কুমজা ১৯৮০ দা ঐহাক এন আই এস পটিয়ালাদা জিম্নাষ্টিক্স কোচ অমা ওইনা ত্রেনিং তৌরকখি ঃ লাইশ্রম টিকেন

লাইশ্রম টিকেন সিংহ
(ভেটরান জিম্নাষ্ট)

(হান্নগী মখা...)

ইশানা পামজনা চঙশিল্লকপা ওইবনা এন আই এস ত্রেনিংদু ঐসু থৱায় য়াওনা হোৎনরে। সাইন্সকী মহৈরোয় ওইনা লাকপগী কান্নবনা, হ্যুমেন ফিজোলোজি, এনাটোমিন-চিংবা নৈনবা মতমদদি নুংঙাইনা থোক্লে। অসুম্না ঐহাকসি কুমজা ১৯৮০-১৯৮১ গী বেজসিদা ঐনা টোপ্পর ওইরে। য়াইস্কুল ইবোপীশকসু ফার্ষ্ট ক্লাস ফাওরে। ষ্টেটসিগী ওইনদি জিম্নাষ্টিক্সতা এন আই এস পাস তৌবা অহানবা কোচসি ওজা বিরেননি। ঐগা ইবোপিশক্কনা সেকেন্দ বেজনি। এন আই এস কোর্সতু লোইরবা মতুংদা মণিপুরদা থোক্লগা ঐহাক কৈদৌরুগনি হায়বা ৱাখল অমমুক লাক্লে। ইবোপীশকতি নাগালেন্দদা হল্লগা মাগী সার্ভিসতু মখা তানা তৌদুনা লৈখ্রে।

ঐগী ওইনা লাইবক ফবা অমনা এন আই এস তৌরিঙৈগী ফাইনেল ইগজামগী রিজল্ট আউট তৌবা নুমিৎসিদা জিম্নাষ্টিক্সকী চীফ কোচ ওইরিবা সার তন্দনসিগা ঐগা উনহৌই। ঐখোয় মণিপুর মচাসি মানসু য়াম্না লুনা তৌই।

মানা ঐঙোন্দা নঙ থবক তৌনীংব্রা হায়না হংলকখি। মদুদা ঐনা সার তৌনীংই হায়না খুমখি। অদুদগী সার তন্দননা হায়রকপসি ঐ জর্মন্দা পি ঐচ দি তৌবা থা খরা চৎলুখিগে। নঙগী থবক্তু ঐ শিনবীগে, ঐ হল্লকপা ঙাইরম্মু, নঙদি তোপ্পর ওইনসু লাকপনিনা প্রোব্লেম ওইরোই মতম খরা ঙাইরম্মু হায়রল্লগা মাদি চৎখ্রে।

ঐসু য়ুমদা থোরক্লগা মতম খরা লৈরে। অদুবু হান্না তৌরম্বা থবক ইনখাংসু লোইনমক তোকথোকখ্রবনিনা ফ্রি তারে। অমরোমদা এন আই এসতু তৌরুবদগী মখা তানা তমথনীংবগী ৱাখল অমসু পোক্লক্লে। অদুদগী ববাদা হায়রে, ববা ঐ বী পি ইদসু তৌথোক্লুরগে। মখা তমথবা য়ানবা ঐনসু ঙাংনজরক্লে হায়বদগী ববানসু তমগে হায়না নশানবু লেপ্পবদি তমথরুচো হায়না অয়াবা পীবিরকখি।

মতমদুদা পঞ্জাবতা ফিজিকেল এদ্যুকেসন তৌবসি বি এদা ফিফটি পার্সেন্ট য়ৌদ্রবদি য়াদে। মণিপুরদদি হায়রিবা মার্কসি দিষ্টিংসননি।

