

साल 2011 से इंग्लैंड के घर अलग दौरे पर सबसे ज्यादा रन बनाने वाले भारतीय

नई दिल्ली। भारत और इंग्लैंड के बीच पांच मैचों की टेस्ट सीरीज की शुरुआत 20 जून से होने जा रही है। इस दौरे पर ही टीम इंडिया पिछले 15 साल में चार बार इंग्लैंड की तरफ कर चुकी है। हालांकि, इन चारों सीरीज में टीम इंडिया का कामयाबी नहीं मिली। इनमें से इंग्लैंड ने तीन सीरीज अपने नाम की, जबकि 2021-22 में खेली गई पांच मैचों की सीरीज 2-2 से बराबर रही। अब भारत के एटेटेट क्रिकेट क्रिकेट शुभमन गिल के ऊपर टीम इंडिया को जीत दिलाने की बड़ी जिम्मेदारी होगी। भारतीय टीम ने इंग्लैंड में पिछली टेस्ट सीरीज 2007 में राहुल द्रविड़ की कपासी में जीती थी। ऐसे में टीम इंडिया 18 साल के सुखों का खत्म करनी की कोशिश करेगी। साल 2011 से भारत के चार अलग-अलग इंग्लैंड दौरे चार अलग-अलग भारतीय बल्लेबाजों ने सबसे ज्यादा बनाए। इन्हाँ नहीं चार अलग-अलग गेंदबाजों ने भी सबसे ज्यादा बनाए। इन्हाँ नहीं चार अलग-अलग गेंदबाजों ने भी सबसे ज्यादा बनाए। इन्हाँ नहीं चार अलग-अलग गेंदबाजों ने भी सबसे ज्यादा बनाए। इन्हाँ नहीं चार अलग-अलग गेंदबाजों ने भी सबसे ज्यादा बनाए। इन्हाँ नहीं चार अलग-अलग गेंदबाजों ने भी सबसे ज्यादा बनाए।

भारत ने 2011 में महेंद्र सिंह की



कपासी में इंग्लैंड का दौरा किया था। तब टीम में राहुल द्रविड़, सचिन तेंदुलकर और वीवीएस लक्ष्मण जैसे महान बल्लेबाज थे, जबकि गेंदबाजी का जिम्मा जहीर खान, ईशांत शर्मा और प्रवीण कुमार पर था। इंग्लैंड के पास एंड्रेस्ट्रीट, पिलिंस्ट्रीट रुक, जोनासन ट्रॉट, केविन पीटरसन और इंग्लैंड के लिए केविन पीटरसन की कोशिश करेगी। साल 2011 से भारत के चार अलग-अलग इंग्लैंड दौरे चार अलग-अलग भारतीय बल्लेबाजों ने सबसे ज्यादा बनाए। इन्हाँ नहीं चार अलग-अलग गेंदबाजों ने भी सबसे ज्यादा बनाए। इन्हाँ नहीं चार अलग-अलग गेंदबाजों ने भी सबसे ज्यादा बनाए। इन्हाँ नहीं चार अलग-अलग गेंदबाजों ने भी सबसे ज्यादा बनाए। इन्हाँ नहीं चार अलग-अलग गेंदबाजों ने भी सबसे ज्यादा बनाए। इन्हाँ नहीं चार अलग-अलग गेंदबाजों ने भी सबसे ज्यादा बनाए। इन्हाँ नहीं चार अलग-अलग गेंदबाजों ने भी सबसे ज्यादा बनाए।

