



एशिया की सर्वश्रेष्ठ युवा एथलीट चुनीं गई शीतल, एशिया पैरालंपिक समिति ने किया सम्मानित

नई दिल्ली ।

एशियाई पैरा खेलों में स्वर्ण पदक जीतकर पूरी दुनिया को अपने जन्मे का कायल बालों वाली बिना बाज़ुओं की तीरंदाज शीतल देवी को एशिया की सर्वश्रेष्ठ युवा एथलीट चुना गया है। एशियाई पैरालंपिक समिति ने सूबड़ी अरब में उन्हें एशिया के इस प्रतिवित्त पुरुषकार से सम्मानित किया। शीतल ने तिरंगे को लंपटक कोंच अभियान के साथ इस पुरुषकार को ग्रहण किया।

जग्न से नहीं हैं दोनों हाथ

वर्ल्ड आर्चरी

(तीरंदाजी की सर्वोच्च अंतरराष्ट्रीय संस्था) के अनुसार बिना बाज़ुओं के अंतरराष्ट्रीय स्तर पर तीरंदाजी करने वाली शीतल दुनिया की पहली महिला तीरंदाज हैं। शीतल बहलते बाले सुधार्खियों में तब अब जब उन्होंने इस वर्ष विश्व पैरा एशियाई खेलों में दो स्वर्ण पदक जीतकर जीता, लेकिन दुनिया की नज़रों में वह हांगक्झो़ कैरा एशियाई खेलों में दो स्वर्ण पदक जीतकर छाई हैं। उनका स्वर्ण पदक पर निशाना सारांश हुए और उनको जमकर बायरल हुआ। जब से हाथ नहीं होने के बावजूद शीतल पैर, कंधे और मुँह के सहारे धनु पर प्रत्यंचा चढ़ाकर निशाना लगाती हैं।

एशियाई तीरंदाजी में दो स्वर्ण समेत जीते कुल 3 पदक

जमू कम्पर के किंशताला खेल की ओर से करने वाली 16 शीतल को सेना की ओर से करने वाली मात्रा वैश्वी देवी आइन बोली तीरंदाजी अकादमी में लाया गया था। यहां आने के बाद उन्होंने पौछे मुँहक नहीं देखा। एशियाई पैरा खेलों में बाले बायरल हुए जमकर बायरल हुआ। जब से हाथ नहीं होने के बावजूद शीतल पैर, कंधे और मुँह के समान हुए एशियाई पैरा तीरंदाजी में स्वर्णप्रदर्शन करते हुए दो स्वर्ण और एक रजत पदक

जीता। शीतल का कहना है कि वह यह अवार्ड तीरंदाजी पैरालंपिक महसूस कर रही हैं और इसे देखावासियों को समर्पित करती हैं।

ऐसे खेल को उत्तमकर जग्नीन पर खड़ा किया।

शीतल का एक और वीडियो बायरल हो रहा है, जिसमें वह पानी की बोतल को अपने पैर की अंगूष्ठियों से उत्तमकर उसे उत्तर रही हैं, जो बायपस जमीन पर घैले हुए तह स्थापित हो जाती है। वहां, उनकी साथी हाथ से भी बोतल को उत्तमकर एसा नहीं कर पा रही है।

न्यूज़ब्रीफ

मुकेश कुमार को अरिवन ने बताया जूनियर शनी



नई दिल्ली । टीम इंडिया के अनुभवी खिलाफ रविवर्दन अरिवन ने तेज गेंदबाज मुकेश कुमार को प्रश्न करते हुए उन्हें जूनियर शनी का जूनियर बनाया है। अरिवन ने अपने आधिकारिक यूट्यूब चैनल पर बात करते हुए कहा कि जब वह पहली बार मोहम्मद सिरज रो मिल थे तो उन्होंने सोचा था कि मोहम्मद शनी का जूनियर बनेगा। ताकांवा मुकेश कुमार एवं दिवसीय विश्व कप 2023 में सबसे अधिक टिकट लेने वालों में युवा सरकरण हो सकता है। अरिवन ने कहा कि मुकेश की बनावाई और कायल और कांडों की बजह से यह बहुत रहा है।

हार्दिक अगले सीज़न में मुंबई इंडियंस को ओर से खेलते नजर आएंगे। मुंबई इंडियंस ने इसकी आधिकारिक घोषणा पर की। वहां, मुंबई इंडियंस ने कैप्टन ग्रीन को रॉयल चैलेंजर्स बैंगलुरु से ट्रेड कर दिया है।

