया। इसके अलावा कोट प्रभारी एसएसपी धर्मेंद्र कुमार चौधरी को शोकॉज किया है। इसपर, चापड़ के हमला से घालाल एडीजेन्व के पेशकार रक्षक कुमार के स्वास्थ्य में सुधार हो रहा है। उन्हें शनिवार दो सितंबर, 2023 को टीएसएस से छुट्टी मिल गयी। घटना के बाद एक कटी कम्ही सहम है।

पेशकार पर हमला मामले में संतरी सस्पेंड, प्रभारी को

एसएसपी ने किया शोकॉज

जमशेदपुर। जमशेदपुर कोट में शुक्रवार एक सितंबर, 2023 को हुई घटना को लेकर एसएसपी प्रभात

कुमार ने कोट के मेन गेट पर तैनात संतरी आरकी सुशो प्रसाद को सस्पेंड कर दिया। इसके अलावा कोट प्रभारी एसएसपी धर्मेंद्र कुमार चौधरी को शोकॉज किया है। इसपर, चापड़ के हमला से घालाल एडीजेन्व के पेशकार रक्षक कुमार के स्वास्थ्य में सुधार हो रहा है। उन्हें शनिवार दो सितंब

भारतीय शेयरों में एफपीआई का निवेश सुस्त पड़ा

अगस्त में डाले 12,262 करोड़ रुपए

एजेंसी। नई दिल्ली भारतीय शेयर बाजारों में पिछले तीन माह में जोरदार निवेश करने के बाद अब विदेशी पोर्टफॉलियो निवेशकों (एफपीआई) के प्रवाह में सुस्ती आई है। कच्चे तेल की कीमतों में उछल औं मुद्रास्पैशि ता का जोखिम फिर उभरने के बीच अगस्त में एफपीआई ने भारतीय शेयर बाजारों में 12,262 करोड़ रुपए डाले हैं। मौनिस्टर इंडिया के एसेसिट निदेशक प्रबंधक शोध हिमांशु श्रीवास्तव ने कहा, द्वाषपीआई पूरी तरह द्वाष-टन्स लेने के बजाय देखो औं इंतजार करों की नीति अपन रखे हैं।

वैश्विक अर्थव्यवस्था में अधिकांशता बनी हुई है औं अंतर्राष्ट्रीय परिवहन तेजी से बढ़ता रहा है। इससे एफपीआई के प्रवाह में उत्तर-चंद्राव रहेगा। डिपोजिटरी के आंकड़ों के अनुसार, विदेशी पोर्टफॉलियो



निवेशकों ने अगस्त में भारतीय शेयरों में शुद्ध रुपए से 12,262 करोड़ रुपए का निवेश किया है। इस अंकड़े में प्राथमिक बाजार औं थोक सोर्टों के माध्यम से किया गया निवेश शामिल है। यह भारतीय शेयरों में निवेश का एफपीआई का पिछले चार माह का सबसे निचला अंकड़ा है। इससे पिछले तीन महीनों में एफपीआई ने शेयरों में लगातार 40,000 करोड़ रुपए से अगस्त के प्रमुख कारक बाजार। उन्होंने कहा कि इसके अलावा अमेरिका में बॉन्ड प्रतिफल बढ़ने की वजह से

46,618 करोड़ रुपए, जून में 47,148 करोड़ रुपए औं मई में 43,838 करोड़ रुपए रहा था। इससे पहले अप्रैल में उनका निवेश 11,631 करोड़ रुपए औं मार्च में 7,935 करोड़ रुपए था। श्रीवास्तव ने अगस्त में एफपीआई निवेश में पिछले तीन महीनों से अपग्रेड प्रतिफल की बाजार से अगस्त के बॉन्ड प्रतिफल की वजह से अगस्त में एफपीआई ज्यादातर उभरते बाजारों में बिकवाल रहे हैं।" एफपीआई ने शेयरों के अलावा पिछले महीने ब्रेक या बॉन्ड बाजार में भी 7,732 करोड़ रुपए का निवेश किया है। इसके साथ ही इस साल अब तक शेयरों में एफपीआई ने कुल निवेश 1.35 लाख करोड़ रुपए औं बॉन्ड बाजार में 28,200 करोड़ रुपए पर पहुंच गया है।

अगस्त में रूस से घटा कच्चे तेल का आयात, सऊदी अरब से बढ़ा



एजेंसी। नई दिल्ली मानसून की बाविश की वजह से मांग घटने के चलते अगस्त में भारत का रूस से कच्चे तेल का आयात घटकर सात माह के निचले स्तर पर आ गया है। उद्योग के आंकड़ों से यह जानकारी मिलती है। दुनिया के तीसरे सबसे बड़े तेल उत्पादक देश भारत ने एक लाख बैरल प्रतिदिन 8,66,000 बैरल प्रतिदिन का रूस से कच्चे तेल का आयात अगस्त में लगातार तीसरे महीने घटा है। ऊर्जा की खेप पर निगह रखने वाली कंपनी ने एफपीआई के उत्तर-चंद्राव के आंकड़ों के

से प्रतिदिन 14.6 लाख बैरल कच्चे तेल खरीदा। इससे पिछले महीने भारत ने रूस से प्रतिदिन 19.1 लाख बैरल तेल खरीदा था। इसके अलावा भारतीय रिफाइनरी कंपनियों ने एक अन्य शीर्ष आपूर्तिकर्ता ईराक से भी आयात घटाया है। ईराक से आयात 8,91,000 बैरल प्रतिदिन (बीपीडी) से घट्ट 8,66,000 बैरल प्रतिदिन में इस समय एक नया मुद्रा गमार्ह हुआ है। वहां जनता नज़ारी की मर्गंगाई से एक लाख सातांशी रुपए पर एरेशन है। पाकिस्तान में बड़े हुए प्रतिदिन से बढ़कर 8,20,000 बैरल प्रतिदिन से बढ़कर रूपए हैं।