भारत ने 2011 में महेंद्र सिंह की

योगराज सिंह ने बताया बुमराह के बार-बार चोटिल होने का कारण

फहा-35-36 की उम्र से पहले ऐसा नहीं करते



'क्रिकेटरों का जिम्मा जाना बंद करवाएं'
योगराज ने कहा, 'लेकिन आज युवा जिम्मा जी रहे हैं।' यही कारण है कि बाट ज्यादा लगती है। मैं कह सकता हूं कि लगाम 30-40 साल पहले थोड़े के मामले शर्यू थे। व्यक्ति क्रिकेट में अपांकों के बदल लघीत, जिम्माराट जैसे शरीर की जरूरत होती है। अपने शरीर के बजन के मुश्किल व्यायाम करें जैसे पुल-अप, पुश-अप, सिट-अप और कोर, लेकिन भावना के लिए क्रूपा क्रिकेटरों को अपनी फिटनेस बनाए करें। योगराज ने कहा कि बुमराह के चोटिल होने में जिम एक कारण हो सकता है। योगराज ने हाल तक एक स्पोर्ट्स वेबसाइट को दिए इंटरव्यू में कहा कि क्रिकेटरों को अपनी फिटनेस बनाए रखने के लिए जिम जाना बंद करवाएं।'

बुमराह के बार-बार चोटिल होने की वजह?

इंडियाई स्पोर्ट्स को दिए इंटरव्यू में योगराज ने कहा, 'बुमराह बार-बार चोटिल होते हैं। वह चार बार चोटिल हो चुके हैं। अपने पातों हैं इसका कारण क्या है? जिम कारण है। अन्य क्रिकेटर भी हैं। मोहम्मद शमी, हाफिज पाद्या। योगराज ने कहा कि क्रिकेटरों को बॉडी विलिंग करने की जरूरत नहीं है। उन्होंने अपने इस बायान को माइकल होल्डिंग जैसे गेंदबाजों के माझपूर्ण है। गोल्ड को अडाए है कि 2024 में अंतर्राष्ट्रीय स्तर पर निराशाजनक प्रदर्शन के बाद वह सीरीज इंग्लैंड के प्रशंसकों का ध्यान आकर्षित करेगी।

पिछले साल देश के खेल प्रशंसकों ने अंतर्राष्ट्रीय और युवा प्रशंसकों का ध्यान आकर्षित करेगी।

योगराज ने कहा कि बुमराह की शुरुआत में अपने पातों में अकड़न आ रही थी। जिम जाने के लिए होता है जब आप 35-36 साल के होते हैं। अन्यथा इससे आपकी मासांशेशिया कठोर हो सकती है। हर किसी को पता होना चाहिए कि बह व्यायाम कर होता है। आपको तब खुद को मजुरत बनाना चाहिए। उन्होंने अपने इस बायान को साकार करने के लिए हार्दिक पांड्या और मोहम्मद शमी का लचाले थे। विंडॉर 35 साल की उदाहरण भी दिया।

उपर तक जिम नहीं गए थे।

क्रिकेटरों को कब जाना चाहिए जिम?

योगराज ने कहा कि क्रिकेटरों की जिम जाना चाहिए बार वे 35-36 साल के हो जाने और कारियर की शुरुआत में जिम मेहनत करते रहे तो उनकी मासांशेशिया में अकड़न आ रही थी। उन्होंने कहा, 'मैं हैरान हूं कि क्रिकेटर जिम जाते हैं।' जिम जाने के लिए होता है जब आप 35-36 साल के होते हैं। अन्यथा इससे आपकी मासांशेशिया कठोर हो सकती है। हर किसी को पता होना चाहिए कि बह व्यायाम कर होता है। आपको तब खुद को मजुरत बनाना चाहिए। उन्होंने अपने इस बायान को साकार करने के लिए हार्दिक पांड्या और मोहम्मद शमी का लचाले थे। विंडॉर 35 साल की उदाहरण भी दिया।

उपर तक जिम नहीं गए थे।

क्रिकेटरों को कब जाना चाहिए जिम?

