পাটিয়ালাগী নেসনল কেম্পতা হৌজিকসু চাং নাইনা নোংমদা পুং তরেৎকী চাংদা অকনবা ট্রেনিং চথরি

সাইখোম মীরাবাই চনু
(ৱেথ লিফটর)

(ঙরাংগী মখা)

হৌজিক ঐগী ওইনা মরু ওইবা কম্পিটিসন অনী শান্নগদবা ৱাৎলি। মরম অদুনা হৌজিকসু ঐহাক থৱায় হকচাং য়াওনা হোৎনজরি। ঐগী ওইনদি ইশানা ফঙগে তাল্লিবা পান্দমদু ফঙদ্রি। মরকসিদা অহোবা অমত্তা লৈহন্দনবা ওজাশিং, কোচশিংদগীসু ইতৎ তত্তনা পাউতাক লৌজরি। হান্নদি ঐহাক ইশাগী ওইনসু ৱা কয়া ঙাংগন্দে। কোচশিংনা তৌ হায়বা অদু খক্তদা হেন্না পুক্নিং চঙনা পাঙথোক্লবা হোৎনজবসি ঐগী মরু ওইবা ইথৌ ওইজরম্মী। অদুবু হৌজিক্তী ঐনা খঙনিংবা অমা হেক ফাউরকপদা কোচশিংদা হংজবা তানবসি অদুম তৌরে। মসিগী কান্নবসু য়াম্না লৈ। হংববু কল্লবদি ওজাশিংনসু ফজনা তাকপীরকই।

ইন্দিয়াগী নেসনল কোচিং কেম্পতা হৌজিক্তী মণিপুরগী ৱেথ লিফটর য়াওবসি হান্নদগী য়াম্না হন্থখ্রে। মণিপুর ষ্টেটতগী শান্নরোয় চবুন চবুন য়াওরম্বসি ঐখোয়গী মমাঙদনি। ঐখোয়গী সিনিয়র ইচে ময়াম অমা পোত্থানখিবদগী ঐখোয় খরদা ঙাইহৌরে। হান্নদৌনা ৱেথ লিফটর থোরকপা হায়বদুসু ওইদ্রে। অদুগা ৱেথ মচাসিদদি ইন্দয়াগী ওইনসু লিফটর ইয়াম য়ামদে। অদুনা নেসনল অমদি ইন্টর্নেসনল চেম্পিয়নশিপ্তা মেদল লৌবা ঙল্লিবা ৱেথ লিফটর মীরাবাই চনুনা ফঙবা ঙমখ্রে। হায়রিবা চহী কুমজা ২০১৮ অসিমক্তদা পদ্মশ্রি এৱার্দসু লৌখ্রে।

লেমজনিংঙাই ওইরবা ইন্দিয়াগী খ্বাইদগী চাওবা মনা অসি মণিপুরগী শান্নরোয়শিংগী মরক্তগী ইহান হানবা ওইনা মণিপুরগী ভেটরান লিফটর নামৈরাকপম কুঞ্জরানীসু কুমজা ১৯৯৬তা ফঙবা ঙমখ্রে। লমদমসিগী ৱেথ লিফটরশিংগী মনুংদগীদি মীরাবাই চনুনা মনা অসি ফঙবা ওন্থী অনীশুবী লিফটর ওইরে।

মীরাবাই চনুগী ওইনা রিও ওলিম্পিক গেমস ২০১৬কী মতুংদা চাওনা মায় পাকখিবদি কুমজা ২০১৭কী সেপ্টেম্বর ৩দগীনা ৯ ফাওবা ওষ্ট্রেলিয়াগী গোল্ড কোষ্টতা

