CoEમાં ચાલતી ગેરરીતિનો પર્દાફાશ થતા BCCI નારાજ

# સિનિયર ખેલાડીઓને અપાતા હતા સહેલા ફિટનેસ ટેસ્ટ

**ઈજાઓ** વધતાં ફિઝિયોને કડક ચેતવણી, હવે તમામ ક્રિકેટરો માટે એકસરખા ફિટનેસ ધોરણો લાગુ થશે

**ફિઝિયોને** સ્પષ્ટ નિર્દેશ: કોઈ પણ ખેલાડીના કદથી ડર્યા વગર રિપોર્ટ કરો

**ખેલાડીઓ** માટે યો-યો ટેસ્ટની જગ્યાએ બ્રોન્કો ટેસ્ટ અને 2K રન ટેસ્ટ ફરજિયાત કરાયો

નવી દિલ્હી, તા. 6: ભારતીય ક્રિકેટ ટીમમાં ખેલાડીઓની વારંવારની ઈજાઓ અને ઘટતા જતા ફિટનેસ ધોરણોથી ચિંતિત થઈને ભારતીય ક્રિકેટ કંટ્રોલ બોર્ડ (BCCI)એ કડક વલણ અપનાવ્યું છે. બીસીસીઆઈના સેક્રેટરી દેવાજિત સૈકિયાએ ટીમ ઈન્ડિયાના મુખ્ય ફિઝિયો કમલેશ જૈન અને મેડિકલ ટીમને સ્પષ્ટ અને આકરા નિર્દેશ આપ્યા છે કે કોઈ પણ ખેલાડીના રુતબા કે કદથી પ્રભાવિત થયા વિના, જો ફિટનેસમાં સહેજ પણ ખામી દેખાય તો તરત જ તેની જાણ બોર્ડને કરવી. તાજેતરમાં ઈંગ્લેન્ડ પ્રવાસ દરમિયાન ખેલાડીઓને વારંવાર આવતા સ્નાયુઓના ખેંચાણ (ક્રેમ્પ્સ) અને ઈજાઓને કારણે ટીમ મેનેજમેન્ટે ભારે નારાજગી વ્યક્ત કરી હતી. એક મીડિયા અહેવાલ મુજબ, બેંગલુરુ સ્થિત સેન્ટર ઓફ એક્સેલન્સ (CoE)માં કેટલાક સિનિયર ખેલાડીઓને પાસ કરવા માટે ખૂબ જ સરળ અને અનુકૂળ ફિટનેસ લક્ષ્યાંકો આપવામાં આવ્યા હોવાનો ચોંકાવનારો પર્દાફાશ થયો છે. ટીમ મેનેજમેન્ટની તાત્કાલિક જરૂરિયાતો પૂરી કરવા માટે CoEના સ્ટાફે હર્ષિત રાણા અને નીતિશ કુમાર રેડ્ડી જેવા ખેલાડીઓને પણ ઉતાવળે લીલી ઝંડી આપી દીધી હતી. હર્ષિત રાણાનું વજન નક્કી કરેલા ધોરણો કરતાં 4 કિલો વધારે (97 કિલો) હોવા છતાં તેને યુકે પ્રવાસ માટે પસંદ કરવામાં આવ્યો હતો, જેના કારણે બાદમાં તે ઈજાગ્રસ્ત થઈને બહાર ફેંકાઈ ગયો હતો. હવે તેને પોતાનું વજન 96 કિલોથી નીચે રાખવા કડક સૂચના આપવામાં આવી છે.

આ ઉપરાંત, ગ્રાઉન્ડ પર ખેલાડીઓની ધીમી મુવમેન્ટ, સુસ્ત ફિલ્ડિંગ અને સિનિયર બેટ્સમેનોની લાંબી ઈનિંગ્સ બાદ વિકેટો વચ્ચે દોડવાની અક્ષમતા અંગે પણ બોર્ડે ગંભીર ચિંતા વ્યક્ત કરી છે. આ પરિસ્થિતિને સુધારવા માટે CoE હવે અલગ-અલગ ખેલાડીઓ માટે અલગ-અલગ ટેસ્ટના બદલે તમામ માટે એકસરખા ધોરણો (સ્ટેન્ડર્ડાઈઝ્ડ બેઝ ફિટનેસ પેરામીટર) લાગુ કરી રહ્યું છે. આગામી સમયમાં આંતરરાષ્ટ્રીય મેચો અને આઈસીસી વર્લ્ડકપને ધ્યાનમાં રાખીને પસંદગી માટે ફિટનેસના આ કડક ધોરણો પાસ કરવા અનિવાર્ય રહેશે. અહેવાલ મુજબ હવે પરંપરાગત યો-યો ટેસ્ટની જગ્યાએ બ્રોન્કો ટેસ્ટને ખેલાડીઓની ફિટનેસ માપવા માટેનો મુખ્ય ફિટનેસ ટેસ્ટ બનાવવામાં આવ્યો છે. આ ઉપરાંત ખેલાડીઓ માટે 2K (2 કિલોમીટર) રન ટેસ્ટ પણ ફરજિયાત કરાયો છે.