ঐগীদি এন আই এসতুদা তোপ্পর ওইরকপগী চান্স অমসু পীবিরকখি। ঐনা বি পি ইদ তৌগে হায়না খল্লক্লিবসিসু সার তন্দন ঙাইনা ঙাইনা লাইরিকসু তমথোকহৌগে হায়বসিনি। মদু লোইথোক্লগা থবক অমসু তৌহৌনবগী ৱাখলনি।

এন আই এস হান্না তৌরগা ফিজিকেল ত্রেনিং অমুক চৎপদি ঐঙোন্দসু য়াম্না লায়না থোকখি। অসুম্না, মথং-মথং লোইশিল্লবা মতুংদা, সর তন্দনসিসু জর্মনদগী হল্লক্লে।

ঐহাক্না থবক্কী কন্না হোৎনবা মতমসি, সাইগী দিরেক্টর আর এন অনন্দনা ওইরি। মতমদুগী ওইনা টোপ্পর ওইখিবশিংসি চীফ কোচশিংনা মশক মুন্না খঙবী।

থবক ইনখাং তৌনিংলবসু চীফ কোচনা রিকম্মেন্দ তৌরবদি থবক হেক্তা ফংই। মতমদুদা চীফ কোচকী পৱার য়াম্না লৈ। মখোয়না হায়রগদি লোইরে। ইন্টরভিয়ু, ভাইভা করিমত্তা তৌদ্রবসু য়াই, দাইরেক্ট অদুম থবক হাপ্পী।

ঐগী ওইনসু থবক চঙবগী মওংসি, থা খরা ঙাইরবা মতুংদা সর তন্দননা পুশিনবীরগা দিরেক্টর ওইরিবা আর এন অনন্দসিগা ঐগা উনহনবীখি। মদুদা দিরেক্টরসিনা হংলকপসি, নঙ ইন্দিয়াী মফম অমদা হেক্তা চৎপা ঙমগদ্রা হায়বসিনি।

ঐসু থবক ফংনিংবগী ৱাখলদুনা য়েস সর হায়না খুমজখি। মতমদুগী গ্রেদ সিনা থ্রি এ, থ্রি দি, সেকেন্দ ফষ্ট ... হায়না লৈ। থ্রি এগীনা লুপা ৫০০, থ্রি দি সিনা লুপা ৩৫০ সুমাইনা লৈ। থবক্তি ফংলনি হায়না ৱাখলসি নুংঙাইরক্লবা মতমদা, ঐগ পোষ্টিংসিনা তামিল নাড়ুদা ওইনা থারক্লে। তামিল নাড়ুদা থোরকপদগীদি ঐদি ৱাখলসি চমম্নবা অমা ফাওরে।

সর তন্দনদা ঐনা অমুক হায়জরে, সর তামি নাড়ুদি খীত্তং প্রোব্লেম ওইগনি। ঐগী পোষ্টিংসি নোর্থ ইষ্টর্ন রিজনদা ওইনা থাবীনবা হায়বীয়ু। মতাংদুদদি ঐঙোন্দা চৈরক্লে। নঙনা হান্না হায়বসু নত্তে। ওর্দর থোক্লবা মতুংদদি ঐহাক দিরেক্টরদা ৱা হায়নিংদে।

নঙ চঙঙো, অদুগা ঙাঙনরুচো, ঐ য়াওহল্লনু হায়রকখি। লোল-লি ফাওনদবসু নত্তে, ঐনা থোকপা ঙাঙনরুরগে খল্লগা দিরেক্টর আর এন অনন্দগী মনাক্তা চঙলগা ঐগা দাইরেক্ট ওনশিন্নদুনা ৱারী শারে।

ঐনা হায়নিংবা পুন্নমকসু লোইনা হায়রে। নহা ওইরিঙৈসিদদি মপান্দা খরসু চৎখো। কোন্না নশাগী ষ্টেটতা থাবীগে হায়না দিরেক্টরসিনা অহানবদা হায়রকখি। অদুদা ঐনা নাগালেন্দদা লৈরকপা, পাটিয়ালাদা ট্রেনিং অমুক মথং-মথং তৌরকপনচিংবদু অমুক হায়রে।