রত্নেশ্বরি গোশ্বামী
ৱেথ লিফটিংদা মীৎয়েং অমা

ঐখোয় খরসিদা ইন্দিয়াগী ওইনা থাজবসু থন্বীরি।

নিংশিংবা য়াবদি, ইন্দিয়াগী ওইনা শান্নরোয়শিংদা পীবা খ্বাইদগী অৱাংবা মনা রজিব গান্ধি খেল রত্না এৱার্দসু মমাঙ চহী ২০১৮দা পাঙথোকখিবা কম্মনৱেলথ সিনিয়র ৱিমেন ৱেথ লিফটিং চেম্পিয়নশিপ অদুনি। হায়রিবা চেম্পিনয়নশিপ অদুদা মহাকনা সনাগী মেদল লৌরকপদা নত্তনা অনৌবা রেকোর্দ অমসু থম্বা ঙমখি। মদুগী মথং, কুমজা ২০১৭কী নবেম্বর ২৮দগী দিসেম্বর ৫ ফাওবা য়ু এস এগী অনাহেমদা চত্থখিবা ৱর্ল্ড ৱেথ লিফটিং চেম্পিয়নশিপ্তসু সনাগী মেদল লৌরকখি। কুমজা ২০১৭তা পীখিবা অফবা পর্ফোমেন্সশিংদুনা মরম ওইরগা ইন্দিয়াগী লেমজ নিংঙাই ওইরবা মনাশিং (খেল রত্না এৱার্দ) পুরকপা ঙমখিবনি।

মতাংসিদা লিফটর অসিনা অসুম্না ফোঙদোরকখি, হৌজিক ঐনা ফুল টার্গেট তৌজরিবসিদি ওলিম্পিক গোল্ড মেদলনি। হায়রিবা মেদল অসি ইরায় লায়না হেক্তা ফঙবা ঙমগদবদি নত্তে। ইন্দিয়াগী ওইনা ৱেথ লিফটিংদা ওলিম্পিক মেদল অমা লৌবা হায়বসি ঐহাক্না কুমজা ২০১৬তগী লাইনিং ওইদুনা লাকখ্রবনি। ঐগী মরু ওইবা পান্দমসু ওলিম্পিক মেদল লৌবনি। মসিগীদমক্তনি ঐহাক্না কন্না হোৎনজরিবসি। ইশাদসু হৌজিক্তী থাজবা ফজনা লৈ। ওলিম্পিক মেদল লৌরবা মতুংদা ঐদি ইশাগী ষ্টেট মণিপুরদা হল্লক্কে হায়না খঞ্জে। থবক-ইনখাং অসিসু ঐদি মণিপুরদা তৌজ নিংই। শান্নফমগীদি করিসু প্রোব্লেম লৈরোই। ৱেথ লিফটিংগীদি মণিপুরদা ট্রেনিং অদুম তৌরগা ওলিম্পিক শান্নবা ঙমগনি খল্লি। মপান্দা লৈজরিবা ঐখোয় ময়ামসিগা অনৌবা মণিপুরগী লিফটরশিংগা ট্রেনিং তৌমিন্নবদা হেন্নসু কান্নবা ফঙগনি। ঐখোয়সু সিনিয়র ইচেশিংগী মতৌ তম্বা য়াম্না পাল্লকখি। মখোয়না মমিং লৈনা শান্নবগুম ঐখোয়সু শান্ননিংলকখি। মপান্দা লৈজরিবা শান্নরোয়শিং ঐখোয়গীসু অনৌবা থৌৱাং খরদি তৌহনজ নিংই। ৱেথ লিফটিংনে, হোক্কিনে, জুদোনে..... ইভেন্ট খরসিদি মণিপুরদা ট্রেনিং সেন্টর ফজনা হাঙবীরগদি অচৌ অচৌবা কম্পিটিসনদা ঐখোয় শরুক য়াবগা লোয়ননা মেদল পুরকপসু ঙমগনি। ঐখোয় পুল্লব লৈরগা ষ্টেটসিদগী থোক্তুনা শান্নরবদি মণিপুরগী অশেংবা মশকসু উবা ঙমগনি। (লোইরবা)

হুইয়েন লানপাউ স্পোর্টস ক্যুইজ - ১০৭

১) হিটলরনা জর্মনিগী লৈঙাকপা ওইরিঙৈদা জিয়ুশিংবু ওৎ নৈখিবদা নত্তনা মখোয় কয়ামুকসু হাৎখি। মরম অদুনা জিয়ু শান্নরোয় অমদি লৈবাক অদু থাদোক্তুনা চেনখি। কুমজা ১৯৩৬তা বার্লিন্দা ওলিম্পিক গেমস পাঙথোকখিবদা জর্মনিনা লৈবাক অদুদগী চেনখিবা জিয়ু শান্নরোয় অদু অমুক হন্না কৌদুনা (মহাক হল্লক্তুনা) ওলিম্পিক্তা শরুক য়াখি। মহাক্কী মমিং করিনো?