योगराज ने कहा कि क्रिकेटरों की जिम जाना चाहिए बार वे 35-36 साल के हो जाने और कारियर की शुरुआत में जिम मेहनत करते रहे तो उनकी मासांशेशिया में अकड़न आ रही थी। उन्होंने कहा, 'मैं हैरान हूं कि क्रिकेटर जिम जाते हैं।' जिम जाने के लिए होता है जब आप 35-36 साल के होते हैं। अन्यथा इससे आपकी मासांशेशिया कठोर हो सकती है। हर किसी को पता होना चाहिए कि बह व्यायाम कर होता है। आपको तब खुद को मजुरत बनाना चाहिए। उन्होंने अपने इस बायान को साकार करने के लिए हार्दिक पांड्या और मोहम्मद शमी का लचाले थे। विंडॉर 35 साल की उदाहरण भी दिया।

उपर तक जिम नहीं गए थे।

योगराज सिंह ने बताया बुमराह के बार-बार चोटिल होने का कारण

फहा-35-36 की उम्र से पहले ऐसा नहीं करते

योगराज सिंह ने बताया बुमराह के बार-बार चोटिल होने की वजह?

इंडियाई स्पोर्ट्स को दिए इंटरव्यू में योगराज ने कहा, 'बुमराह बार-बार चोटिल होते हैं। वह चार बार चोटिल हो चुके हैं। अपने पातों हैं इसका कारण क्या है? जिम कारण है। अन्य क्रिकेटर भी हैं। मोहम्मद शमी, हाफिज पाद्या। योगराज ने कहा कि क्रिकेटरों को बॉडी विलिंग करने की जरूरत नहीं है। उन्होंने अपने इस बायान को माइकल होल्डिंग जैसे गेंदबाजों के माझपूर्ण है। गोल्ड को अडाए है कि 2024 में अंतर्राष्ट्रीय स्तर पर निराशाजनक प्रदर्शन के बाद वह सीरीज इंग्लैंड के प्रशंसकों का ध्यान आकर्षित करेगी।

पिछले साल देश के खेल प्रशंसकों का ध्यान आकर्षित करेगी।

योगराज सिंह ने बताया बुमराह के बार-बार चोटिल होने की वजह?

योगराज ने कहा कि बुमराह के चोटिल होने की वजह यही है कि बुमराह की जिम जाना बंद करवाएं।

योगराज सिंह ने बताया बुमराह के बार-बार चोटिल होने की वजह?

योगराज ने कहा कि बुमराह के चोटिल होने की वजह यही है कि बुमराह की जिम जाना बंद करवाएं।

योगराज सिंह ने बताया बुमराह के बार-बार चोटिल होने की वजह?

योगराज ने कहा कि बुमराह के चोटिल होने की वजह यही है कि बुमराह की जिम जाना बंद करवाएं।

योगराज सिंह ने बताया बुमराह के बार-बार चोटिल होने की वजह?

योगराज ने कहा कि बुमराह के चोटिल होने की वजह यही है कि बुमराह की जिम जाना बंद करवाएं।

योगराज सिंह ने बताया बुमराह के बार-बार चोटिल होने की वजह?

योगराज ने कहा कि बुमराह के चोटिल होने की वजह यही है कि बुमराह की जिम जाना बंद करवाएं।

योगराज सिंह ने बताया बुमराह के बार-बार चोटिल होने की वजह?

योगराज ने कहा कि बुमराह के चोटिल होने की वजह यही है कि बुमराह की जिम जाना बंद करवाएं।

योगराज सिंह ने बताया बुमराह के बार-बार चोटिल होने की वजह?

योगराज ने कहा कि बुमराह के चोटिल होने की वजह यही है कि बुमराह की जिम जाना बंद करवाएं।

योगराज सिंह ने बताया बुमराह के बार-बार चोटिल होने की वजह?