## યો-યો, બ્રોન્કો ટેસ્ટ અને 2K ટેસ્ટ શું છે?

**યો-યો ટેસ્ટ:** આમાં ખેલાડીએ ૨૦ મીટરના અંતરે મૂકેલા શંકુ (કોન) વચ્ચે ચોક્કસ બીપના અવાજ સાથે દોડવાનું હોય છે. જેમ જેમ સમય વિતતો જાય તેમ દોડવાની સ્પીડ વધારવી પડે છે અને વચ્ચે બહુ ઓછો આરામ મળે છે. ખેલાડીની ઝડપ અને રિકવરી ક્ષમતા માપવા માટે આ ટેસ્ટ લેવાય છે, જેમાં પાસ થવા 16.5 નો સ્કોર જરૂરી છે.

**બ્રોન્કો ટેસ્ટ:** આ વધુ સખત અને હાઈ-ઇન્ટેન્સિટી રનિંગ ટેસ્ટ છે, જે સામાન્ય રીતે રગ્બીમાં વપરાય છે. આ ટેસ્ટમાં ખેલાડીએ શૂન્ય મીટરથી શરૂ કરીને અનુક્રમે 20 મીટર, 40 મીટર અને 60 મીટર સુધી શટલ રન કરવાના હોય છે ખેલાડીએ વગર આરામે આવા સતત 5 સેટ પૂરા કરીને 1200 મીટરનું અંતર 5.15થી 5.20 મિનિટમાં કાપવું પડે છે.

### 2K ટેસ્ટ

2 કિલોમીટર (2K) રન ટેસ્ટ એ ખેલાડીની સ્ટેમિના અને કાર્ડિયોવાસ્ક્યુલર ક્ષમતા માપવા માટેનો રનિંગ ટેસ્ટ છે. નિશ્ચિત ધોરણો મુજબ ખેલાડીએ આ 2 કિલોમીટરનું અંતર 9થી 10 મિનિટના સમયગાળામાં પૂર્ણ કરવાનું હોય છે.

શ્રીલંકા સામેની ટેસ્ટ શ્રેણી પહેલાં ગંભીરનો ટીકાકારોને જવાબ

# 15મી ઓગસ્ટે તમામ પ્રશ્નોના જવાબ આપવા તૈયાર હોઈશું

**સ્પિનરો** સામે ભારતીય બેટ્સમેનોની નબળાઈ દૂર કરવા કવાયત

**ગંભીરે** ખેલાડીઓને પોતાની ક્ષમતાથી વધુ મહેનત કરી તમામ લક્ષ્યાંકો પૂરા કરવા આહ્વાન કર્યું

કોલંબો, તા. 6 (પીટીઆઈ): ભારતીય ક્રિકેટ ટીમના હેડ કોચ ગૌતમ ગંભીરે શ્રીલંકા સામે આગામી 15 ઓગસ્ટથી શરૂ થતી બે ટેસ્ટ મેચોની સિરીઝ પહેલા ખેલાડીઓને સ્પષ્ટ અને આકરો સંદેશ આપ્યો છે. કોલંબોમાં પ્રેક્ટિસ સેશન પહેલા ટીમને સંબોધિત કરતા ગંભીરે કહ્યું હતું કે ભારતીય ટીમ શ્રીલંકા તરફથી ફેંકવામાં આવનારા દરેક પડકાર અને પ્રશ્નનો સામનો કરવા માટે સંપૂર્ણ રીતે તૈયાર રહેશે.

બીસીસીઆઈ દ્વારા શેર કરવામાં આવેલા એક વીડિયોમાં, મુખ્ય કોચે ખેલાડીઓને આગામી થોડા દિવસોમાં પોતાની ક્ષમતાથી વધુ મહેનત કરવા આહ્વાન કર્યું હતું, જેથી તેઓ શ્રીલંકા તરફથી આવનારા દરેક પડકારનો સામનો કરવા માટે પૂરી તૈયારી સાથે મેદાનમાં ઉતરી શકે.

ગંભીરે ટીમને કહ્યું, 'આપણે સખત મહેનત કરી શકીએ છીએ, આપણી મર્યાદાઓને આગળ ધકેલી શકીએ છીએ. 15મી તારીખની સવારે આપણે પ્રથમ બેટિંગ કરીએ કે બોલિંગ, આપણી સામે ફેંકાયેલા દરેક પ્રશ્નનો ઉત્તર આપવા માટે આપણે સંપૂર્ણપણે તૈયાર હોઈશું. તેથી અત્યારથી જ તમામ તૈયારીઓ પૂરી કરી લો.'

તાજેતરમાં ન્યૂઝીલેન્ડ અને દક્ષિણ આફ્રિકા સામે ઘરઆંગણે યોજાયેલી ટેસ્ટ સિરીઝમાં ભારતીય બેટ્સમેનો સ્પિન બોલિંગ સામે ઝઝૂમતા જોવા મળ્યા હતા. આ નબળાઈને દૂર કરવા અને ગાલે ખાતે રમાનારી પ્રથમ ટેસ્ટ પહેલાં શ્રીલંકાની પીચોના સ્પિન, પેસ અને બાઉન્સને સમજવા માટે ભારત શુક્રવારથી શ્રીલંકા XI સામે ત્રણ દિવસીય વોર્મ-અપ મેચ રમશે. જોકે, કોલંબોમાં વરસાદની આગાહી હોવાથી તૈયારીઓમાં વિઘ્ન આવી શકે છે.