২) ওলিম্পিক গেমসকী টিমগী থৌরম অমদা লৈবাক অমনা কুমজা ১৯২০দগী কুমজা ১৯৫২ ফাওবগী মনুংদা মেচ ৩৭ লক মায় পাকখি, ৩ লক পোখি। লৈবাক অদুগী মমিং পীয়ু।

৩) অহানবা পান অমেরিকান (Pan American) গেমসতা মিটর ১০০গী লমজেলদা মকোক ওইখিবা শান্নরোয় অদুগী মমিং পীয়ু।

৪) খৃষ্টনা পোক্ত্রিঙৈগী চহী ৩৮৮গী মমাংদা ওলিম্পিয়া (OLYMPIA)দা পাঙথোকখিবা ওলিম্পিক অমদা তিল্লিবা গ্রিস মীয়াম অদুদা ৱা ঙাঙদুনা তাহনখিবা গ্রিসকী ৱাঙাংলোয় অদু কনানো?

৫) উৎলিবা শক্তম অসি কনানো? →

মথক্তা পীরিবা ৱাহংশিং অসিগী পাউখুম নবেম্বর ৩০, থাংজ 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।

ফ্রেন্দলি মেচ অমদা মণিপুর ইলভেননা সগাইন ইলভেনবু পাঞ্জল ১-০দা মায়থীবা পীখ্রে

ইম্ফাল, নবেম্বর ২৯(ঐচএনএস): সঙাই ফেষ্টিভেল ২০১৯গী শরুক অমা ওইনা ম্যান্মার অমসুং মণিপুরগী নুপীগী ফুটবোল টিমগা ফ্রেন্দলি মেচ অমদা ঙসি ককচিং দিষ্ট্রিক্ট স্পোর্টস এসোসিএসন (দি এস এ)গী শান্নবুংদা শান্নখিবা ইনিদয়াগী মহুৎ শীন্দুনা মণিপুর ইলভেন অমসুং ম্যান্মারগী মহুৎ শীন্দুনা সগাইন ইলভেনগী নুপীগী ফুটবোল টিমগা শান্নখিবা মেচতা মণিপুর ইলভেননা সগাইন ইলভেনবু পাঞ্জল ১-০দা মায়থীবা পীখ্রে।

ঙসি শান্নখিবা মেচ অদুদা হৌরকপদগী হৌনা টিম অনীমক্না অকনবা মওংদা লম্বা তৌনখি। অহানবা হাফ ফাওবদা টিম অনীমক্ক পাঞ্জল চন্নবা ঙমদনা লৈনখি। অদুবু অনীশুবা হাফকী ৪৫ শুবা মিনটতা মণিপুর ইলভেনগী আই প্রামেশ্বরীনা অমত্তা ঙাইরবা পাঞ্জল অদু চনখি।

সগাইন ইলভেনগী মায়কৈদগী ইক্কেলাইজর হন্দোক্নবা য়াম্না কন্না হোৎনখি। অদুবু অপীবা মতমদা পাঞ্জল চনবা ঙমখিদবদগী মণিপুর ইলভেননা সগাইন ইলভেনবু পাঞ্জল ১-০দা মায়থীবা পীখি। হয়েং অনীশুবা মেচ ওইনা মণিপুর ইলভেনগা ম্যান্মারগী মন্দলে ইলভেনগা মপাল কাংজৈবুংদা অয়ুক্কী পুং ১১ তাবাদা শান্নরগনি।

এক্ট ইষ্ট পোলিসি কম্মিতি, দিপার্টমেন্ট ওফ য়ুথ এফেয়র্স এন্দ স্পোর্টস, দিরেক্টোরেট ওফ টুরিজম গভর্ণমেন্ট ওফ মণিপুর অমসুং ওল মণিপুর ফুটবোল এসোসিএসনগা পুন্না শিনখিবা ফ্রেন্দলি মেচ অদুদা এগ্রিকলচর, ভেটরিনরি এন্দ এনিমেল হজবেন্দরি মিনিষ্টর ভি হংখলিয়াননা অথোইবা মীথুংলেন, ককচিং এসেমব্লী কন্সটিট্যুয়েন্সিগী এম এল এ ৱাই সুরচন্দ্রনা থৌরম মপু অমসুং ম্যান্মারগী দিরেক্টর স্পোর্টস মিওন মাইন্ট অঙনা অখন্নবা মীথুংলেন ওইনা শরুক য়াখি।