योगराज ने कहा कि बुमराह के चोटिल होने की वजह यही है कि बुमराह की जिम जाना बंद करवाएं।

क्रोएशिया पहुंचे पीएम मोदी, क्रोएशियाई दास्तावचि और पीएम से करेंगे मुलाकात

कनाडा। जो कि 0.26% है। क्रोएशिया 47 बिलियन डॉलर के सामान और सेवाओं का आवाह कर रहा है और वे भारत से केवल 380 मिलियन डॉलर का आवाह कर रहे हैं जो कि 0.67% है। भारत और क्रोएशिया के बीच दोनों दिशाओं में व्यापार में वृद्धि की गुणजीश बहुत अधिक है। वर्तमान में भारत दुनिया की चौथी सबसे बड़ी अर्थव्यवस्था है और बहुत जल्द तीसरी बन जाएगी। यह आता हमें एक ऐसा साझेदार खोजने में मदद यारी और बारे में क्रोएशिया में भारत के सामान और सेवाओं का आवाह कर रहा है और वे भारत के राजदूत अरुण गोयल ने कहा, क्रोएशिया ने खुद आतंकवाद, कट्टरवाद और उत्तरवाद का अनुभव किया है। जब पहलगाम की घटना हुई, तो आप पारंगे कि क्रोएशियाई लोग भारत के दृष्टिकोण



फोन पर कह क्रोएशियाई लोगों से संदेश मिले। ऑपरेशन सिंटूर के माध्यम से भारत की संतुलित और संयमित प्रतिक्रिया की सभी क्रोएशियाई लोगों ने सराहना की। अगर आप सड़क पर किसी से भी बात करेंगे, तो आप पारंगे कि क्रोएशियाई लोग भारत के माध्यम से भारत की संतुलित और संयमित प्रतिक्रिया की सभी क्रोएशियाई लोग भारत के सामर्थन कर रहे हैं। जब पहलगाम की

उपर्युक्त घटना हुई और सेवाओं को भेजना इससे उत्तर कोरिया और रूस के संबंधों में मजबूती आएगी।

यूक्रेन के खिलाफ जंग में उत्तर कोरिया रूस की कई बार बदल कर चुका है। रूसी समाचार एंसेसी तास के अनुसार रूसी सुरक्षा परिषद के सचिव सर्वोदय शोइगु ने कहा कि उत्तर कोरिया ने किम जोंग उने कुर्स्क क्षेत्र में बास्ती सुर्यों को साफ करने के लिए एक हजार सैनिक और बुनियादी ढांचे को बहाल करने के लिए। पांच रात बैन्य श्रमिकों को भेजने का बाला लिया है।

शोइगु ने कहा बास्ती से यूक्रेन के सैनिकों को खेड़ेदेने के बाद हम रचनात्मक सहयोग जारी रखने पर सहमत हुए हैं। इसमें उत्तर कोरिया कुर्स्क क्षेत्र की बहाली में सहायता



प्रदान करेगा। यह एक तरह की भाईचारे वाली सहायता है। उन्होंने कहा कि रूस और उत्तर कोरिया ने कुर्स्क में बास्ती एवं अखंडता की रक्षा के लिए किए जा रहे प्रयत्नों को हमेशा और बिना पर सहमति व्यक्त की है।

उत्तर कोरिया की अधिकारिक कोरियन सेंट्रल न्यूज एंसेसी ने कहा कि किम ने कुर्स्क की वर्तमान स्थिति के संबंध में रूस के साथ उत्तर कोरिया के सहयोग की बात दोहराई। हालांकि उन्होंने सैन्य निर्माण श्रमिकों को भेजने का

बात का जिक्र नहीं किया। किम ने कहा कि उन्होंने रूस की संप्रभुता और बास्ती एवं अखंडता की रक्षा के लिए किए जा रहे प्रयत्नों को हमेशा और बिना शर्त समर्थन किया है।

किम और शोइगु ने कुर्स्क क्षेत्र को मर्क करने के लिए उत्तर कोरिया के सैनिकों के कामों को लंबे समय तक प्रसारित करने के लिए किए जा रहे प्रयत्नों को हमेशा और बिना शर्त समर्थन किया है।

शोइगु की यह उत्तर कोरिया की लगभग तीन महीनों में तीसरी यात्रा थी।

प्रदान करेगा। यह एक तरह की भाईचारे वाली सहायता है। उन्होंने कहा कि रूस और उत्तर कोरिया ने कुर्स्क में बास्ती एवं अखंडता की रक्षा के लिए किए जा रहे प्रयत्नों को हमेशा और बिना पर सहमति व्यक्त की है।