মতাংদুদা মহাক্না অদুদি নহাক থ্রি ফিফটিগী গ্রেদতা পীরগে য়ারব্রা হংলকপদা, ঐনসু য়ারে লুপা ৫৫০ খক খেন্নরগা ইশাগী ষ্টেটতা লৈবদুনা হেন্না ফরে হায়না য়েস অদুম হায়রে।

মথং-মথং...।

রত্নেশ্বরি গোশ্বামী
অকাউ পরে চল্লুরবশিং

ফেদরেসন কপ ঃ রোবিনগী গোল অনীনা ইষ্ট বেঙ্গলনা চেন্নাই সিটিবু ২-০ দা মায়থীবা পীখ্রে

কট্টক, মে ০৯ :

রোবিন সিংহনা চনখিবা গোল অমনা ইষ্ট বেঙ্গলনা মফম অসিদা চথরিবা ৩৮ শুবা ফেদরেসন কপ ফুটবোল টুর্নামেন্টকী লৈবাকপোকপা নুমিৎতা শান্নখিবা মেচতা চেন্নাই সিটি এফ সীবু ২-০ দা মায়থীবা পীদুনা মায় পাক্লা কেম্পেইন হৌখ্রে।

চেন্নাই সিটি এফ সীনা ঙসিগী মায়থীখিবা অসিনা টুর্নামেন্ট অসিদা অনীরকশুবা ওইনা মায়থীবসু ওইখিবগা লোয়ননা টেবলগী খ্বাইগী মনিংদা লৈখি। রোবিন সিংহনা ফার্ষ্ট হাফকী অহাপ্পা মতমদা গোল অমা অমসুং মেচকী মিনিট ৭৬ চৎপা মতমদা গোল অমগা চনশিন্দুনা ইষ্ট বেঙ্গলনা অহানবা ওইনা মখোয়গী মেচ অদু মায় পাকখি।

ইষ্ট বেঙ্গলনা মেচ হেক হৌখিবগা মায়োক্লখিবা চেন্নাই সিটি এফ সীগী মায়কৈদা তৌখিবা এটেক অমদা মেচকী মিনিট ৬ চৎপা মতমদা নরায়ন দাসন তৌখিবা হেদ্দর অমা করনজিৎ সিংহনা ইন্থোরকখিদুনা গোল চন্দুনা মাঙজিল থানা চৎলম্বা য়াবা অদু অরেম্বা তাখি।

মিনিট তরেৎকী মতুংদা রোবিনগী ওই থংবা খোঙনা য়ার্দ ২৫ দগী কাওশিনখিবা বোল অমা করনজিৎনা ঙাকথোকখিদুনা গোল ওইবা য়ারম্বা অদু অরেম্বা তাখি।

ইষ্ট বেঙ্গলনা মখোয়গী প্লেয়র রোবিন, ৱেদসন অন্সেল অনীনা পাদুনা চেন্নাইগী মায়োক্তা অকনবা এটেক তৌদুনা চঙশিনখি। মখোয়না চেন্নাইগী গোল মাউথ তম্না চঙশিনখিদুনা গোল চন্নবগীদমক এটেম্পশিং তৌখি। অদুবু থোইদোকপা কান্নবা ফংখিদে।

রোবিন্না মখা তানা মায়োক্লখিবা চেন্নাইগী মায়কৈদা তৌখিবা এটেক অমদা হাফ টাইমগী অহাপ্পা মতমদা বোক্স মনুংদগী কাওশিনখিবা বোল অমা গোল ওন্থোকখিদুনা ১-০ দা মাঙজিল থানা চৎখি।