দেবিস কপ্তা ইন্দিয়ানা পাকিস্তানবু মেচ ২-০দা মাংজিল থারি

নুর সুল্টান, নবেম্বর ২৯(এজেন্সি): থা অনী হেন্না চয়েৎনবা লৈরম্লবা মতুং ইন্দিয়া অমসুং পাকিস্তানগী দেবিস কপ টাই অদু ঙসি লৈবাক অনীগী মফম নত্তবা ন্যুট্রেল ওইবা মফম ওইরিবা কজাকস্তানগী নুর সুল্টান সিটিদা শান্নখিবা এসিয়া/ওসিনিয়া গ্রুপ ১ টাইগী মেচ অনী ইন্দিয়ানা থোইবা ঙমখ্রে।

ইন্দিয়াগী টেন্নিস টিম অদুগী মায়কৈদগী ঙসি শান্নখিবা নুপাগী সিঙ্গলস মেচ অনীমক পাকিস্তানবু ইন্দিয়ানা থোইবা ঙমখি। অহানবা সিঙ্গলস মেচতা ইন্দিয়াগী শান্নরোয় রাম কুমার রামনাথননা পাকিস্তানগী মুহম্মদ স্বেবপু হৌবদগী লোইবা ফাওবা খুদুম চনবা ঙমদুনা মায়থীবা পীবা ঙমখি।

অহানবা অমসুং অনীশুবা সেটতা পাকিস্তানগী স্বেবকী সার্ভিস গেম পুম্নমক ব্রেক তৌরগা ৬-০, ৬-০দা থোইখি। অনীশুবা মেচতা ইন্দিয়াগী সুমিত নগালনা পাকিস্তানগী শান্নরোয় হুজাইফা অব্দুল রহমনবু ষ্ট্রেট সেট অনীদা ৬-০, ৬-২দা থোইখি।

ইন্দিয়ানা মেচ ২ মাংজিল থারবা মতুং হয়েং শান্নগদবা দবলসকী মেচ অদুদা মায় পাক্লবদি মথংগী রাউন্দ য়ৌবা ঙমগদৌরি।

হিরো আই লীগ ঙসিদগী হৌরগনি

ন্যু দিল্লি, নবেম্বর ২৯(এজেন্সি): ইন্দিয়াগী তোঙান-তোঙানবা ষ্টেটশিংদা লৈরিবা ফুটবোল ক্লবশিংগী ওইবা অনীশুবা থাক্তা লৈরিবা টুর্নামেন্ট অমা ওইনা হিরো আই লীগকী ১৩শুবা এদিসনদা হয়েং মণিপুরগী ফুটবোল ক্লব অমা ওইরিবা নেরোকা এফ সি অমসুং গোকুলম কেরলা এফ সিগা শান্নরগনি।

নুমিৎ অদুগী অহৌবা মেচতা মোহন বগান অমসুং আইজোল এফ সি লম্বা তৌনরগনি। পনবা য়াই, লীগ অসিদা অহানবা ওইনা মণিপুরগী ট্রাও এফ সিসু শরুক য়ারি।

ঙসিগী রাশি ফল

অইবা : ডো. ৱাংখেম জীবোল সিংহ
চীংমৈরোং, ইম্ফাল।

তাং ৩০।১১।২০১৯ ইং,থাংজ,
পোইনুগী ৪নি পানবা

মেষ: নুংথিলদা কান্নবা ফংগনি, ললোন-ইতিক্তা চাওনা কান্নবা ফংগনি, মরুপ-মপাংগী মতেং লৌবা য়াগনি অমদি মীয়াম্না চানগনি। হন্থবা লোইনগনু।
লৈশা পাখংশিংগী - নাপল তৌগনু।
থৌনি পোৎলম: লৈ অঙাংবা।