प्रतिदिन हो गया है।

पाक में मिल रही है 64 रुपये में एक यूनिट बिजली, आवाम में हाहाकार



एजेंसी। नई दिल्ली आसाम छुती मर्गंगाई, दिवालिया होने का खतरा, नाजुक राजनीतिक हालात जैसी कई मुस्लिमों से ने आयात की कमतरी के बावजूद विरोध प्रदर्शन कर रहे हैं। अब पाकिस्तान में इस समय एक नया मुद्रा गमार्ह हुआ है। वहां जनता नज़ारी की मर्गंगाई से प्रदर्शन है। पाकिस्तान में बड़े हुए देश में बिजली की कीमत 64 रुपये है।

प्रति वर्ष तक पहुंच गई है।

पाकिस्तान की विजनस कम्पनीटी ने शनिवार को देशभर में बिजली के बिलों में बढ़तीरी के विरोध में हड्डताल की। दक्षिणपथी जमात-ए-इस्लामी (जेराई) और विप्रारी समाजों में हड्डताल का आहारन किया और उन्हें वकीलों का समर्पण मिला। और उन्हें वकीलों के बाबत ग्रामीण बाजार में बढ़तीरी का समर्पण मिला।

पाकिस्तान की विजनस कम्पनीटी ने शनिवार को देशभर में बिजली के बिलों में बढ़तीरी के विरोध में हड्डताल की। दक्षिणपथी जमात-ए-इस्लामी (जेराई) और विप्रारी समाजों में हड्डताल का आहारन किया और उन्हें वकीलों का समर्पण मिला।

पाकिस्तान की विजनस कम्पनीटी ने शनिवार को देशभर में बिजली के बिलों में बढ़तीरी के विरोध में हड्डताल की। दक्षिणपथी जमात-ए-इस्लामी (जेराई) और विप्रारी समाजों में हड्डताल का आहारन किया और उन्हें वकीलों का समर्पण मिला।

पाकिस्तान की विजनस कम्पनीटी ने शनिवार को देशभर में बिजली के बिलों में बढ़तीरी के विरोध में हड्डताल की। दक्षिणपथी जमात-ए-इस्लामी (जेराई) और विप्रारी समाजों में हड्डताल का आहारन किया और उन्हें वकीलों का समर्पण मिला।

पाकिस्तान की विजनस कम्पनीटी ने शनिवार को देशभर में बिजली के बिलों में बढ़तीरी के विरोध में हड्डताल की। दक्षिणपथी जमात-ए-इस्लामी (जेराई) और विप्रारी समाजों में हड्डताल का आहारन किया और उन्हें वकीलों का समर्पण मिला।

पाकिस्तान की विजनस कम्पनीटी ने शनिवार को देशभर में बिजली के बिलों में बढ़तीरी के विरोध में हड्डताल की। दक्षिणपथी जमात-ए-इस्लामी (जेराई) और विप्रारी समाजों में हड्डताल का आहारन किया और उन्हें वकीलों का समर्पण मिला।

पाकिस्तान की विजनस कम्पनीटी ने शनिवार को देशभर में बिजली के बिलों में बढ़तीरी के विरोध में हड्डताल की। दक्षिणपथी जमात-ए-इस्लामी (जेराई) और विप्रारी समाजों में हड्डताल का आहारन किया और उन्हें वकीलों का समर्पण मिला।

पाकिस्तान की विजनस कम्पनीटी ने शनिवार को देशभर में बिजली के बिलों में बढ़तीरी के विरोध में हड्डताल की। दक्षिणपथी जमात-ए-इस्लामी (जेराई) और विप्रारी समाजों में हड्डताल का आहारन किया और उन्हें वकीलों का समर्पण मिला।

पाकिस्तान की विजनस कम्पनीटी ने शनिवार को देशभर में बिजली के बिलों में बढ़तीरी के विरोध में हड्डताल की। दक्षिणपथी जमात-ए-इस्लामी (जेराई) और विप्रारी समाजों में हड्डताल का आहारन किया और उन्हें वकीलों का समर्पण मिला।

पाकिस्तान की विजनस कम्पनीटी ने शनिवार को देशभर में बिजली के बिलों में बढ़तीरी के विरोध में हड्डताल की। दक्षिणपथी जमात-ए-इस्लामी (जेराई) और विप्रारी समाजों में हड्डताल का आहारन किया और उन्हें वकीलों का समर्पण मिला।

पाकिस्तान की विजनस कम्पनीटी ने शनिवार को देशभर में बिजली के बिलों में बढ़तीरी के विरोध में हड्डताल की। दक्षिणपथी जमात-ए-इस्लामी (जेराई) और विप्रारी समाजों में हड्डताल का आहारन किया और उन्हें वकीलों का समर्पण मिला।

पाकिस्तान की विजनस कम्पनीटी ने शनिवार को देशभर में बिजली के बिलों में बढ़तीरी के विरोध में हड्डताल की। दक्षिणपथी जमात-ए-इस्लामी (जेराई) और विप्रारी समाजों में हड्डताल का आहारन किया और उन्हें वकीलों का समर्पण मिला।