उत्तर कोरिया की अधिकारिक कोरियन सेंट्रल न्यूज एंसेसी ने कहा कि किम ने कुर्स्क की वर्तमान स्थिति के संबंध में रूस के साथ उत्तर कोरिया के सहयोग की बात दोहराई। हालांकि उन्होंने सैन्य निर्माण श्रमिकों को भेजने का

प्रदान करेगा। यह एक तरह की भाईचारे वाली सहायता है। उन्होंने कहा कि रूस और उत्तर कोरिया ने कुर्स्क में बास्ती एवं अखंडता की रक्षा के लिए किए जा रहे प्रयत्नों को हमेशा और बिना शर्त समर्थन किया है।

किम और शोइगु ने कुर्स्क क्षेत्र को मर्क करने के लिए उत्तर कोरिया के सैनिकों के कामों को लंबे समय तक प्रसारित करने के लिए किए जा रहे प्रयत्नों को हमेशा और बिना शर्त समर्थन किया है।

शोइगु की यह उत्तर कोरिया की लगभग तीन महीनों में तीसरी यात्रा थी।

पाकिस्तान: बम विस्फोट से जाफर एक्सप्रेस की छह बोगियां पटरी से उतरीं, झमरान ने दो हफ्ते के लिए प्रदर्शन टाला

इस्लामाबाद। पाकिस्तान में बुधवार को लौटवे ट्रैक के पास रुहानी वार्षिक नियमित विद्युत विस्फोट की छह बोगियां पटरी से उतर गईं। इस्लामाबाद सिंचान की छह बोगियां पटरी से उतर गईं। हादसा सिंध प्रांत के जैकोबाबाद जिले में हुआ। यह अशांत प्रत बलूचिस्तान की सीमा से लगा हुआ है। घटना में किसी को हताह होने की खबर नहीं है।

विस्फोट जैकोबाबाद में मवेशी बाजार के पास रुहानी वार्षिक नियमित विद्युत विस्फोट की छह बोगियां पटरी से उतर गईं। विस्फोट के बाद यूलिस की एक बड़ी ट्रक ने इसके की धैरयादी की दृष्टि कर रखी और प्रकृति की जांच कर रहे हैं। विस्फोट के बाद मार्ग पर ट्रेन परिवालन असाधारी रूप से निलंबित कर दिया गया। अभी तक किसी समूह ने जिम्मेदारी नहीं ली



है। इसरान खान ने वैश्वक तनाव के कारण दो सालाह के लिए प्रदर्शन टाला। इस बीच जेल में बंद पाकिस्तान के पूर्व प्रधानमंत्री इसरान खान ने इस्लाम-इस्लाल संघर्ष के बाद चल रहे वैश्वक गठबंधन के बाद चल रहे वैश्वक गठबंधन के अधिकारियों को विश्वास प्रस्ताव के जरिए सत्ता से बेदखल होने के बाद सेतुल जेल से करेंगे। हालांकि, विश्व विद्युत प्रदर्शन को नियोजित राष्ट्रव्यापी विश्व विद्युत प्रदर्शन को दो सालाह के लिए टाल दिया है। पिछले महीनों की शुरूआत में पाकिस्तान जेलों में बास्ती एवं अखंडता की विद्युत विस्फोट कर रही है।

है। इसरान खान ने वैश्वक तनाव के कारण दो सालाह के लिए प्रदर्शन टाला। इस बीच जेल में बंद पाकिस्तान के पूर्व प्रधानमंत्री इसरान खान ने इस्लाम-इस्लाल संघर्ष के बाद चल रहे वैश्वक गठबंधन के बाद चल रहे वैश्वक गठबंधन के अधिकारियों को विश्वास प्रस्ताव के जरिए सत्ता से बेदखल होने के बाद सेतुल जेल से करेंगे। हालांकि, विश्व विद्युत प्रदर्शन की सही तारीख की घोषणा नहीं की गई। मंगलवार को अधिकारियों को विद्युत विस्फोट कर रहे हैं।