বৃষ: নুমিৎয়ুংবা মতুং ফাওবা লাইবক ফগনি, অনিংবা থবক পাংহৌবা য়াগনি অমদি থৌনা ফুদোক্লা পাংবা থবক খুদিং মাই পাক্কনি। মরুপ লোইনবা লুই।
লৈশা পাখংশিংগী - তপথৌ নিংবা থুংগনি।
থৌনি পোৎলম: লৈ অঙাংবা।

মিথুন: নিংবা থুংগনি, মীনা লাকচবা ঙম্লোই অমদি লৌশিংগী পাঙ্গলনা থবক খুদিং লাইনা পাংগনি। অফা-অপুনগী থবক অমদি হুরানবনা তাথিবদি লৈরি।
লৈশা পাখংশিংগী- মীৱা লৌগনু।
থৌনি পোৎলম: লৈ হিগোক।

কর্কট: নুংথিলদা নিংবা থুংগনি, হকচাং নুংঙাইরনি অমদি মীচং ফংলনি। অদুবু মীতোপ্পদি লৌথোক চাথোকনিংবা লৈ, লম চৎপা চেকশিল্লু, অখং অহে শাগনু।
লৈশা পাখংশিংগী- লাইবক ফগনি।
থৌনি পোৎলম: লৈ হিগোক।

সিংহ: হোয়া ফবনা মাংগনি অমদি হকচাং ৱাখল লৌশিং ফুদোকপা ৱাগনি। অদুনা থৌয়াম পুগনু। মরুপ মপাংগী মতেং ফংগনি অমদি নথক থোংবনা চানগনি।
লৈশা পাখংশিংগী- থৌনা লৈয়ু।
থৌনি পোৎলম: লৈ অঙাংবা।

কন্যা: নকন্থিনা নরল মাংজবা লৈগনি, নংগী ওইবা মীনসু চাল্লোই। মরম চাদনা থৌনা ফুদোক্কনু। য়েক্লবনা পাঙ্গলনি, য়েৎনবা মরমদা মাইথিগনি। খাংবা কল্লু।
লৈশা পাখংশিংগী- চোপ্পা য়াবা লৈ।
থৌনি পোৎলম: লৈ অশংবা/কিসমিস।

তুলা: থেংনা কান্নবা ফংগনি, পুক্নিং ৱাবা লৈরসু মীয়াম্না য়াবা থবক পাংলদি কান্নবা শোইদনা ফংগনি। মহু চাওবা মীনদি য়েংথি। চিন য়াংগনু মাইথিবা য়াবা লৈ।
লৈশা পাখংশিংগী- মীৱা লৌগনু।
থৌনি পোৎলম: লৈ হিগোক।

বৃশ্চিক: ঙল্লিঙৈদা নিংবা থুংগনি, লাই গুরুনসু চানগনি অমদি মীগী মতেংনা নচাক নরল চাওখৎপা ওইগনি। অনম তানবা মথা শাগনি, থবক্কী লমদা কোক শাই।
লৈশা পাখংশিংগী- নিংবা থুংগনি।
থৌনি পোৎলম: লৈ অঙাংবা।

ধনু: খরা থেংনা নিংবা থুংগনি, লৈজবা থৌনা ফুদোকপা য়াবা নুমিৎনি। কান্নবা শোইদনা ফংগনি। পাংবা ঙমদনা লৈরম্বা থবক পাংবা য়ারনি। য়েৎনবদি য়াদে।
লৈশা পাখংশিংগী- থেংনা নিংবা থুংগনি।
থৌনি পোৎলম: লৈ হিগোক।

মকর: নুংথিল ফাওবা নিংবা থুংবা, ললোন ইতিক্কী লমদা চাওনা মাই পাকপা লৈগনি। হকচাং নুংঙাইবা খরা ৱাৎলসু মীংচৎ ফংবা অমদি য়েক্লববু ঙমজবদি লৈগনি।
লৈশা পাখংশিংগী- লাইবক ফগনি।
থৌনি পোৎলম: লৈ হিগোক।

কুম্বা: নচাক নরল শোইদনা চাওখৎপা লৈগনি অমদি লৌশিং চাওবা নুমিৎ ওইবনা মীনা লাকচবা ঙমলোই। চিরবা মতম লাকপদা মরুপ মপাং লোইনৌ।
লৈশা পাখংশিংগী- নুংশিবনা চানগনি।
থৌনি পোৎলম: লৈ হিগোক।