કોચ ગંભીરે ટીમમાં સામેલ થયેલા નવા ખેલાડીઓનું સ્વાગત કર્યું હતું. મધ્યપ્રદેશ માટે ઘરેલુ ક્રિકેટમાં સતત સારું પ્રદર્શન કરનાર 33 વર્ષીય સ્પિન ઓલરાઉન્ડર સારાંશ જૈન અને ઈજાગ્રસ્ત જસપ્રીત બુમરાહના સ્થાને ટીમમાં આવેલા જમ્મુ-કાશ્મીરના ફાસ્ટ બોલર આકિબ નબીને અભિનંદન પાઠવ્યા હતા. ગંભીરે આકિબ નબીના વખાણ કરતા કહ્યું કે તેણે છેલ્લી સીઝનમાં શાનદાર પ્રદર્શન કરીને જમ્મુ-કાશ્મીરને પ્રથમ વખત રણજી ટ્રોફી ચેમ્પિયન બનાવવામાં મોટી ભૂમિકા ભજવી હતી.

શુભમન ગિલની આગેવાની હેઠળની ભારતીય ટીમ માટે ડિસેમ્બર પછી આ પ્રથમ આઈસીસી વર્લ્ડ ટેસ્ટ ચેમ્પિયનશિપની મેચ છે, જેમાં સફળતા મેળવવા માટે કોચ અને મેનેજમેન્ટ કોઈ કચાસ રાખવા માગતા નથી.

## વોર્મ-અપ મેચ પહેલાં ગીલને પ્રેક્ટિસ દરમિયાન 2 વખત ઈજા થઈ

કોલંબો, તા. 6: ભારતીય ટેસ્ટ ટીમના કેપ્ટન શુભમન ગિલને શ્રીલંકા સામેની 3 દિવસીય વોર્મ-અપ મેચની પૂર્વ સંધ્યાએ કોલંબોમાં પ્રેક્ટિસ દરમિયાન 2 વખત ઈજાનો ભય ઉભો થયો. પ્રથમ ઘટના નેટ્સમાં બની હતી, જ્યાં ગર્નૂર બરારની બોલિંગ દરમિયાન બોલ ગિલના જમણા હાથના અંગૂઠા પર વાગ્યો હતો. તબીબી ટીમે તરત જ સારવાર આપી અને પટ્ટી બાંધ્યા બાદ ગિલ ફરી બેટિંગ માટે મેદાનમાં પરત ફર્યો.

બાદમાં સ્લિપ કેચિંગની પ્રેક્ટિસ દરમિયાન ફરી જમણા હાથમાં બોલ વાગતા તેણે આઈસ પેક લગાવવું પડ્યું. જોકે પ્રાથમિક તપાસમાં કોઈ ફ્રેક્ચર કે ગંભીર ઈજા ન હોવાનું સામે આવ્યું.

ભારત માટે આ રાહતના સમાચાર છે, કારણ કે જસપ્રીત બુમરાહ, વૉશિંગ્ટન સુંદર અને હર્ષિત રાણા પહેલાથી જ ઈજાને કારણે બહાર છે, જ્યારે સાઈ સુદર્શન પણ ઉપલબ્ધ નથી. 15 ઓગસ્ટે ગાલેમાં શરૂ થનારી પ્રથમ ટેસ્ટ પહેલાં ગિલની ફિટનેસ ભારત માટે અત્યંત મહત્વપૂર્ણ છે.

## આજથી ભારત અને શ્રીલંકા-11 વચ્ચે ત્રણ દિવસીય વોર્મ-અપ મેચ

**શ્રીલંકા** સામેની ટેસ્ટ શ્રેણી પહેલા ભારતીય બેટ્સમેનો માટે 'સ્પિન ટેસ્ટ'

**ગોલ** ટેસ્ટ પહેલાં સ્થાનિક પીચોના સ્પિન અને બાઉન્સને સમજવાની સુવર્ણ તક; વરસાદ તૈયારીઓમાં વિઘ્ન નાખી શકે છે

કોલંબો, તા. 6 (પીટીઆઈ): શ્રીલંકા સામે આગામી ૧૫ ઓગસ્ટથી શરુ થનારી બે ટેસ્ટ મેચોની સિરીઝ પહેલાં ભારતીય બેટ્સમેનો સ્પિન બોલિંગ સામે પોતાની પકડ મજબૂત કરવા માટે શુક્રવારથી કોલંબોના નોનડેસ્ક્રિપ્ટ્સ ક્રિકેટ ક્લબ ખાતે શ્રીલંકા-XI સામે ત્રણ દિવસીય વોર્મ-અપ મેચ રમશે. તાજેતરમાં ન્યૂઝીલેન્ડ અને દક્ષિણ આફ્રિકા સામે ઘરઆંગણે યોજાયેલી સિરીઝમાં ગુણવત્તાયુક્ત સ્પિન બોલિંગ ભારતીય બેટિંગ લાઈન-અપ માટે મોટી કમજોરી સાબિત થઈ હતી.

શ્રીલંકા પાસે પોતાની ઘરઆંગણાની પરિસ્થિતિઓમાં ઘાતક સ્પિનરો છે, જેથી ગાલે ખાતેની પ્રથમ ટેસ્ટ પહેલાં આ વોર્મ-અપ મેચનું મહત્વ ખૂબ વધી જાય છે. કેપ્ટન શુભમન ગિલ, કે.એલ. રાહુલ અને યશસ્વી જૈસવાલ જેવા મુખ્ય બેટ્સમેનોએ કોલંબો આવતા પહેલા સ્પિન સામે વ્યક્તિગત રીતે પ્રેક્ટિસ શરૂ કરી દીધી હતી, પરંતુ શ્રીલંકન પીચો પર રમવાનો અનુભવ અલગ જ રહે છે. ઉલ્લેખનીય છે કે ભારતે છેલ્લે 2017માં શ્રીલંકાનો ટેસ્ટ પ્રવાસ કર્યો હતો, તેથી વર્તમાન ટીમમાંથી માત્ર કે.એલ. રાહુલ, કુલદીપ યાદવ અને રવિન્દ્ર જાડેજા જ અહીં ટેસ્ટ રમવાનો અનુભવ ધરાવે છે.