गिल ने 2018 में आईपीएल डेब्यू किया था

गिल आईपीएल 2023 में सबसे ज्यादा रन बनाने वाले बैटर थे। गिल ने 7 मैचों में 59.33 को औलर से 890 रन बनाए थे। 24 साल के गिल ने साल 2018 में आईपीएल डेब्यू किया था। उन्होंने अब तक कुल 91 मैचों में 2790 रन बनाए हैं।

हार्दिक ने पहले ही सीज़न में गुजरात को चैपियन बनाया था

गुजरात टाइटन की टीम आईपीएल में पहली बार 2022 सीज़न में उत्तरी। टीम ने हार्दिक की कसानी में पहले सीज़न में ही चैपियन बनने का गौरव हासिल किया। 2023 के सीज़न में भी गुजरात टीम फाइनल में चढ़ चुकी, जहां उन्हें सुपर रॉयल टॉक और गेंद पास करता था। इनकी कामयाबी के बावजूद गुजरात की टीम और पंड्या का साथ छठना फैसले और क्रिकेट एक्सपर्ट्स को बैरान कर रहा है।

क्या हार्दिक को कप्तान बनाएगी कुंवर्द इंडियंस

हार्दिक ने आईपीएल के पिछले दो सीज़न में अपनी कसानी क्षमता साकारत कर दी है। साथ ही वे भारत की ड्यूटीटॉल टीम के भी अगले रेगुलर कप्तान के तौर पर देखे जा रहे हैं। माना जा रहा है कि मुंबई इंडियंस हार्दिक



जो रूट टी20 लीग में नहीं खेलेगे, राजस्थान रायल्स को दिया ज्ञाटका

नई दिल्ली । आईपीएल 2024 में राजस्थान रायल्स को तब बड़ा झटका लगा है जब जो रूट ने टी20 लीग में नहीं खेलने का फैसला किया। बता दें कि इस समय टी20 लीग मैचों की तेजायां जॉर-शॉर से चाल रही है। सभी 10 टीमों को रूट और रिनीज किए गए खेलाड़ियों के नाम का एलान होता है।

इससे पहले बड़ी खबर है कि इंग्लैंड के दिग्नायज क्रिकेटर जॉर्ज रूट ने आईपीएल 2024 से हटने के फैसला किया है। बता दें कि रूट ने आईपीएल 2023 से 20 लीग में डेव्यू किया था। वे 2019 में वर्ष वर्क कप का खिताब जीतने वाली इंग्लैंड की टीम में शामिल थे। इससे पहले इंग्लैंड के ही दिग्नायज क्रिकेटर जॉर्ज रूट ने आईपीएल 2024 में खेला जाना रुकावा है। टॉटेन हॉम क्रिकेटर को इंग्लैंड की टीम से हटा दिया गया है। राजस्थान रायल्स ने डायरेक्ट और क्रिकेट कुमार ने रायल्स से चाल रही है। रायल्स के अनुभवी खिलाड़ी और खिलाड़ियों को साकारात्मक प्रशंसा दी जाती है। उन्होंने अब तक एक रूट के लिए खेला है। उन्होंने 32 टी20 इंटरनेशनल के मूकालों में 5 अर्धशतक के साथ 893 रन बनाए हैं। नावार 90 रन बैटर प्रदर्शन है। बौरां 30 और रिपन 6 विकेट भी लिए हैं। रूट के ओवरआल टी20 करियर की बात करें, तो उन्होंने 87 पारियों में 32 की ओसित से 2235 रन बनाए हैं।



सात्विक-चिराग की जोड़ी चाइना मास्टर्स के फाइनल में हारी चैथा बीडब्ल्यूएफ वर्ल्ड टूर फाइनल खेल रही थी; वर्ल्ड नंबर-1 लियांग-वांग की चीनी जोड़ी चैपियन बनी

नई दिल्ली ।

सात्विक साईराज और चिराग शेठी की भारतीय मेंस डबल्स पैरेंट को चाइना मास्टर्स 750 दूनामेंट के फाइनल में हारा का सामना पड़ा। चीन के शेन्जेन शहर में रविवर्दन 26 नवंबर को खेले गए फाइनल में भारतीय जोड़ी को चीनी के लियांग वेंग के ओर बांग चांग की जोड़ी ने हाराया।

सात्विक और चिराग की एशियन गेम्स की चैपियन जोड़ी को एक मैच 11 मिनट तक चाले फाइनल में दुनिया की नंबर-1 जोड़ी से 19-21 21-18 19-21 से मात खेलनी पड़ी।

सात्विक-चिराग की चैरियांग के डबल्स पैरेंट ने एक मैच 20 से 1 मिनट तक चाले फाइनल में दुनिया की नंबर-1 जोड़ी से 19-21 21-18 19-21 से मात खेलनी पड़ी।