पाकिस्तान की विजनस कम्पनीटी ने शनिवार को देशभर में बिजली के बिलों में बढ़तीरी के विरोध में हड्डताल की। दक्षिणपथी जमात-ए-इस्लामी (जेराई) और विप्रारी समाजों में हड्डताल का आहारन किया और उन्हें वकीलों का समर्पण मिला।

पाकिस्तान की विजनस कम्पनीटी ने शनिवार को देशभर में बिजली के बिलों में बढ़तीरी के विरोध में हड्डताल की। दक्षिणपथी जमात-ए-इस्लामी (जेराई) और विप्रारी समाजों में हड्डताल का आहारन किया और उन्हें वकीलों का समर्पण मिला।

पाकिस्तान की विजनस कम्पनीटी ने शनिवार को देशभर में बिजली के बिलों में बढ़तीरी के विरोध में हड्डताल की। दक्षिणपथी जमात-ए-इस्लामी (जेराई) और विप्रारी समाजों में हड्डताल का आहारन किया और उन्हें वकीलों का समर्पण मिला।

पाकिस्तान की विजनस कम्पनीटी ने शनिवार को देशभर में बिजली के बिलों में बढ़तीरी के विरोध में हड्डताल की। दक्षिणपथी जमात-ए-इस्लामी (जेराई) और विप्रारी समाजों में हड्डताल का आहारन किया और उन्हें वकीलों का समर्पण मिला।

पाकिस्तान की विजनस कम्पनीटी ने शनिवार को देशभर में बिजली के बिलों में बढ़तीरी के विरोध में हड्डताल की। दक्षिणपथी जमात-ए-इस्लामी (जेराई) और विप्रारी समाजों में हड्डताल का आहारन किया और उन्हें वकीलों का समर्पण मिला।

पाकिस्तान की विजनस कम्पनीटी ने शनिवार को देशभर में बिजली के बिलों में बढ़तीरी के विरोध में हड्डताल की। दक्षिणपथी जमात-ए-इस्लामी (जेराई

किक बॉक्सिंग करने से मिल सकते हैं ये मेंटल हेल्थ बेनिफिट्स

किकबॉक्सिंग आपके मस्तिष्क में सेरोटोनिन और डोपामिन के उत्पादन को बढ़ाकर आपके मूड को बेहतर कर सकता है। ये न्यूरोट्रांसमीटर खुशी की भावनाओं से जुड़े होते हैं, जिससे आपको डिप्रेशन के लक्षणों से निपटने में मदद मिलती है। किक बॉक्सिंग को आज तक सभी अपने वक़्त आउट रूटीन में शामिल करना काफी पसंद करते हैं। इससे ना केवल आपको कार्डियोवैस्कुलर लाभ मिलते हैं, बल्कि बॉडी की स्ट्रेंगथ भी बढ़ती है। जब आप बैग को किक करते हैं तो इससे व्यक्तीन आपका शरीर अधिक मजबूत बनता है। अमूमन यह देखने में आता है कि लोग किकबॉक्सिंग से होने वाले शारीरिक फायदों के बारे में बात करते हैं। लेकिन वास्तव में इसका असर आपके मानसिक

स्वास्थ्य पर भी पड़ता है। जो लोग किकबॉक्सिंग की प्रैक्टिस करते हैं, उन्हें कई तरह के मेंटल हेल्थ बेनिफिट्स भी मिलते हैं।

तनाव होता है कम

आपको शायद पता ना हो, लेकिन किकबॉक्सिंग तनाव और एंजाइट्री को कम करने में मददगार साबित हो सकती है।

दरअसल, किकबॉक्सिंग के दौरान एंडोरफिन रिलाई होते हैं, जो नेचुरल मूड लिफ्टर है।

इससे तनाव में कमी आ सकती है और मेंटल हेल्थ पर पॉजिटिव असर पड़ सकता है।

मूड होता है बेहतर

किकबॉक्सिंग आपके मस्तिष्क में सेरोटोनिन और डोपामिन के उत्पादन को बढ़ाकर आपको

कार्डियोवैस्कुलर लाभ मिलते हैं, बल्कि बॉडी की स्ट्रेंगथ भी बढ़ती है।

जब आप बैग को किक करते हैं तो इससे व्यक्तीन आपका शरीर अधिक मजबूत बनता है।

अमूमन यह देखने में आता है कि लोग किकबॉक्सिंग से होने वाले शारीरिक फायदों के बारे में बात करते हैं। लेकिन वास्तव में इसका असर आपके मानसिक



चेक की ग्रोथ के लिए कई कारक अहम और जिमेदार होते हैं। बच्चों के ब्रेन के पिट्यूटरी मॉल्ड से ग्रोथ हार्मोन रिलीज होता है। यदि इस हार्मोन में कमी होने लगे तो बच्चे को कई तरह की समस्याएँ हो जाती हैं। बच्चों की ग्रोथ के लिए कई कारक अहम और जिमेदार होते हैं। बच्चों के ब्रेन के पिट्यूटरी मॉल्ड से ग्रोथ हार्मोन रिलीज होता है। इस हार्मोन का बच्चे के विकास के लिए काफी ज्यादा जरूरी माना जाता है। इस हार्मोन से बच्चे को हड्डियों और मांसपेशियों का विकास होता है। बच्चों के सही ग्रोथ के लिए इस हार्मोन के लेवल का काफी ज्यादा जरूरी माना जाता है। यदि इस हार्मोन में कमी होने लगे तो बच्चे को कई तरह की समस्याएँ हो जाती हैं।

आनुवंशिक

ग्रोथ हार्मोन के रिलीज होने की प्रक्रिया कुछ आनुवंशिक बदलावों के कारण बाधित हो सकती है। यह बदलाव पिट्यूटरी रॉजेंज को प्रभावित भी कर सकता है। जिससे इस हार्मोन में कमी आने लगती है।