બીજી તરફ, ઈજાગ્રસ્ત જસપ્રીત બુમરાહની ગેરહાજરીમાં મોહમ્મદ સિરાજ ભારતીય પેસ એટેકની આગેવાની કરશે, જોકે, શુક્રવારથી કોલંબોમાં વરસાદની આગાહી હોવાથી ભારતીય ટીમની તૈયારીઓ ખોરવાઈ જવાનો ડર છે.

## ઝ્વેરેવ અપસેટનો શિકાર બની કેનેડિયન ઓપનમાંથી બહાર

ટોરંટો, તા. 6: ટેનિસના કેનેડિયન ઓપનમાં નેધરલેન્ડ્સના ટેલોન ગ્રીક્સપોરે મોટું ઉલટફેર સર્જતાં ટોચના ક્રમાંકિત ખેલાડી એલેક્ઝાન્ડર ઝ્વેરેવને 6-7(3), 6-2, 6-4થી હરાવ્યો. આ જીત ગ્રીક્સપોરના કારકિર્દીની સૌથી મોટી જીતમાંની એક માનવામાં આવી રહી છે. છેલ્લા 8 ટૂર લેવલ મેચોમાં ગ્રીક્સપોરને માત્ર 1 જીત મળી હતી, છતાં તેણે શાનદાર રમત બતાવી.

આ જીત સાથે ગ્રીક્સપોર 2022માં નિક કિર્ગિયોસ બાદ કેનેડિયન ઓપનમાં ટોચના ક્રમાંકિત ખેલાડીને હરાવનાર પ્રથમ પુરુષ ખેલાડી બન્યા. ઝ્વેરેવ સામે અગાઉ તેમનો 2-9નો રેકોર્ડ હોવા છતાં છેલ્લા કેટલાક વર્ષોમાં તેમણે કડક પડકાર આપ્યો હતો. 2024ના ફ્રેન્ચ ઓપનમાં 5મા સેટમાં 2 બ્રેકની સરસાઈ છતાં તેઓ જીત જાળવી શક્યા નહોતા.

મુકાબલામાં પ્રથમ સેટના ટાઈબ્રેક પહેલાં ગ્રીક્સપોર પાસે સેટ પોઈન્ટ હતો, પરંતુ તક ગુમાવી દીધી. ત્યારબાદ તેમણે જોરદાર વાપસી કરી અને પોતાની મજબૂત સર્વિસના આધારે ઝ્વેરેવને બ્રેક કરવાની ઓછી તક આપી. અંતે સતત દબાણ જાળવી રાખતાં ગ્રીક્સપોરે મેચ પોતાના નામે કરી ઐતિહાસિક જીત નોંધાવી.

## મહિલા એશિયા કપ 28 ઓગસ્ટથી, ભારત-પાકિસ્તાન એક જ ગ્રુપમાં

**5 સપ્ટેમ્બરે** ભારત પાકિસ્તાન વચ્ચે થશે હાઇ-વોલ્ટેજ મુકાબલો

નવી દિલ્હી, તા. 6: મહિલા એશિયા કપ 2026નો પ્રારંભ 28 ઓગસ્ટથી યુનાઈટેડ આરબ અમીરાત (UAE)માં થશે. એશિયન ક્રિકેટ કાઉન્સિલ (ACC) એ ટૂર્નામેન્ટનો કાર્યક્રમ જાહેર કર્યો છે. ટી-20 ફોર્મેટમાં રમાનારી આ સ્પર્ધામાં કુલ 8 ટીમો ભાગ લેશે, જેને ચાર-ચાર ટીમોના બે ગ્રુપમાં વહેંચવામાં આવી છે. ગ્રુપ-એમાં ભારત, પાકિસ્તાન, હોંગકોંગ અને થાઈલેન્ડ છે, જ્યારે ગ્રુપ-બીમાં શ્રીલંકા, બાંગ્લાદેશ, UAE અને ઈન્ડોનેશિયાનો સમાવેશ થાય છે. ટૂર્નામેન્ટની પ્રથમ મેચ 28 ઓગસ્ટે થાઈલેન્ડ અને હોંગકોંગ વચ્ચે રમાશે. ભારતીય મહિલા ટીમ પોતાનો પ્રથમ મુકાબલો 30 ઓગસ્ટે થાઈલેન્ડ સામે રમશે, જ્યારે ચિરપ્રતિસ્પર્ધી પાકિસ્તાન સામેની હાઈ-વોલ્ટેજ મેચ 5 સપ્ટેમ્બરે યોજાશે.