মিন: মীপাইরম্বা কোক্কনি অমদি য়েক্লবা মাংখিনি অমদি লৈঙাক্কী থবক্তা মাই পাক্কনি। নথক থোংবনদি চান্দে অদুনা ফিংনা থবক পাংগনু,অশাওবনা মাংহনগনি।
লৈশা পাখংশিংগী- নিংবা থুংগনি।
থৌনি পোৎলম: লৈ অঙাংবা।

থৌনি পোৎলমশিং অসি ইশানা নীংজবা লাইদা কৎপীয়ু মহয় ফংগনি।

I LEAGUE 2019-20
FIXTURES

M No. DAY DATE	HOME AWAY	VENUE	TIME
30 Nov, 2019	Aizawl FC vs Mohun Bagan	2 pm	Rajiv Gandhi Stadium
30 Nov, 2019	Gokulam Kerala FC vs Neroca FC	7 pm	EMC Corporation Stadium
1 Dec, 2019	Chennai City FC vs TRAU FC	7 pm	Nehru Stadium
1 Dec, 2019	Churchill Brothers vs Minerva Punjab	5 pm	Fatorda Stadium
3 Dec, 2019	East Bengal vs Real Kashmir	7 pm	Salt Lake Stadium
6 Dec, 2019	Neroca FC vs Aizawl FC	2 pm	Khuman Lumpak Stadium
6 Dec, 2019	Indian Arrows vs Gokulam Kerala FC	5 pm	Tilak Maidan
7 Dec, 2019	Minerva Punjab vs East Bengal	2 pm	Guru Nanak Stadium
8 Dec, 2019	Mohun Bagan vs Churchill Brothers	7 pm	Kalyani Municipality Stadium
9 Dec, 2019	Indian Arrows vs Aizawl FC	7 pm	Tilak Maidan
10 Dec, 2019	Minerva Punjab vs Chennai City FC	2 pm	Guru Nanak Stadium
11 Dec, 2019	Mohun Bagan vs TRAU FC	5 pm	Kalyani Municipality Stadium
12 Dec, 2019	Real Kashmir FC vs Gokulam Kerala FC	2 pm	TRC Ground
14 Dec, 2019	TRAU FC vs East Bengal	2 pm	Khuman Lumpak Stadium
15 Dec, 2019	Real Kashmir vs Churchill Brothers	2 pm	TRC Ground
15 Dec, 2019	Mohun Bagan vs Gokulam Kerala FC	5 pm	Kalyani Municipality Stadium
16 Dec, 2019	Minerva Punjab vs Indian Arrows	2 pm	Guru Nanak Stadium
17 Dec, 2019	Aizawl FC vs Chennai City FC	2 pm	Rajiv Gandhi Stadium
20 Dec, 2019	Aizawl FC vs Minerva Punjab	2 pm	Rajiv Gandhi Stadium
21 Dec, 2019	Chennai City FC vs Neroca FC	7 pm	Nehru Stadium
22 Dec, 2019	Mohun Bagan vs East Bengal	5 pm	Salt Lake Stadium
22 Dec, 2019	TRAU FC vs Real Kashmir FC	2 pm	Khuman Lumpak Stadium
24 Dec, 2019	Churchill Brothers vs Indian Arrows	7 pm	Fatorda Stadium
26 Dec, 2019	Real Kashmir FC vs Chennai City FC	2 pm	TRC Ground
4 Jan, 2020	Churchill Brothers vs East Bengal	5 pm	Fatorda Stadium
4 Jan, 2020	Gokulam Kerala FC vs Aizawl FC	7 pm	EMC Corporation Stadium
5 Jan, 2020	TRAU FC vs Minerva Punjab	2 pm	Khuman Lumpak Stadium
5 Jan, 2020	Indian Arrows vs Neroca FC	5 pm	Tilak Maidan
6 Jan, 2020	Real Kashmir FC vs Mohun Bagan	2 pm	TRC Ground
8 Jan, 2020	Aizawl FC vs Churchill Brothers	2 pm	Rajiv Gandhi Stadium
8 Jan, 2020	TRAU FC vs Neroca FC	5 pm	Khuman Lumpak Stadium
9 Jan, 2020	Gokulam Kerala FC vs Chennai City FC	7 pm	EMC Corporation Stadium
9 Jan, 2020	Indian Arrows vs Mohun Bagan	5 pm	Tilak Maidan