क्यों जाली था चाइना मास्टर्स 700

वैडमिंटन में सालभर अलग-अलग दोनों में दूनामेंट होते हैं, और इन दूनामेंट के पाइट्स-परसनल रॉकिंग में एड होते हैं। चाइना मास्टर्स बीडब्ल्यूएफ वर्ल्ड टूर का हिस्सा है और यह लेवल 3 का दूनामेंट है। इसमें जोड़ने वाले विनर को 11,000 पॉइंट्स मिलते हैं जो कि रॉकिंग में 4 एड

से होता है। इसमें जोड़ने वाले जोड़ी को जीतना चाहिए।

पिछले सीज़न में शार्दुलने 11 पारियों में 113 रन बनाए। बतौर तेज गेंदबाज शार्दुल के आइरार की ओर से सिर्फ 7 ही विकेट ले सके थे। टीम ने उन्हें 10.75 कोर्नर रूपरे में शामिल किया था। सीप्सको की ओर से 2 बार खिलाव जीत चुके शार्दुल के आइरार को कुछ खास सफलता नहीं होता है।

केकेआर की टीम शार्दुल ठाकुर को करेगी रिलीज, शॉ की वापसी के क्यास

नई दिल्ली ।

दो बार की पूर्व चैपियन टीम कोलकाता नाइट इडर्स अब इस सीज़न के लिए ऑलाइटर शार्दुल ठाकुर को रिलीज कर सकती है।

पिछले ही सीज़न में शार्दुल को केकेआर ने जुड़े थे। जाली की प्रर्द्धन क्लैपिट्स की टीम ओपनर बैटैट के रिलीज के बाद कर सकती है।

शॉ अगली घोट से उत्तर हो रहे हैं। पिछले ही सीज़न में उनका प्रदर्शन और तेज गेंदबाजी की बात करें, तो उन्हें 3 घोट में खेले करना चाहिए। उन्होंने 10 रन बनाए थे। 32 लाइट इंटरनेट में खेले करने के लिए इंग्लैंड के अनुभवी खिलाड़ियो

क्यों जाना है विदेश जब भारत में ही उठा सकते हैं

स्कॉटलैंड के मजे..

लोगों के दिमाग में अक्सर ये बात रहती है कि हनीमून या फिर किसी शानदार छुट्टी मनाने के लिए कोई विदेशी डेस्टीनेशन ही बेरट रहेगी, लेकिन किसी भी फॉरेन ट्रिप को प्लान करने से पहले हमें एक बार अपने देश की खुबसूरती पर भी नजर जरुर मार लेनी चाहिए. ये बात सभी जानते हैं कि स्कॉटलैंड एक शानदार टूरिस्ट डेस्टीनेशन है, लेकिन ये बात कम ही लोग जानते हैं कि भारत में भी एक ऐसी जगह है जिसे भारत के स्कॉटलैंड के नाम से जाना जाता है. आईए भारत के स्कॉटलैंड यानी कुर्ग को को जानते हैं थोड़ा करीब से...

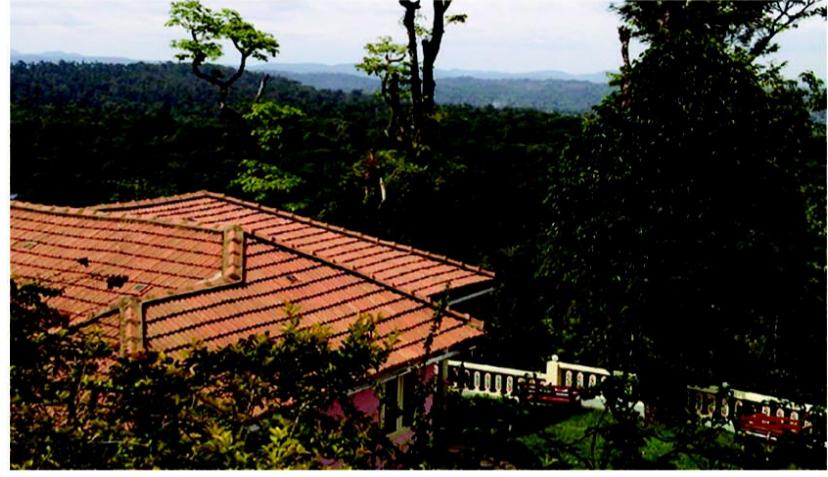
कर्नाटक में स्थित कुर्ग नेचुरल ब्यूटी से भरा हुआ है, यहां सुंदर नजारों को कोई कमी नहीं है. कुर्ग मैसूर से करीब 120 किलोमीटर की दूरी पर स्थित है और इसे काढ़ाग भी कहा जाता है. कुर्ग में घूमने-फिले, पिकनिक मनाने या फिर एडवेंचर को कोई कमी नहीं है, यहां एक नहीं बल्कि कई मुख्य पर्यटक स्थल मौजूद हैं.