### મહિલા એશિયા કપ 2026નું શેડ્યૂલ

| તારીખ | મુકાબલો | સમય (ભારતીય સમય) |
|---|---|---|
| 28 ઓગસ્ટ | થાઇલેન્ડ vs હોંગકોંગ | રાત્રે 8:00 વાગ્યે |
| 29 ઓગસ્ટ | શ્રીલંકા vs UAE | રાત્રે 8:00 વાગ્યે |
| 30 ઓગસ્ટ | ભારત vs થાઇલેન્ડ | રાત્રે 8:00 વાગ્યે |
| 31 ઓગસ્ટ | બાંગ્લાદેશ vs ઇન્ડોનેશિયા | રાત્રે 8:00 વાગ્યે |
| 1 સપ્ટેમ્બર | પાકિસ્તાન vs થાઇલેન્ડ | રાત્રે 8:00 વાગ્યે |
| 2 સપ્ટેમ્બર | શ્રીલંકા vs ઇન્ડોનેશિયા | રાત્રે 8:00 વાગ્યે |
| 3 સપ્ટેમ્બર | ભારત vs હોંગકોંગ | રાત્રે 8:00 વાગ્યે |
| 4 સપ્ટેમ્બર | UAE vs ઇન્ડોનેશિયા | રાત્રે 8:00 વાગ્યે |
| 5 સપ્ટેમ્બર | ભારત vs પાકિસ્તાન | રાત્રે 8:00 વાગ્યે |
| 6 સપ્ટેમ્બર | શ્રીલંકા vs બાંગ્લાદેશ | રાત્રે 8:00 વાગ્યે |
| 7 સપ્ટેમ્બર | પાકિસ્તાન vs હોંગકોંગ | રાત્રે 8:00 વાગ્યે |
| 8 સપ્ટેમ્બર | બાંગ્લાદેશ vs UAE | રાત્રે 8:00 વાગ્યે |
| 10 સપ્ટેમ્બર | પ્રથમ સેમિફાઇનલ | રાત્રે 8:00 વાગ્યે |
| 11 સપ્ટેમ્બર | બીજી સેમિફાઇનલ | રાત્રે 8:00 વાગ્યે |
| 13 સપ્ટેમ્બર | ફાઇનલ | રાત્રે 8:00 વાગ્યે |

## પાકિસ્તાન સામેની ટેસ્ટ સિરીઝ માટે ઇંગ્લેન્ડ ટીમની જાહેરાત

**જો રૂટ** કેપ્ટન, ડેન લોરેન્સની બે વર્ષ પછી વાપસી

લંડન, તા. 6 (પીટીઆઈ): પાકિસ્તાન સામે 19 ઓગસ્ટથી શરૂ થનારી ત્રણ મેચોની હોમ ટેસ્ટ સિરીઝની પ્રથમ બે મેચો માટે ઈંગ્લેન્ડે 16-સભ્યની ટીમની જાહેરાત કરી છે. બેન સ્ટોક્સના આંતરરાષ્ટ્રીય ક્રિકેટમાંથી સંન્યાસ અને યુવા ઓલરાઉન્ડર જેકોબ બેથેલ જમણા ઘૂંટણની ઈજાના કારણે બહાર થતાં ઈંગ્લેન્ડની ટીમમાં મોટા ફેરફારો જોવા મળ્યા છે. ટીમના કેપ્ટન તરીકે જો રૂટની વાપસી થઈ છે, જ્યારે નવ નિયુક્ત હેડ કોચ સ્ટીફન ફ્લેમિંગ અને અંતરિમ કોચ માર્ક્સ ટ્રેસ્કોથિકના માર્ગદર્શન હેઠળ ટીમની પસંદગી કરવામાં આવી છે. સરે માટે કાઉન્ટી ચેમ્પિયનશિપમાં 65.66ની એવરેજથી 788 રન અને 5 સદી ફટકારનાર ડેન લોરેન્સની બે વર્ષ બાદ ટીમમાં વાપસી થઈ છે, જે નંબર-6 પર બેટિંગ કરશે. બેથેલની ગેરહાજરીમાં જોર્ડન કોક્સને નંબર-3 પર પ્રમોટ કરવામાં આવ્યો છે. આ ઉપરાંત એશેજ બાદ ડ્રોપ કરાયેલા ઓલી પોપ, ઈજામાંથી ઉબરેલા ઝડપી બોલર બ્રાયડન કાર્સે અને સેમ કુકને પણ ટીમમાં સ્થાન મળ્યું છે. ન્યુઝીલેન્ડ સામે 7 વિકેટ લેનાર ઓલી રોબિન્સને પેસ એટેકમાં પોતાનું સ્થાન જાળવી રાખ્યું છે.

### સિરીઝનું શેડ્યુલ:

| તારીખ | મેચ | સ્થળ |
|---|---|---|
| 19 - 23 ઓગસ્ટ | પ્રથમ ટેસ્ટ | હેડિંગ્લી, લીડ્સ |
| 27 - 31 ઓગસ્ટ | બીજી ટેસ્ટ | લોર્ડ્સ, લંડન |
| 9 - 13 સપ્ટેમ્બર | ત્રીજી ટેસ્ટ | એજબાસ્ટન, બર્મિંગહામ |

**ઈંગ્લેન્ડ:** જો રૂટ (કેપ્ટન), જોફ્રા આર્ચર, ગસ એટકિન્સન, શોએબ બશુર, હેરી બ્રુક, બ્રાયડન કાર્સે, સેમ કુક, જોર્ડન કોક્સ, બેન ડકેટ, મેથ્યુ ફિશર, એમિલિયો ગયે, ડેન લોરેન્સ, ઓલી પોપ, ઓલી રોબિન્સન, જેમી સ્મિથ, જોશ ટંગ.