10 Jan, 2020	Real Kashmir FC vs Minerva Punjab	2 pm	TRC Ground
12 Jan, 2020	Chennai City FC vs Churchill Brothers	7 pm	Nehru Stadium
12 Jan, 2020	Indian Arrows vs TRAU FC,	5 pm	Tilak Maidan
13 Jan, 2020	Minerva Punjab vs Mohun Bagan	2 pm	Guru Nanak Stadium
14 Jan, 2020	Neroca FC vs Real Kashmir FC	5 pm	Khuman Lumpak Stadium
15 Jan, 2020	East Bengal vs Gokulam Kerala FC,	5 pm	Salt Lake Stadium
17 Jan, 2020	Neroca FC vs Mohun Bagan	5 pm	Khuman Lumpak Stadium
17 Jan, 2020	Chennai City FC vs Indian Arrows	7 pm	Nehru Stadium
18 Jan, 2020	Minerva Punjab vs Gokulam Kerala FC	2 pm	Guru Nanak Stadium
19 Jan, 2020	TRAU FC vs Churchill Brothers	5 pm	Khuman Lumpak Stadium
21 Jan, 2020	East Bengal vs Aizawl FC	7 pm	Salt Lake Stadium
24 Jan, 2020	Minerva Punjab vs Neroca FC	2 pm	Guru Nanak Stadium
25 Jan, 2020	Chennai City FC vs East Bengal	5 pm	Nehru Stadium
25 Jan, 2020	TRAU FC vs Aizawl FC	2 pm	Khuman Lumpak Stadium
26 Jan, 2020	Gokulam Kerala FC vs Churchill Brothers	7 pm	EMC Corporation Stadium
26 Jan, 2020	Indian Arrows vs Real Kashmir FC	5 pm	Tilak Maidan
31 Jan, 2020	Chennai City FC vs Mohun Bagan	7 pm	Nehru Stadium
1 Feb, 2020	East Bengal vs Indian Arrows	5 pm	Salt Lake Stadium
1 Feb, 2020	Aizawl FC vs Real Kashmir FC	2 pm	Rajiv Gandhi Stadium
2 Feb, 2020	Churchill Brothers vs Neroca FC	5 pm	Fatorda Stadium
2 Feb, 2020	Gokulam Kerala FC vs TRAU FC	7 pm	EMC Corporation Stadium
7 Feb, 2020	Aizawl FC vs Indian Arrows	2 pm	Rajiv Gandhi Stadium
8 Feb, 2020	Neroca FC vs TRAU FC	5 pm	Khuman Lumpak Stadium
8 Feb, 2020	Gokulam Kerala FC vs Real Kashmir FC	7 pm	EMC Corporation Stadium
9 Feb, 2020	Mohun Bagan vs Minerva Punjab	5 pm	Kalyani Municipality Stadium
9 Feb, 2020	Churchill Brothers vs Chennai City FC	7 pm	Fatorda Stadium
11 Feb, 2020	Aizawl FC vs TRAU FC	2 pm	Rajiv Gandhi Stadium
11 Feb, 2020	Neroca FC vs Indian Arrows	5 pm	Khuman Lumpak Stadium
12 Feb, 2020	Chennai City FC vs Gokulam Kerala FC	7 pm	Nehru Stadium
13 Feb, 2020	East Bengal vs Minerva Punjab	7 pm	Salt Lake Stadium
14 Feb, 2020	Mohun Bagan vs Neroca FC	5 pm	Kalyani Municipality Stadium
15 Feb, 2020	TRAU FC vs Chennai City FC	5 pm	Khuman Lumpak Stadium
16 Feb, 2020	Minerva Punjab vs Real Kashmir FC	2 pm	Guru Nanak Stadium
16 Feb, 2020	Churchill Brothers vs Aizawl FC	5 pm	Fatorda Stadium
17 Feb, 2020	Indian Arrows vs East Bengal	7 pm	Kalinga Stadium
19 Feb, 2020	Churchill Brothers vs Real Kashmir FC	5 pm	Fatorda Stadium
21 Feb, 2020	Neroca FC vs Gokulam Kerala FC	5 pm	Khuman Lumpak Stadium