कॉर्गेनेटल कंडिशन

कॉर्गेनेटल कंडिशन (जन्मजात स्थितियों) जैसे प्रेडर-विली सिंड्रोम व टर्न-सिंड्रोम और ऑप्टिक डिस्सल्सिया आदि के साथ जिन बच्चों का जन्म होता है। उनमें ग्रोथ हार्मोन की कमी का खतरा बढ़ जाता

ग्रोथ हार्मोन की वजह से रुक सकती है बच्चे की हाइट



ब्रेन ट्यूमर

ग्रोथ हार्मोन के रिलीज के साथ ही ब्रेन ट्यूमर इसके सामान्य कार्य को बाधित कर सकता है। ब्रेन की सर्जरी

या उस हिस्से में लेजर थेरेपी के कारण भी यह ग्रोथ हार्मोन को प्रभावित करने का काम कर सकती है।

इफेक्शन और सूजन

ब्रेन को प्रभावित करने वाले इफेक्शन, जैसे मैनिनजाइट्स वा एसेफलाइट्स पिट्यूटरी ग्रोथ को दबाव डाल सकते हैं। इससे ग्रोथ हार्मोन में कमी आ

सकती है।

ग्रोथ हार्मोन की कमी के लक्षण

ग्रोथ का रुकना

बच्चे में इस हार्मोन की कमी होने पर उसकी ग्रोथ रुक जाती है। या फिर ग्रोथ घीमी हो जाती है। ऐसे में बच्चा अपनी उम्र के अन्य बच्चों से छोटा रह जाता है।

प्यूर्वीटी का डिले होना

बेमेल शादी और पूरी बर्बादी

पहचान करने वाले डाक्टर स्टेथेस्कोप से कम और अनुभव की आवश्यों से ज्यादा डायबोनोसिस करते हैं। ऐसे ही एक डाक्टर के पास वे दोनों पहुंचे थे। डाक्टर को मामला समझने में देर न होगा। तुरंत उसने बदू दूल्हे को बाहर नियमित सफेद दोवारों भवियतों के लिए भेज दिया। फिर उस युवा दुल्हन लड़की के चेहरे पर चिपकी जिंदगी पर भी लागू हुआ, बल्कि हजारों की जिंदगी पर लागू होता है। मुझे गन्ने की तरह ही किसी के हाथों बेच दिया गया। वे भी यहाँ कौन शादी पसंद-नापसंद से करता है। कुछ समझीते, तो कुछ मजबूरियों में कर दी जाती हैं। यहाँ मुझ जीड़ी कई युवा लड़कियाँ हैं, जो समझीते और मजबूरियों के दुल्हों के कुचली-दौपी पड़ी हैं। अगर शादियां पसंद से प्रश्न में भावनाएँ दिया गया है, तो एमआरआर कर डाली- 'क्या आप उन्हें दिलसे चाहती हैं?' - 'दिल किसे कहते हैं, मैं नहीं जानती। वैसे भी दिल से होने वाली शादियों के दिन लद चुके हैं। अब तो बस समझीते होते हैं' - 'युवा दुल्हन को कहा जाता है।' - 'इसका मतलब वे आपको पती की नजर से नहीं देखते?' - 'देखते हैं न रहने के लिए घर, पहनने के लिए कोमोंटी कपड़े, देह को सोने-चांदी के

उपहार दिये हैं। किंतु उनकी नजरों में स्त्री की परिधाना यही है। मैं जीसी स्ट्रियों हर गली- मोहल्ले में मिल जाएंगी। वाट्स-एप पर भोजन का वीडियो जो स्वाद देता है, वही स्वाद मेरी जिंदगी में पति का है। - आप अपना समय कैसे बिताते हैं?

- रेलवे, बस स्टैंड पर मिलने वाली किटाबों को पढ़कर।
- बहाने तो दो कौड़ी की कामुक किताबें विकती हैं। ऐसी किताबें क्यों खरीदती हैं?
- यह सवाल मुझसे नहीं, लिखने वालों से पूछिए। वैसे भी उन्हीं युस्तुकों के साथ अच्छी किताबें भी विकती हैं। लेकिन वहाँ वे अत्यसंख्यक कहलाती हैं। इस हिसाब से जो किताबें ज्यादा विकती हैं, समझिए कि लोगों की जिंदगी में उस कीची के अन्य बच्चों से अद्यतन की है।
- बहाने तो आधी आवादी कुचली ही मर जाती।
- इसका मतलब वे अपने चीजों की उतनी ही अधिक कीमत है।
- डाक्टर ने एक लंबी चुप्पी लगाई और उधर युवा लड़की को अपने दूहू दूल्हे के संग घर की ओर लौट गई।

यूटोकु नवताल- 6812		सरल			
5	9	3		8	7
8	7	1	5		
		2	9	4	
6			2	3	5
3	8	4	1	7	2
2	4	6		1	
7		3		8	
		5	8	7	3
9	3	2		6	1

- प्रत्येक पंक्ति में 1 से 9 तक के अंक भी जाने आवश्यक हैं।
- प्रत्येक आड़ी और खड़ी पंक्ति में एवं 3x3 के वर्ग में किसी भी अंक की युनावति न हो इसका विशेष ध्यान रखें।
- पहली से मौजूद अंकों को आप हटाना नहीं सकते।
- पहली का केवल एक ही हल है।