## ફિફામાં વિવાદ વચ્ચે જિયાની ઈન્ફેન્ટિનોને આંતરિક સમર્થન

**ફિફાએ** વર્લ્ડકપ હિસ્સેદારી વેચાણ યોજના પર ભૂલ સ્વીકારી માફી માંગી

**ઇન્ફેન્ટિનોને** મળ્યું ફિફાના વરિષ્ઠ અધિકારીઓનું સમર્થન

ન્યૂયોર્ક, તા. 6 (એપી): ફિફાના પ્રમુખ જિયાની ઈન્ફેન્ટિનોના વર્લ્ડકપની આવકમાં હિસ્સેદારી વેચવાના વિવાદાસ્પદ પ્રસ્તાવને પાછો ખેંચ્યા બાદ ઉભા થયેલા સંકટ વચ્ચે મોરોક્કોમાં યોજાયેલી બેઠકમાં ફિફાના વરિષ્ઠ અધિકારીઓએ તેમને સમર્થન આપ્યું છે. ફિફાએ સ્વીકાર્યું કે સમગ્ર પ્રક્રિયામાં ભૂલો થઈ હતી અને તેને અલગ રીતે સંભાળવી જોઈએ હતી. સાથે જ ફિફા કાઉન્સિલ અને સભ્ય સંઘોને માફી માંગતો પત્ર મોકલી ભવિષ્યમાં આવી ભૂલો ન થાય તેની ખાતરી પણ આપી છે. ફિફાએ સ્પષ્ટ કર્યું કે ફિફા ફોરવર્ડ એન્ટરપ્રાઈઝ (FFE) મારફતે વર્લ્ડકપના નફામાં હિસ્સો વેચવાનો પ્રસ્તાવ હવે સંપૂર્ણપણે રદ કરવામાં આવ્યો છે. તેમ છતાં ઈન્ફેન્ટિનો પરનો દબાણ ઓછો થયો નથી. યુરોપિયન લીગ્સ સંઘે ફિફાની કાર્યપદ્ધતિ, નિર્ણય પ્રક્રિયા અને આંતરિક સંસ્કૃતિ અંગે ગંભીર પ્રશ્નો ઉઠાવી ગવર્નન્સમાં સુધારાની માગ કરી છે.

## તન્વી કોરિયા માસ્ટર્સની ક્વાર્ટર ફાઈનલમાં

સિઓલ, તા 6: ભારતની 17 વર્ષીય બેડમિન્ટન ખેલાડી તન્વી શર્માએ કોરિયા માસ્ટર્સ સુપર 300 ટુર્નામેન્ટમાં શાનદાર પ્રદર્શન ચાલુ રાખતાં મહિલા સિંગલ્સની ક્વાર્ટર ફાઈનલમાં સ્થાન મેળવ્યું છે. ત્રીજા ક્રમાંકિત તનવીએ પ્રથમ મેચમાં ચીનની યુઆન આનકીને 21-16, 21-15થી માત્ર 36 મિનિટમાં હરાવી હતી. પ્રી-ક્વાર્ટર ફાઈનલમાં તન્વીએ ભારતની જ શ્રિયાંશી વાલિશેટ્ટી સામે 21-16, 17-21, 21-13થી જીત મેળવી. તાજેતરમાં તાઈપેઈ ઓપન સુપર 300માં પ્રથમ BWF વર્લ્ડ ટૂર ખિતાબ જીત્યા બાદ તેનો આત્મવિશ્વાસ વધુ મજબૂત બન્યો છે.

## દ.આફ્રિકા પ્રવાસમાં ભારતીય મહિલા ટીમ વધુ ત્રણ ટી-20 રમશે

**ટેસ્ટ** અને વન-ડે ઉપરાંત ટી20 શ્રેણીનો ઉમેરો કરાયો, ચેમ્પિયન્સ ટ્રોફીની તૈયારીમાં મળશે મદદ

જ્હોનિસબર્ગ, તા. 6 (પીટીઆઈ): ક્રિકેટ સાઉથ આફ્રિકા (CSA)એ વર્ષના અંતમાં યોજાનારા ભારતીય મહિલા ક્રિકેટ ટીમના દક્ષિણ આફ્રિકા પ્રવાસના કાર્યક્રમમાં ફેરફાર કરીને ત્રણ ટી-20 આંતરરાષ્ટ્રીય મેચોનો ઉમેરો કર્યો છે. સુધારાયેલા કાર્યક્રમ મુજબ ભારત અને દક્ષિણ આફ્રિકા વચ્ચેની એકમાત્ર ટેસ્ટ મેચ 9થી 12 ડિસેમ્બર દરમિયાન રમાશે. ત્યારબાદ 16થી 22 ડિસેમ્બર વચ્ચે ત્રણ વન-ડે મેચોની શ્રેણી યોજાશે.

નવી યોજના મુજબ ભારતીય ટીમ દક્ષિણ આફ્રિકામાં એક સપ્તાહ વધુ રોકાશે અને 26થી 30 ડિસેમ્બર વચ્ચે ત્રણ ટી20 મેચોની શ્રેણી રમશે. આ ટી-20 મેચો બેનોની અને પોચેફસ્ટ્રૂમમાં યોજાશે. CSAનું માનવું છે કે શ્રીલંકામાં આગામી ફેબ્રુઆરીમાં યોજાનારી પ્રથમ મહિલા ચેમ્પિયન્સ ટ્રોફી પહેલાં બંને ટીમો માટે આ શ્રેણી મહત્વપૂર્ણ તૈયારી સાબિત થશે.