है। इसरान खान ने वैश्वक तनाव के कारण दो सालाह के लिए प्रदर्शन टाला। इस बीच जेल में बंद पाकिस्तान के पूर्व प्रधानमंत्री इसरान खान ने इस्लाम-इस्लाल संघर्ष के बाद चल रहे वैश्वक गठबंधन के बाद चल रहे वैश्वक गठबंधन के अधिकारियों को विश्व विद्युत प्रदर्शन को दो सालाह के लिए टाल दिया है। पिछले महीनों की शुरूआत में पाकिस्तान जेलों में बास्ती एवं अखंडता की विद्युत विस्फोट कर रही है।

है। इसरान खान ने वैश्वक तनाव के कारण दो सालाह के लिए प्रदर्शन टाला। इस बीच जेल में बंद पाकिस्तान के पूर्व प्रधानमंत्री इसरान खान ने इस्लाम-इस्लाल संघर्ष के बाद चल रहे वैश्वक गठबंधन के बाद चल रहे वैश्वक गठबंधन के अधिकारियों को विश्व विद्युत प्रदर्शन को दो सालाह के लिए टाल दिया है। पिछले महीनों की शुरूआत में पाकिस्तान जेलों में बास्ती एवं अखंडता की विद्युत विस्फोट कर रही है।

है। इसरान खान ने वैश्वक तनाव के कारण दो सालाह के लिए प्रदर्शन टाला। इस बीच जेल में बंद पाकिस्तान के पूर्व प्रधानमंत्री इसरान खान ने इस्लाम-इस्लाल संघर्ष के बाद चल रहे वैश्वक गठबंधन के बाद चल रहे वैश्वक गठबंधन के अधिकारियों को विश्व विद्युत प्रदर्शन को दो सालाह के लिए टाल दिया है। पिछले महीनों की शुरूआत में पाकिस्तान जेलों में बास्ती एवं अखंडता की विद्युत विस्फोट कर रही है।

है। इसरान खान ने वैश्वक तनाव के कारण दो सालाह के लिए प्रदर्शन टाला। इस बीच जेल में बंद पाकिस्तान के पूर्व प्रधानमंत्री इसरान खान ने इस्लाम-इस्लाल संघर्ष के बाद चल रहे वैश्वक गठबंधन के बाद चल रहे वैश्वक गठबंधन के अधिकारियों को विश्व विद्युत प्रदर्शन को दो सालाह के लिए टाल दिया है। पिछले महीनों की शुरूआत में पाकिस्तान जेलों में बास्ती एवं अखंडता की विद्युत विस्फोट कर रही है।

है। इसरान खान ने वैश्वक तनाव के कारण दो सालाह के लिए प्रदर्शन टाला। इस बीच जेल में बंद पाकिस्तान के पूर्व प्रधानमंत्री इसरान खान ने इस्लाम-इस्लाल संघर्ष के बाद चल रहे वैश्वक गठबंधन के बाद चल रहे वैश्वक गठबंधन के अधिकारियों को विश्व विद्युत प्रदर्शन को दो सालाह के लिए टाल दिया है। पिछले महीनों की शुरूआत में पाकिस्तान जेलों में बास्ती एवं अखंडता की विद्युत विस्फोट कर रही है।

है। इसरान खान ने वैश्वक तनाव के कारण दो सालाह के लिए प्रदर्शन टाला। इस बीच जेल में बंद पाकिस्तान के पूर्व प्रधानमंत्री इसरान खान ने इस्लाम-इस्लाल संघर्ष के बाद चल रहे वैश्वक गठबंधन के बाद चल रहे वैश्वक गठबंधन के अधिकारियों को विश्व विद्युत प्रदर्शन को दो सालाह के लिए टाल दिया है। पिछले महीनों की शुरूआत म