यूटोकु नवताल- 6811 का हल								
7	4	8	3	9	2	1	5	6
2	6	9	5	7	1	8	4	3
3	1	5	4	8	6	7	2	9
5	7	4	8	6	9	3	1	2
8	9	1	2	3	4	6	7	5
6	3	2	1	5	7	4	9	8
4	8	7	6	2	5	9	3	1
9	2	6	7	1	3	5	8	4

- प्रत्येक पंक्ति, अंकों के बीच स्थिति, अंकों के बीच स्थिति विवरण।
- शर्करा राशि : सुबह-स

KASHYAP'S DENTAL CLINIC

Dr. Vaibhav Kashyap

Oral & Dental Surgeon, C.c. Endodontist & Implantologist Certified Orthodontist, MIDA



"Smiles & More"

छात्र-छात्राओं के लिए
50% की छूट

- ❖ आस्पत्नी
- ❖ पायरिया का ईलाज
- ❖ टेहे-मेहे दाँतों का ईलाज
- ❖ स्मार्टल डिजाइन
- ❖ इनविजिवल क्लिप
- ❖ दंत रोपण
- ❖ फिक्स दाँत लगाना
- ❖ अत्यधिक मशीन और तकनीक के द्वारा ईलाज

CHAMBER

SKYLINE - 4006, 4th Floor, Kadru, Opp. Dr. Lal's Hospital, Ranchi

Contact No. : 9199533383, 7903835453

Time : 9 am to 2 pm & 4 pm to 8 pm

Sunday : 9 am to 2 pm

E-mail : vaibhav.kashyap2011@gmail.com

NEWS इन ब्रीफ

सोनिया गांधी दिल्ली के सर गंगाराम अस्पताल में भर्ती



नई दिल्ली। कांग्रेस संसदीय दल की नेता सोनिया गांधी को रविवार को दिल्ली के सर गंगाराम अस्पताल में हल्के बुखार के बीच बर्थी कराया गया है। कांग्रेस की पूर्व अधिकारी ही में विपक्षी दलों के गठबंधन आईनदीआई की बैठक में शामिल होने के लिए मुंबई गई थीं। सभी के मुताबिक बत्तमान में सोनिया गांधी डॉक्टरों की नियमिती में हैं और उनकी हालत सामान्य है।

ऑटो रिक्शा-लॉरी के बीच टक्कर, 5 की मौत, दो घायल

बापटला। ऑटो प्रदेश के बापटला लॉरी में रविवार तड़के एक ऑटोरिक्षा और एक लॉरी के बीच हुई टक्कर में पांच लोगों की मौत हो गई। पुलिस ने यह जनकारी दी। उन्होंने बताया कि यह दुर्घटना तड़के साथ बारे में समस्या का सामान कर रही है। उन्होंने कहा कि यह जारी रहा। इसमें घायल हुए दो लोगों का इलाज नसरातपेटा अस्पताल में किया जा रहा है।

राजौरी से एक आईईडी बरामद, सुरक्षाबलों ने समय रहत किया नह

राजौरी। राजौरी जिले के संपुर्ण गांव में गांधी राजमार्ग पर एक इग्नोवाइज्ञ एक्सलोसिव डिवाइस (आईईडी) जैसी वस्तु बरामद हुई। इसके बाद बम निरोधक दस्ते ने समय रहते इससे नष्ट कर दिया। करीब ढाई घण्टे बाद गांधी राजमार्ग पर हुई। इसमें घायल हुए दो लोगों का इलाज नसरातपेटा अस्पताल में किया जा रहा है।

सैन्य अधिकारियों के अनुसार नियमित गति के द्वारा सुरक्षाबलों के जवानों को नारियन और चिंगारी के बीच संग्रेह गांव में गांधी राजमार्ग पर एक सीधी सामग्री पहुंच हुई मिली। यह संदिग्ध सामग्री एवं टिफिन में थी, जिसके बाद गांधीराजमार्ग को यातायात के लिए बंद कर दिया गया और पूरे क्षेत्र की धेरावंडी कर दी गई। भारतीय सेना के बम निरोधक दस्ते ने बास और पुरिस कर्मियों को सहायता से इस सामग्री की जांच की। जांच में पता चला कि टिफिन में आईईडी कर दी गई। इसके बाद गांधीराजमार्ग पर बाहानों की आवाजाही बहाल कर दी गई।

अधिकारी ने कहा, "खेप की जांच के दौरान उन्हें कंटेनर में

'भारत 2047 तक होगा विकसित राष्ट्र'



को अपना काम बखुवी पता है।

उन्होंने लोकतंत्र, जननीति और विधायिका के साथ विकास (चार ढी) को भी जोड़ते हुए कहा कि वर्ष 2047 तक का काल

और काल देश के लिए एक अर्थव्यवस्था, शिक्षा, वित्तीय क्षेत्र, बैंक, डिजिटलीकरण, कल्याण, सामाजिक एवं सामाजिक क्षेत्र से संवर्धन देश के लिए एक अर्थव्यवस्था का आज परी दुनिया में माया जा रहा है।

उन्होंने कहा कि वर्ष 2021-22 के अंत में 3.39 लाख कोरोडी डॉलर के समस्या का सामान कर रही है। उन्होंने कहा कि यह जारी रहा। उन्होंने कहा कि एवं समय पर और साथ सुधारोंने एक अर्थव्यवस्था का बढ़ावा दिलाया।

उन्होंने कहा कि यह जारी रहा। उन्होंने कहा कि एवं समय पर और साथ सुधारोंने एक अर्थव्यवस्था का बढ़ावा दिलाया।

उन्होंने कहा कि यह जारी रहा। उन्होंने कहा कि एवं समय पर और साथ सुधारोंने एक अर्थव्यवस्था का बढ़ावा दिलाया।