অনীশুবা হাফতা চেন্নাইসু মমাঙগী হাফতা শান্নখিবা অদুদগী হেন্না ইচং থৌনা শান্নরকখি। মেচকী মিনিট ৫৩ চৎপা মতমদা দেবত্রা রোয়না কাওখিবা ফ্রি কিক অমা ক্রোসবার লান্না চৎখিবদগী গোল ওন্থোকপা য়ারম্বা অদু অরেম্বদা তাখি।

টিম অনীমক্না মায়োক্লখিবদা অকনবা এটেকশিং তৌদুনা গোল চনবগী খুদোংচাবশিং লৌননবা হোৎনখি। অদুবু টিমশিংগী অকনবা দিফেন্সতা পাক হেক হায়জিনবা ঙমদনা লৈখি।

মেচকী মিনিট ৭২ চৎপা মতমদা রোবিন্না অনকপা মফমদগী চেন্নাই এফ সীগী গোল পোষ্ট মনুংদা তৌশিনখিবা হেদ্দর অমা কষ্টদিয়ন করনজিৎনা সেফ তৌখিদুনা গোল ওন্থোকপা ঙমহৌখিদে। ইষ্ট বেঙ্গলগী মায় পাকপগী অনীশুবা গোল অদু মেচকী মিনিট ৭৬ চৎপা মতমদা বোক্স মনুংদা চেন্নাই এফ সীগী রাবানন্দদা হেন্দ বোল তাখিবদগী পেনালটি অমা ইষ্ট বেঙ্গলগী ফেবরদা ফংখি। মদুদা রোবিন্না অশোয়বা অমত্তা য়াওদনা কাওশিনখিদুনা গোল ওন্থোকখিবগা লোয়ননা মেচ অদু মায় পাকখি।

ইষ্ট বেঙ্গলবু মায় পাকপদা অচৌবা থৌদাং লৌখিবা রোবিন সিংহনা মেচ লোইরবা মতুং হায়খি, ঐনা মেচ অদুদা গোল অনী চনবা ঙমখিবদা অপেনবা পোকই। ঐনা আই লীগতা গোল মঙা চনবা ঙমখ্রে। অদুগা মসিদনা হৌজিক ঐনা গোল অনী চনবা ঙমখ্রে। ষ্ট্রাইকর অমা ওইনা য়াম্না থাজবা থল্লি অমদি মসি ইষ্ট বেঙ্গলগীদমক্তদি খ্বাইদগী ফবনি হায়না মহাক্না ফোঙদোকখি।

মহাক্না মখা তারদুনা হায়, লৈবাক অসিগী ষ্ট্রাইকরশিং ওইরিবা ঐহাক, জে জে (লালপেকলুৱা) অমদি বালৱান্ট (সিংহ) না গোলশিং চন্দুনা চাউরবা দায়ত্ব লৌরি। ঐহাক ইশাগী চহী ২৭ শুরে অমদি জে জেনা চহী ২৬ শুরে। ঐখোয় নহা ওইবা ঙাক্তনি অমদি নিংথিনসু শান্নরি। ষ্ট্রাইকরশিংনা নিংথিনা শান্নবনা নেসনল টিমগীদমক চাউনা মতেং পাঙলি।

অমসু খনখি।

মখোয়শিং অদুদি এ জিতেন, এ বোজেন, দেব অকোইজম, এল সর্জু, এম মুহিন্দো, এ বোবোই, বি সুরচন্দ্রনি। ইন্টরনেল ওদিটরনা বিমোলচান্দ লৈশাংথেমবু খনখি।

থৌবাল দিষ্ট্রিক্ট ভেটরান টেবল টেনিস এসোসিএসনগী নৌনা থৌ পুগদবশিং খনখ্রে

ইম্ফাল, মে ০৯ :

থৌবাল দিষ্ট্রিক্ট ভেটরান টেনিস এসোসিএসনগী জেনরেল বোদি মীফম অমা চৎলিবা থা অসিগী ৭ তা থৌবাল দিষ্ট্রিক্ট টেবল টেনিস এসোসিএসনগী ইন্দোর ষ্টেদিয়মদা পাঙথোক্তুনা এসোসিএসন অসিগী কুমজা ২০১৭ তগী কুমজা ২০২১ গী মার্চ ফাওবগী থৌ পুগদবা মীওইশিং খনখ্রে।