# વર્લ્ડકપ પછી મેસીના પ્રથમ બે ગોલ ઇન્ટર મિયામીએ સેન લુઇસને હરાવ્યું

**મેસી** લીગ કપના ઇતિહાસમાં સૌથી વધુ 14 ગોલ કરનાર ખેલાડી બન્યો

**વરસાદ** અને વીજળી વચ્ચે ઇન્ટર મિયામીની વિજય કૂચ યથાવત

મિયામી, તા. 6 (એપી): વરસાદ અને વીજળીના કારણે વિલંબિત થયેલી લીગ કપની મેચમાં લિઓનલ મેસીના શાનદાર બે ગોલની મદદથી ઈન્ટર મિયામીએ એટ્લેટિકો સેન લુઈસ સામે 4-2થી રોમાંચક વિજય મેળવ્યો છે. આ જીત સાથે ઈન્ટર મિયામીએ અજેય રહેવાની પોતાની શ્રેણી 8 મેચ સુધી લંબાવી છે.

મેચની શરૂઆતમાં ચોથી જ મિનિટે સેન લુઈસે લીડ મેળવી લીધી હતી, પરંતુ 39 વર્ષીય મેસીએ 11મી મિનિટે જ ગોલ કરીને સ્કોર સરભર કર્યો હતો. ત્યારબાદ 44મી મિનિટે મેસીએ પોતાનો બીજો ગોલ નોંધાવ્યો હતો. આ સાથે જ મેસી 12 મેચોમાં 14 ગોલ કરીને લીગ કપના ચાર વર્ષના ઇતિહાસમાં સૌથી વધુ ગોલ કરનાર ખેલાડી બની ગયો છે. મિયામી તરફથી ટેલાસ્કો સેગોવિયા અને માઈકેલ પણ ગોલ કર્યા હતા, જ્યારે નોઆ એલને ત્રણ ગોલમાં મદદ કરી હતી.

વર્લ્ડકપ ફાઈનલમાં સ્પેન સામે આર્જેન્ટિનાની હાર બાદ મિયામીની સ્ટાર્ટિંગ લાઇન-અપમાં પરત ફરેલા મેસીએ આ મેચમાં એક ગોલ માટે અસિસ્ટ પણ કરી હતી.

બીજી તરફ, ગયા વર્ષની ફાઈનલમાં વિવાદ અને મારામારીના કારણે 6 મેચના સસ્પેન્શનનો સામનો કરી રહેલો સ્ટાર ફોરવર્ડ લુઈસ સુઆરેઝ આ ટુર્નામેન્ટમાં ઉપલબ્ધ નહોતો.

## આજનું પંચાંગ

**તા. 07/08/2026, શુક્રવાર**

**વિક્રમ સંવત :** 2082 **શાકે :** 1948
**વીર સંવત :** 2552 **માસ :** અષાઢ
**તિથિ:** વદ : નોમ: 16:38
**અયન :** દક્ષિણાયન **ઋતુ :** વર્ષા
**રાષ્ટ્રિય દિનાંક :** શ્રાવણ: 16
**યોગ :** વૃધ્ધિ **કરણ:** વણિજ
**નક્ષત્ર :** કૃતિકા: 18:44
**રાશિ:** વૃષભ (બ, વ,ઊ)
**દિવસ :** મિશ્ર
**સુરતમાં સૂર્યોદય :** 06:16 **સુરતમાં સૂર્યાસ્ત :** 19:13
**નવકારસી :** 07:04
**પારસી વર્ષ :** 1395 સ્પેન્દારમદ માસનો 28મો રોજ
**મુસલમાન વર્ષ :** 1448 સફર માસનો 23મો રોજ
**દિવસનાં ચોઘડિયાં:** ચલ, લાભ, અમૃત, કાળ, શુભ, રોગ, ઉદવેગ, ચલ
**રાત્રિનાં ચોઘડિયાં:** રોગ, કાળ, લાભ, ઉદવેગ, શુભ, અમૃત, ચલ, રોગ
**રાહુકાળ:** સવારે : 10:30 થી 12:00 સુધી