उन्होंने कहा कि यह जारी रहा। उन्होंने कहा कि एवं समय पर और साथ सुधारोंने एक अर्थव्यवस्था का बढ़ावा दिलाया।

उन्होंने कहा कि यह जारी रहा। उन्होंने कहा कि एवं समय पर और साथ सुधारोंने एक अर्थव्यवस्था का बढ़ावा दिलाया।

उन्होंने कहा कि यह जारी रहा। उन्होंने कहा कि एवं समय पर और साथ सुधारोंने एक अर्थव्यवस्था का बढ़ावा दिलाया।

उन्होंने कहा कि यह जारी रहा। उन्होंने कहा कि एवं समय पर और साथ सुधारोंने एक अर्थव्यवस्था का बढ़ावा दिलाया।

उन्होंने कहा कि यह जारी रहा। उन्होंने कहा कि एवं समय पर और साथ सुधारोंने एक अर्थव्यवस्था का बढ़ावा दिलाया।

उन्होंने कहा कि यह जारी रहा। उन्होंने कहा कि एवं समय पर और साथ सुधारोंने एक अर्थव्यवस्था का बढ़ावा दिलाया।

उन्होंने कहा कि यह जारी रहा। उन्होंने कहा कि एवं समय पर और साथ सुधारोंने एक अर्थव्यवस्था का बढ़ावा दिलाया।

उन्होंने कहा कि यह जारी रहा। उन्होंने कहा कि एवं समय पर और साथ सुधारोंने एक अर्थव्यवस्था का बढ़ावा दिलाया।

उन्होंने कहा कि यह जारी रहा। उन्होंने कहा कि एवं समय पर और साथ सुधारोंने एक अर्थव्यवस्था का बढ़ावा दिलाया।

उन्होंने कहा कि यह जारी रहा। उन्होंने कहा कि एवं समय पर और साथ सुधारोंने एक अर्थव्यवस्था का बढ़ावा दिलाया।

उन्होंने कहा कि यह जारी रहा। उन्होंने कहा कि एवं समय पर और साथ सुधारोंने एक अर्थव्यवस्था का बढ़ावा दिलाया।

उन्होंने कहा कि यह जारी रहा। उन्होंने कहा कि एवं समय पर और साथ सुधारोंने एक अर्थव्यवस्था का बढ़ावा दिलाया।

उन्होंने कहा कि यह जारी रहा। उन्होंने कहा कि एवं समय पर और साथ सुधारोंने एक अर्थव्यवस्था का बढ़ावा दिलाया।

उन्होंने कहा कि यह जारी रहा। उन्होंने कहा कि एवं समय पर और साथ सुधारोंने एक अर्थव्यवस्था का बढ़ावा दिलाया।

उन्होंने कहा कि यह जारी रहा। उन्होंने कहा कि एवं समय पर और साथ सुधारोंने एक अर्थव्यवस्था का बढ़ावा दिलाया।

उन्होंने कहा कि यह जारी रहा। उन्होंने कहा कि एवं समय पर और साथ सुधारोंने एक अर्थव्यवस्था का बढ़ावा दिलाया।

उन्होंने कहा कि यह जारी रहा। उन्होंने कहा कि एवं समय पर और साथ सुधारोंने एक अर्थव्यवस्था का बढ़ावा दिलाया।

उन्होंने कहा कि यह जारी रहा। उन्होंने कहा कि एवं समय पर और साथ सुधारोंने एक अर्थव्यवस्था का बढ़ावा दिलाया।

उन्होंने कहा कि यह जारी रहा। उन्होंने कहा कि एवं समय पर और साथ सुधारोंने एक अर्थव्यवस्था का बढ़ावा दिलाया।

उन्होंने कहा कि यह जारी रहा। उन्होंने कहा कि एवं समय पर और साथ सुधारोंने एक अर्थव्यवस्था का बढ़ावा दिलाया।

उन्होंने कहा कि यह जारी रहा। उन्होंने कहा कि एवं समय पर और साथ सुधारोंने एक अर्थव्यवस्था का बढ़ावा दिलाया।

उन्होंने कहा कि यह जारी रहा। उन्होंने कहा कि एवं समय पर और साथ सुधारोंने एक अर्थव्यवस्था का बढ़ावा दिलाया।

उन्होंने कहा कि यह जारी रहा। उन्होंने कहा कि एवं समय पर और साथ सुधारोंने एक अर्थव्यवस्था का बढ़ावा दिलाया।

उन्होंने कहा कि यह जारी रहा। उन्होंने कहा कि एवं समय पर और साथ सुधारोंने एक अर्थव्यवस्था का बढ़ावा दिलाया।

उन्होंने कहा कि यह जारी रहा। उन्होंने कहा कि एवं समय पर और साथ सुधारोंने एक अर्थव्यवस्था का बढ़ावा दिलाया।

उन्होंने कहा कि यह जारी रहा। उन्होंने कहा कि एवं समय पर और साथ सुधारोंने एक अर्थव्यवस्था का बढ़ावा दिलाया।

उन्होंने कहा कि यह जारी रहा। उन्होंने कहा कि एवं समय पर और साथ सुधारोंने एक अर्थव्यवस्था का बढ़ावा दिलाया।

उन्होंने कहा कि यह जारी रहा। उन्होंने कहा कि एवं समय पर और साथ सुधारोंने एक अर्थव्यवस्था का बढ़ावा दिलाया।