এসোসিএশন অসিগী নৌনা থৌ পুননবগীদমক্তা খনখ্রবা মীওইশিং অদুদি প্রসিদেন্টদা এল মোহেন্দ্রো, ভাইস প্রসিদেন্টদা এল শ্যাম, এল শ্যামানন্দা, ঐচ রাধেশ্যাম, সেক্রেটরিদা এ নরেস, জোইন্ট সেক্রেটরিদা সোইবম ইলেন সিংহ, দব্লিয়ু সুভাস সিংহ অমদি ওক্রম প্রেমজিৎ সিংহ, ত্রেজররদা অরিবম জিতেন শর্ম্মাবু য়েৎনবা লৈতনা খনখি। মসিদা নত্তনা ইগজিক্যুটিব মেম্বর তরুক

হুইয়েন লানপাউ স্পোর্টস ক্যুইজ –৪৭

1. মহাক টাইক্কান্দোদা ব্লেক বেল্ট ফংবি অহানবা ইন্দিয়াগী মুসলিম নুপীনি। মহাক্কী মমিং করি কৌবগে?
2. ওলেম্পিক চেম্পিয়ন অমগী মমিং লৌদুনা থোনখিবা টাউন মচা অমগী মমিং হায়য়ু?
3. ‘বোদি-লাইন’ সেরিজ (ক্রিকেট) তা শরুক য়ারিবা ইন্দিয়া মচা অদুগী মমিং হায়য়ু?
4. অহানবা নোর্থ ইষ্ট গেমসতা নুপীগী জিম্নাষ্টিক্সতা বেষ্ট ওল রাউন্দগী মনা ফংখিবী নুপী অদুগী মমিং হায়য়ু?
5. উৎলিবা লাই (ফোটো) অসি কনানো?

মথক্তা পীরিবা ৱাহংশিং অসিগী পাউখুম মে ১৫ নিংথৌকাবা নুমিৎকী অয়ূক্কী পুং ১১ ফাওবগী মনুংদা পাউচে অসিগী ওফিসতা নৎত্রগা hueiyensportsquiz@gmail.com দা মেইল ওইনা থাবীরকপা য়াগনি। পাউখুম পীবিরকপা/ থাবীরকপা মতমদা মিং, লৈফম, মহৈগী থাক অমসুং কন্টেক্ট নম্বর ময়েক শেংনা ইবিরকউ। ৱাহং খুদিংমক্কী পাউখুম চুম্না নৎত্রগা মশীং য়াম্না চুম্না পীবিরকপা মীওইশিং অদুদগী দ্রো ওৎচরগা লাইবক ফবা মীশক অমা খনজগনি। লোয়ননা খল্লবা মীশক অদুদা মনা পীজগনি।

ইন্টরনেসনল ফুটবোল ফ্রেন্দলি ঃ ইন্দিয়ানা লেবাননগা জুন থাদা শান্নগনি

মুম্বাই, মে ০৯ :

এন্ধেরি স্পোর্টস কমপ্লেক্সকী মুম্বাই ফুটবোল এরেনাদা লাক্লিবা মথং থাদা ইন্টরনেসনল ফ্রেন্দলি মেচ ওইনা ইন্দিয়া অমদি লেবানন অনীনা শান্নগনি।

ৱেষ্টর্ন ইন্দিয়া ফুটবোল এসোসিএসন্না হীরমসিগী মতাংদা ফোঙদোক্লদুনা হায়, অন্ধেরিদা লাক্লিবা জুন ৭ তা ইন্দিয়াগী ফুটবোল টিমনা লেবাননগী ফুটবোল টিমগা ফ্রেন্দলি ফুটবোল মেচ শান্নগনি হায়না ফোঙদোকখি।