निसारगधर्म

नदी किनारे के हरे-भरे नजारे देखना अगर आपको पसंद है, तो कुर्ग में स्थित निसारगधर्म आपको खुब पसंद आएगा. ये स्थल कीरीबियों के बीच स्थित है, टूरिस्ट यहां अपने कीरीबियों के साथ पिकनिक करने भी लुक उठा सकते हैं.

नागरहोल अभयारण्य

वहां वाइल्ड लाइफ लवर्स के लिए भी कुर्ग में बहुत कछु है, यहां नागरहोल अभयारण्य में घूमाना आपको काफ़ी एडवेंचरस फील देगा. नागरहोल में हाथरों की अच्छी आवादी भी उपलब्ध है. टाइगर-देवरों के लिए ही यहां देश के कछु सर्वांग अच्छे अभयारण्यों में से एक है. इसके अलावा यहां तेंदुए, हरिण और गौर को भी करीब से देखने का अच्छा चांस मिलता है.



कॉफी के बागान

जब भी आप कुर्ग घूमने आएं तो यहां मौजूद कॉफी के बागानों की सैर करना न भूलें. ये बागान आपको नेवर के काफ़ी करीब ले जाएंगे. साथ ही आपको यहां की फ़ेश ऐर एयर एकदम तरीका जाना कर देगा.

सन ग्लासेज को लेकर कहीं आप धोखा ना खा जाएं!

क्या आप अक्सर इसलिए सन ग्लासेज खरीदते हैं क्योंकि इससे आपकी आंखें सेफ़ रहती हैं? तो आप गलत सोचते हैं. ऐसे कई और मिथ्या सन ग्लासेज को लेकर हैं. माई जिम इंडिया के प्रबंध निदेशक आई रहमतुल्लाह ने सन ग्लासेज से जुड़े इन मिथ्यों के बारे में बताया है



सन ग्लासेज के साथ जुड़ा आम मिथ्या यह है कि इन्हें सिफ़ फैनेबल नजर आने के लिए पहना जाता है, ये महज फैशन का सामान नहीं होते हैं. सन ग्लास आपको स्मार्ट लुक देने के साथ ही सूरज की हानिकारक किरणों से भी आपकी आंखों को सुरक्षित रखते हैं.

जो लोग सही से दिखाई देने के लिए चश्मा पहनते हैं, वे सोचते हैं कि सन ग्लास धूप के चश्मे उपलब्ध है, जिससे आपको सही से दिखाई देगा और आपकी आंखों की धूप से भी क्षता होगी. धूप के चश्मों के लेकर यह भी मिथक है

कि सारे धूप के चश्मे पराबैंगी किरणों से रक्षा करते हैं. हालांकि, चश्मे का ग्लास और पॉलीकार्बोनेट पराबैंगी किरणों की कुछ मात्रा को अवशोषित कर लेते हैं, लेकिन पूरी तरह से सुरक्षा पाने के लिए लेंस पर कोटिंग करवाना जरूरी है.

धूप का चश्मा ऐसा खरीदें जो सामने और पीछे दोनों ओर से पराबैंगी किरणों को 90-100 प्रतिशत तक ब्लॉक करे, कई लोग यह सोचते हैं कि इसे नहीं पहनने की बजाय इसे पहनने से कम से कम आंखों को कुछ तो सुरक्षा मिलेगी, इसलिए लोग किसी भी कॉलिटी का चश्मा खरीदे लेते हैं, लेकिन धूप से सुरक्षा पहनना आपकी आंखों को और नुकसान पहुंचा सकता है.

आप उनसे आपकी आंखों पर सिफ़ छाया होती हैं और हानिकारक किरणों यूवीए व यूवीबी से सुरक्षा नहीं मिलती है तो फ़िक्र ऐसे चश्मों के जरिए हानिकारक किरणों सीधे आपकी आंखों पर पड़ते हैं, जो बेहद हानिकारक हैं. इसलिए हमेशा बड़ी कॉलिटी का चश्मा इस्तेमाल करें.