## આપની આજ

**જ્યોતિષાચાર્ય હંસરાજ**

**મેષ (અ,લ,ઇ,):** વાણી પર કાબુ રાખવો અને નિર્ણય લેવામાં ધીરજ રાખવી. બીનજરૂરી ખર્ચાથી બચવુ. આવક વધશે.

**વૃષભ (બ,વ,ઉ,):** કુટુંબ પરિવારમાં તાલમેળથી સામાજીક કામ થાય. નોકરીમાં પ્રમોશન અને કુટુંબીક કામમાં સફળતા મળે.

**મિથુન (ક,છ,ઘ,):** ગુપ્ત ભય સતાવે. સંતાનોથી અશાંતિ પેદાથી ખર્ચા વધશે. કોર્ટ કચેરીમાં સાવધાન રહેવુ. જીવન સાથીનો સાથ મળે.

**કર્ક (ડ,હ,):** નવાં સંબંધો બને. મિત્રોનો સાથ મળવાથી સમાજ અને સંતાનોના કામ થાય. પ્રેમમાં ધીરજ રાખવી. આવક વધશે.

**સિંહ (મ,ટ,):** આવક વધારવાની યોજનામાં મિત્રોનો સાથ મળે. વેપાર ધંધામાં વડીલોનો સાથ મળે. નવો કામ મળે.

**કન્યા (પ,ઠ,ણ,):** પિતા સાથે ઘર્ષણ થાય. સરકારી કામમાં ધીરજ રાખવી. કાયદા કાનુન બાબતે મદદ મળી શકે.

**તુલા (ર,ત,):** નોકરીમાં કોઈની વાતોમાં આવવુ નહી. ચોર-લૂંટારૂથી સાવધાન રહેવું. આગ-પાણી અકસ્માતથી સાવધાન.

**વૃશ્ચિક (ન,ય,):** પારીવારિક કામનો બોજ અને નોકરીની દોડધામ વધશે. આરોગ્ય સુધરે. કોર્ટ કચેરીમાં સફળતા મળે.

**ધન (ભ,ધ,ફ,ઢ,):** ઉપરીવર્ગ સાથે ઘર્ષણ થાય. કોઈની જમાનત લેવી નહી. આત્મવિશ્વાસ વધશે. સરકારી કામમાં પ્રગતિ થાય.

**મકર (ખ,જ,):** સમાજીક પ્રતિષ્ઠા વધે. મિત્રોની મદદ મળે. પ્રેમમાં સાથ મળે. નવા રોકાણથી લાભ થાય. શુભ સમાચાર મળે.

**કુંભ (ગ,સ,શ,ષ,):** નોકરીમાં મદદથી રાહત થાય. ઊપરી વર્ગનો સાથ મળવાથી નવી તક ઊભી થાય. બહારના કામ થાય.

**મીન (દ,ચ,ઝ,થ,):** શુભ સમાચાર મળે. આત્મવિશ્વાસ વધશે. નોકરીમાં પ્રમોશન મળે. વિદ્યાર્થીઓને મદદ મળે.

### કોઈ પણ સાલમાં 07 ઓગસ્ટે જન્મેલાનું વર્ષ ફળ

આજથી શરૂ થતું આપનું નવું વર્ષ ઉત્સાહ વધારનાર રહેશે. નોકરી-ધંધામાં નવા ફેરફાર ટેક્નોલોજીથી અનુકુળતા વધે. આર્થિક બાબતે પ્રગતિ થાય. ઉઘરાણી આવવાથી નવાં રોકાણ થાય. સમાજમાં માન વધે. સંતાનોના અભ્યાસ-કેરીયરમાં પ્રગતિ થાય. આરોગ્ય સામાન્ય રહે. સરકારી, કામ, કોર્ટ, કચેરીમાં પ્રગતિ થાય. અટકેલા કામ પાર પડે. ઉંમર લાયકના વિવાહ થાય. પ્રેમ વિવાહનો પપ્રસ્તાવ આવે. વેપાર ધંધામાં આવક વધારવાની યોજના પાર પડે. નવા ઘર, વાહન, મકાનની યોજના સફળ બને. વિદેશના કામ થાય. વિદ્યાર્થીઓની મહેનત રંગ લાવશે. વારસા, જાયદાત, જમીન જેવા કામ પાર પડશે. મિત્રો-વડીલોની મદદ મળતી રહે. યાત્રા-પ્રવાસ, ધર્મ-કર્મ થાય. જૂન-જુલાઈ, સોમ-ગુરુવાર, 7,16, 25 તારીખે નવા કામ કરવા સફેદ, ગુલાબી, રંગનો ઉપયોગ વધારવો. ઓગસ્ટ-સપ્ટેમ્બર, બુધ-શુક્રવાર, 05,14,23 તારીખે નવાં કામ ટાળવો, લીલો-લાલ રંગ વાપરવાનું ટાળવું. કેતુ અને ચંદ્રના ઉપાય કરતા રહેવું.

## સુડોકુ

| | | | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | ૫ | | | | | ૪ | ૯ |
| | ૩ | | | | ૬ | | ૭ | |
| | ૧ | | | ૨ | ૯ | ૬ | ૮ | ૫ |
| | | | ૯ | ૬ | | | ૩ | |
| ૭ | | ૬ | | | ૪ | | ૫ | ૧ |
| ૩ | | | ૭ | ૮ | | | ૨ | |
| ૨ | | ૪ | ૧ | ૫ | | | | ૩ |
| ૧ | | | ૪ | | | ૫ | ૬ | |
| | ૫ | | | ૭ | | ૨ | | |

- અહીં એક ચોરસ આપ્યું છે. જેમાં નવ બોક્સ છે.
- દરેક બોક્સમાં નવ ખાનાં છે. દરેક બોક્સમાં એકથી નવ સુધીનો અંક આવવો જોઇએ. તેમજ મોટા ચોરસની દરેક આડી અને ઊભી લાઇનમાં પણ એકથી નવ સુધીનો અંક આવવો જોઇએ. કોઇ પણ અંક રહી ન જવો જોઇએ. તેમજ એકનો એક અંક ઊભી કે આડી કોઇપણ લાઇનમાં કે બોક્સમાં બીજી વાર વપરાવો જોઇએ નહીં.
- પઝલમાં આપેલા અંકમાં કોઇ ફેરફાર કરી શકશો નહિ.

## દાદીમાના નુસખા

**મીનુ પરબીઆ - રચોમંદ પરબીઆ**

### ઉનવા, મૂત્રકૃચ્છ

વારંવવાર પેશાબ લાગે, અટકીને પેશાબ થાય. ત્રિફલા 3 ભાગ, કમળ કકડી એક ભાગ, સિંધવ એક ભાગ લઈ ચૂર્ણ કરી ભરી રાખો. રોજ ત્રણ ગ્રામ, દિવસમાં ત્રણ વાર હુંફાળા પાણીમાં લો.