পনবা য়াই, মফম অসিদা চহী ৬০ গী মতুংদা অহানবা ওইনা মমাঙ চহীগী সেপ্টেম্বর ৪ দা ইন্দিয়া অমদি পুটোরিকো অনীনা ফুটবোল মেচ শান্নখি। মদুদা ইন্দিয়ানা পুটোরিকোবু ৪-০ দা মায়থীবা পীখিবনি।

চৈরক অসিদা লেবাননগা মায়োক্লদুনা শান্নগদৌরিবা ফ্রেন্দলি মেচ অসিগী মাঙওইননা নেসনল কোচ ষ্টেফেন কোনষ্টাটিনগী মখাদা সেনিয়র কেম্প অমা অন্ধেরি কম্পেলক্সতা মে ২০ দগী চথবা হৌরগনি হায়না ফুটবোল ৱেবসাইট অমগী মতুং ইন্না ফোঙদোরক্লি। লেবাননগা মায়োক্লদুনা শান্নগদৌরিবা ফ্রেন্দলি মেচ অসিগী মতুংদা এ এফ সী এসিয়ন কপ ২০১৯ গী ক্বালিফায়রদা কিৰ্গিষ্টানগা মায়োক্লদুনা জুন ১৩ দা বেঙ্গালুরুদা শান্নগনি।

ইন্দিয়ান টিমনা জুন ৭ তা লেবাননগা ইন্টরনেসনল ফ্রেন্দলি মেচ শান্নগনি। ওক্টোবর ২ দা পেলেষ্টাইনগা অমুক শান্নগনি অমদি জুন ১৩ দনা এ এফ সী এসিয়ন কপ ক্বালিফায়রগী মেচতা কিৰ্গিষ্টান রিপব্লিক্কা শান্নগনি অদুগা কুমজা ২০১৮ গী মার্চ ২৭ তা মকাও অমদি ম্যান্মারগা মায়োক্লদুনা শান্নগনি।

হন্দক্তা মালেমগী ফুটবোলগী গভর্নিং বোদি ওইরিবা ফিফানা লাউথোকখিবা রেঙ্কিংদা ইন্দিয়ানা চহী ২১ গী মতুংদা রেঙ্ক ১০০ গী মনুংদা চনবা ঙমখিবা অসিনা ইন্দিয়ন টিমদা হেন্না থাজবা লৈরিবা অদু থল্লদুনা রোবিন্না হায়, ইন্দিয়ানা লাক্কদৌরিবা টুর্নামেন্টশিংদা মায় পাক্লা শান্নদুনা রেঙ্ক হাইগৎলক্কনি হায়বগী থাজবা লৈরি।

HL-B/3804/11/04-10/05

ষ্টেট স্কাস রেকেট চেম্পিয়নশিপ পাঙথোক্লগনি

ইম্ফাল, মে ০৯ :

মণিপুর স্কাস রেকেট এসোসিএসন্না শিন্দুনা পাঙ্গৈদা লৈরিবা সাইনিক স্কুল স্কাস কোর্টতা লাক্লিবা মে ১৯ দগী ২১ ফাওবা মরিশুবা ষ্টেট স্কাস রেকেট চেম্পিয়নশিপ পাঙথোক্লগনি হায়না মণিপুর স্কাস রেকেট এসোসিএসনগী চেরোল অমনা ফোঙদোরক্লি।

চেম্পিয়নশিপ অসিদা শরুক য়ানিংবা থৱায় য়াওবা রেজিষ্টার স্কাস প্লেয়রশিংনা অকুপ্পা মরোলগীদমক মণিপুর স্কাস রেকেট এসোসিএসনগী ওফিসিএলশিংদগী মে ১৮ ফাওবগী মনুংদা লাক্তুনা খঙলবা য়াগনি হায়রি।

HL-B/3847/3/5-4/6