पूजा घर में मृतकों की तस्वीर रखना अशुभ है क्योंकि



हिंदू धर्म में जीवन के विभिन्न मोड़ पर अलग-अलग रीति रिवाजों का पालन किया जाता है। पर्व के अलावा सामान्य जीवन में भी ये परंपराएं व रीतियां मानी जाती हैं।

आदर्श हिंदू जीवन शैली में प्रतिदिन पूजा पाठ करना अनिवार्य है, यहां कारण है कि प्रत्येक हिंदू के घर में पूजा घर होता है।

एक बार आपने देखी होगी कि पूजा घर में आमतौर पर मृतकों की तस्वीरें भी ही लगा दिया करते हैं। लेकिन वास्तु के अनुसार यह ठीक नहीं है। वास्तु को मानने वाले यह बात जानते हैं कि पूजा घर में पुरुषों की तस्वीरें की मिथक है।

यदि पूजा घर में पुरुष की तस्वीर आपको अशुभ होती है तो इसका अर्थ ये हुआ कि आप अनजाने में ही परंपरागतों को आड़त कर रहे हैं। तभील विवाहधारा के अनुसार मृतक देवदूत बनकर उत्तर पूर्व में गति पाते हैं।

इस विवाह से वे मृतकों का भावनाएं रखते हैं। हिंदू मायताओं के अनुसार मृत्यु के बाद आम शरीर को आड़त कर देते हैं और मृतकों के अलावा अन्य शरीर का वरण करते हैं।

हिंदू धर्म में शरीर की दिशा में रखना चाहिए। पूजा घर की तस्वीरें को दक्षिण की दिशा में स्थापित करना चाहिए। मृत पृष्ठों की तस्वीरें को दक्षिण पश्चिम या दक्षिण, पश्चिम में लगाना चाहिए। यदि उत्तर क्रम का पालन नहीं किया गया तो परिवार के लिए क्षेत्रों में हालों का परम्परागत संरक्षण की आवश्यकता है।

अच्छे धर्म के लिए यह शरीर की दिशा में रखना चाहिए। मृत्यु के बाद शरीर को दक्षिण की दिशा में रखना चाहिए।

अच्छे धर्म के लिए यह शरीर की दिशा में रखना चाहिए।

अच्छे धर्म के लिए यह शरीर की दिशा में रखना चाहिए।

अच्छे धर्म के लिए यह शरीर की दिशा में रखना चाहिए।

अच्छे धर्म के लिए यह शरीर की दिशा में रखना चाहिए।

अच्छे धर्म के लिए यह शरीर की दिशा में रखना चाहिए।

अच्छे धर्म के लिए यह शरीर की दिशा में रखना चाहिए।

अच्छे धर्म के लिए यह शरीर की दिशा में रखना चाहिए।

अच्छे धर्म के लिए यह शरीर की दिशा में रखना चाहिए।

अच्छे धर्म के लिए यह शरीर की दिशा में रखना चाहिए।

अच्छे धर्म के लिए यह शरीर की दिशा में रखना चाहिए।

अच्छे धर्म के लिए यह शरीर की दिशा में रखना चाहिए।

अच्छे धर्म के लिए यह शरीर की दिशा में रखना चाहिए।

अच्छे धर्म के लिए यह शरीर की दिशा में रखना चाहिए।

अच्छे धर्म के लिए यह शरीर की दिशा में रखना चाहिए।

अच्छे धर्म के लिए यह शरीर की दिशा में रखना चाहिए।

अच्छे धर्म के लिए यह शरीर की दिशा में रखना चाहिए।

अच्छे धर्म के लिए यह शरीर की दिशा में रखना चाहिए।

अच्छे धर्म के लिए यह शरीर की दिशा में रखना चाहिए।

अच्छे धर्म के लिए यह शरीर की दिशा में रखना चाहिए।

अच्छे धर्म के लिए यह शरीर की दिशा में रखना चाहिए।

अच्छे धर्म के लिए यह शरीर की दिशा में रखना चाहिए।

अच्छे धर्म के लिए यह शरीर की दिशा में रखना चाहिए।

अच्छे धर्म के लिए यह शरीर की दिशा में रखना चाहिए।

अच्छे धर्म के लिए यह शरीर की दिशा में रखना चाहिए।

अच्छे धर्म के लिए यह शरीर की दिशा में रखना चाहिए।

अच्छे धर्म के लिए यह शरीर की दिशा में रखना चाहिए।

अच्छे धर्म के लिए यह शरीर की दिशा में रखना चाहिए।

अच्छे धर्म के लिए यह शरीर की दिशा में रखना चाहिए।

अच्छे धर्म के लिए यह शरीर की दिशा में रखना चाहिए।

अच्छे धर्म के लिए यह शरीर की दिशा में रखना चाहिए।

अच्छे धर्म के लिए यह शरीर की दिशा में रखना चाहिए।