उन्होंने कहा कि

टीम ग्रीन को हरा टीम येलो बना मीडिया कप वॉलीबॉल का चैंपियन



रंगी। रंगी विवि के वॉलीबॉल कोट में खेली जा रही मीडिया कप वॉलीबॉल 2023 के खिलाफी मुकाबले में टीम येलो ने टीम ग्रीन को हारा चैंपियन बनने का गौरव हासिल किया। फाइनल मुकाबले को टीम येलो ने 25-11, 25-17 के अंतर से जीता। फाइनल मैच की समाप्ति के बाद मुख्य अंतिथ ऊपर प्रशांत सिंह और विशिष्ट अंतिथ रंगी विवि के कुलपति डॉ अंजीत रमान सिंह, पूर्ण राधीय खिलाड़ी व व्हिकेट का अंदर सिंह व रंगी विवि के अंदर डॉ विजेता और उपविजेता टीम को पुरस्कृत किया। अंतिथों व प्रतियोगिता को सम्पन्न बनाने में योगदान देवेलोपरियों को दर्शायी प्रेस कलन के आंदर से सम्मानित किया गया। इससे पहले लीग मैच में टीम रेड ने टीम ब्लू को 25-17, 25-12 से हराया और प्रतियोगिता के अंदरी लीग मैच 'प्री पाइनल' में टीम येलो ने टीम ग्रीन का एक संघर्षपूर्ण मुकाबले में 25-23, 22-25, 15-6 से हराया।

प्रथम का चयन रेलवे

अंडर-23 टीम के कैप्टन में

प्रयागराज।

शहर के युवा क्रिकेटर प्रथम मिश्र का चयन भारतीय रेलवे की अंडर-23 क्रिकेट टीम के

कैप्टन में हुआ है। रेलवे स्पोर्ट्स प्रोमोशन बोर्ड द्वारा वर्ष कैप्टन भवनेश्वर में 04 से 30 सितम्बर तक आयोजित किया जायेगा।

उत्तर मध्य रेलवे मुख्यालय मुद्रेवारंग में कार्यरत प्रथम मिश्र दारांग नियमासी इलाहाबाद विश्वविद्यालय के खिलेकर कोच देवेश मिश्र के पुत्र हैं। प्रथम दायें हाथ के विस्कोटक बल्लेबाज देवेश के साथ बायें हाथ के स्प्लिनर गेंदबाज हैं।

दिव्या देशमुख ने जीता टाटा स्टील रैपिड महिला शतरंज का खिताब



कोलकाता। टाटा स्टील रैपिड और बिल्ड-इंटरनेशनल शतरंज का तीसरा सासकरण कोलकाता के भाषा भवन में इस समय खेला जा रहा है और शनिवार को इसका रैपिड टूर्नामेंट वर्चमान एशियन चैम्पियन दिव्या देशमुख के विजेता बनने के साथ सम्पन्न हो गया। पहले दिन के खेल के बाद ही बढ़त हासिल करने वाली भारत की दिव्या देशमुख ने आखिरी राठड़ तक अपनी बढ़त को कायम रखा और खिलावाद हासिल किया। वैश्ली आर के अंतिम समय में टूर्नामेंट में हासिल के चलते अंतिम समय में टूर्नामेंट में शामिल हुई दिव्या ने अपने चयन को सही साखित करते हुए अंतिम राठड़ में भारत की सभासे महान मिलिया खिलाड़ी पूर्व विश्व रैपिड चैम्पियन कोमरह हम्पी को प्रसारित करते हुए खिताबी जीत दर्ज की।

अल्काराज, मेदवेदेव और ज्वरेव चौथे दौर में



न्यूझीलैंड। दिव्या मेदवेदेव ने शनिवार देर रात अंतर्घ एश रैपिड्स में सेवेस्टियन बाएंज की 12 मैचों की जीत की लिय पर जोरादार प्रहार किया और अंजीटीना के खिलाड़ी को 6-2, 6-1, 7-6(6) से हराकर थ्रूस ओपन के चौथे दौर में पहुंच गए। श्रुतियां के बाद, बाएंज ने तीसरे सेट में मेदवेदेव को कही टक्कर दी, बड़े फोरहैं लगाए और 17 बार नेट पर आए, जो कि पहले दो राठड़ में किए गए कुल 18 ने विजेता के करीब है। तीसरे सेट में वैज-5-2 से अंगे थे लेकिन हल्की वारिश के कारण 10 मिनट की दरी से उनकी गति रुक गई।

एशिया कप : नेपाल पर बड़ी जीत से सुपर चार में जगह बनाने उत्तरेगा भारत

एंजेसी। पालेकल (श्रीलंका)

पाकिस्तान के खिलाफ मैच वारिश की भेट चढ़ जाने के बाद भारत का सामना सोमवार को वहां नेपाल से होगा जिसमें रोहित शर्मा की अगुवाई वाली टीम बड़ी जीत करके एशिया कप क्रिकेट टूर्नामेंट के सुपर चार में अपनी जगह पकड़की करने के लिए उत्तरीयों। पाकिस्तान गुप 4 से पहले ही सुपर चार में जगह बना चुका है। उनके दो मैचों में तीन अंक हैं।

रंगी। रंगी विवि के वॉलीबॉल कोट में खेली जा रही मीडिया कप वॉलीबॉल 2023 के खिलाफी मुकाबले में टीम ग्रीन को हारा चैंपियन बनने का गौरव हासिल किया। फाइनल मुकाबले को टीम येलो ने 25-11, 25-17 के अंतर से जीता। फाइनल मैच की समाप्ति के बाद मुख्य अंतिथ ऊपर प्रशांत सिंह और विशिष्ट अंतिथ रंगी विवि के कुलपति डॉ अंजीत रमान सिंह, पूर्ण राधीय खिलाड़ी व व्हिकेट का अंदर सिंह व रंगी विवि के अंदर डॉ विजेता और उपविजेता टीम को हारा चैंपियन बनने का गौरव हासिल किया। इसकी विवि के बॉलीबॉल 2023 के खिलाफी मैच वारिश के कारण रद्द होने से भारत का एक अंक है।

यदि सोमवार को होने वाला मैच भी वारिश की सोश पर सुपर चार में पहुंच जाएगा तो भारत दो अंकों के साथ सुपर चार में पहुंच जाएगा तो लेकिन रोहित शर्मा और उनके दोनों निश्चित तौर पर इस तरह से जीती होगी। पाकिस्तान ने गुप 4 से पहले ही सुपर चार में अपने वनडे करियर में नहीं बढ़ावा चाही गई।

पाकिस्तान के खिलाफ मैच वारिश की भेट चढ़ जाता है तो भारत दो अंकों के साथ सुपर चार में लेकिन रोहित शर्मा और उनके दोनों निश्चित तौर पर इस तरह से जीती होगी।

पाकिस्तान के खिलाफ मैच वारिश की भेट चढ़ जाता है तो भारत दो अंकों के साथ सुपर चार में लेकिन रोहित शर्मा और उनके दोनों निश्चित तौर पर इस तरह से जीती होगी।



पाकिस्तान के तेज गेंदबाजों शाहीन शाह अररीदी और हारिस रक्क ने भारत का स्कोर 266 रन तक पहुंचाया।

किशन ने विशेषकर प्रभावशाली



बल्लेबाजों की ओर शीर्ष क्रम के बल्लेबाजों के नहीं चलने के बाद एक और नव नबर पर बल्लेबाजों के लिए उत्तरे विकेटकीपर बल्लेबाज ईशान किशन और अलरांडर हार्डिंग पांड्या ने पांचवें विकेट

किशन जारी रखा था लेकिन उन्होंने

टीम इस प्रकार है

भारत : रोहित शर्मा (कप्तान), विराट कोहली, व्रेस अय्यर, केएल राहुल, शुभमन गिल, सूर्योदाम यादव, तिलक वर्मा, इशान किशन, हार्दिंग पांड्या (उप-कप्तान), रविंद्र जड़ा, अश्वर पटेल, शार्दुल ठाकुर, जसप्रीत बुमराह, मोहम्मद शमी, मोहम्मद सिराज, कुलदीप यादव, प्रसिद्ध कुण्डा, संजू सैमसन (रिजर्व)।

नेपाल : रोहित शर्मा (पैडेल), कुशल खुरेल, प्रसिद्ध कुण्डा, संजू सैमसन (रिजर्व)।

भारत के खिलाफ वारिश की भेट चढ़ जाता है तो भारत दो अंकों के साथ सुपर चार में लेकिन रोहित शर्मा और उनके दोनों निश्चित तौर पर इस तरह से जीती होगी।

परिस्थितियों के अनुसार रक्षात्मक और आक्रमक खेल का सुन्दर नजारा पेश करके साक्षरता किया कि वह मध्यम क्रम में भी सफल हो सकते हैं। नेपाल का गेंदबाजी अक्रमण हो सकते हैं। नेपाल का गेंदबाजी अक्रमण के सामने भारत के खिलाफ वारिश की भेट चढ़ जाएगी।

पाकिस्तान के तेज गेंदबाजों के सामने भारत के खिलाफ वारिश की भेट चढ़ जाएगी।

भारत और पाक मैच वारिश के साहयोगी की भूमिका बखूबी निभाएं और बाद में आक्रमक अंदाज में बल्लेबाजों की।

पाकिस्तान के तेज गेंदबाजों के सामने भारत के खिलाफ पांचवें विकेट की तरफ मजबूत नहीं है और ऐसे में किशन आक्रमक अंदाज में बल्लेबाज करके अपने नाम के आगे कुछ दूरी तरफ आ जाएगा।

होगा। उन्होंने पहले किशन के सहयोगी की भूमिका बखूबी निभाएं और बाद में आक्रमक अंदाज में बल्लेबाजों की।

पाकिस्तान के तेज गेंदबाजों के सामने भारत के खिलाफ पांचवें विकेट की तरफ मजबूत नहीं है और ऐसे में किशन आक्रमक अंदाज में बल्लेबाज करके अपने नाम के आगे कुछ दूरी तरफ आ जाएगा।

उन्होंने पहले किशन के सहयोगी की भूमिका बखूबी निभाएं और बाद में आक्रमक अंदाज में बल्लेबाजों की।

भारत और पाक मैच वारिश के साहयोगी की भूमिका बखूबी निभाएं और बाद में आक्रमक अंदाज में बल्लेबाजों की।

भारत और पाक मैच वारिश के साहयोगी की भूमिका बखूबी निभाएं और बाद में आक्रमक अंदाज में बल्लेबाजों की।

भारत और पाक मैच वारिश के साहयोगी की भूमिका बखूबी निभाएं और बाद में आक्रमक अंदाज में बल्लेबाजों की।

भारत और पाक मैच वारिश के साहयोगी की भूमिका बखूबी निभाएं और बाद में आक्रमक अंदाज में बल्लेबाजों की।

भारत और पाक मैच वारिश के साहयोगी की भूमिका बखूबी निभाएं और बाद में आक्रमक अंदाज में बल्लेबाजों की।

भारत और पाक मैच वारिश के साहयोगी की भूमिका बखूबी निभाएं और बाद में आक्रमक