22 Feb, 2020	Churchill Brothers vs Mohun Bagan	7 pm	Kalinga Stadium
22 Feb, 2020	Real Kashmir FC vs Indian Arrows	2 pm	TRC Ground
23 Feb, 2020	Chennai City FC vs Aizawl FC	7 pm	Nehru Stadium
23 Feb, 2020	East Bengal vs TRAU FC	5 pm	Salt Lake Stadium
28 Feb, 2020	Indian Arrows vs Chennai City FC	5 pm	Kalinga Stadium
29 Feb, 2020	East Bengal vs Churchill Brothers	5 pm	Salt Lake Stadium
29 Feb, 2020	Gokulam Kerala FC vs Minerva Punjab	7 pm	EMC Corporation Stadium
1 March, 2020	Real Kashmir FC vs Aizawl FC	2 pm	TRC Ground
1 March, 2020	TRAU FC vs Mohun Bagan	5 pm	Khuman Lumpak Stadium
3 March, 2020	Indian Arrows vs Minerva Punjab	5 pm	Kalinga Stadium
3 March, 2020	Gokulam Kerala FC vs East Bengal	7 pm	EMC Corporation Stadium
4 March, 2020	Churchill Brothers vs TRAU FC	7 pm	Fatorda Stadium
4 March, 2020	Real Kashmir FC vs Neroca FC	2 pm	TRC Ground
4 March, 2020	Mohun Bagan vs Chennai City FC	5 pm	Kalyani Stadium
7 March, 2020	Mohun Bagan vs Aizawl FC	5 pm	Kalyani Stadium
8 March, 2020	Churchill Brothers vs Gokulam Kerala FC	5 pm	Fatorda Stadium
8 March, 2020	TRAU FC vs Indian Arrows	2 pm	Khuman Lumpak Stadium
9 March, 2020	Real Kashmir FC vs East Bengal	2 pm	TRC Ground
10 March, 2020	Neroca FC vs Minerva Punjab	5 pm	Khuman Lumpak Stadium
13 March, 2020	Minerva Punjab vs Aizawl FC	5 pm	Guru Nanak Stadium
14 March, 2020	Real Kashmir FC vs TRAU FC	2 pm	TRC Ground
14 March, 2020	Neroca FC vs Chennai City FC	5 pm	Khuman Lumpak Stadium
15 March, 2020	East Bengal vs Mohun Bagan	5 pm	Salt Lake Stadium
15 March, 2020	Gokulam Kerala FC vs Indian Arrows	7 pm	EMC Corporation Stadium
20 March, 2020	TRAU FC vs Gokulam Kerala FC	5 pm	Khuman Lumpak Stadium
21 March, 2020	Aizawl FC vs Neroca FC	2 pm	Rajiv Gandhi Stadium
21 March, 2020	Mohun Bagan vs Indian Arrows,	5 pm	Kalyani Stadium
22 March, 2020	Minerva Punjab vs Churchill Brothers	2 pm	Guru Nanak Stadium
22 March, 2020	East Bengal vs Chennai City FC	5 pm	Salt Lake Stadium
3 April, 2020	Indian Arrows vs Churchill Brothers	7 pm	Kalinga Stadium
4 April, 2020	Mohun Bagan vs Real Kashmir FC	5 pm	Kalyani Stadium
4 April, 2020	Chennai City FC vs Minerva Punjab	7 pm	Nehru Stadium
5 April, 2020	Aizawl FC vs Gokulam Kerala FC	2 pm	Rajiv Gandhi Stadium
5 April, 2020	East Bengal vs Neroca FC	5 pm	Salt Lake Stadium
12 April, 2020	Aizawl FC vs East Bengal	TBD	Rajiv Gandhi Stadium
12 April, 2020	Minerva Punjab vs TRAU FC	TBD	Guru Nanak Stadium
12 April, 2020	Gokulam Kerala FC vs Mohun Bagan	TBD	EMC Corporation Stadium
12 April, 2020	Neroca FC vs Churchill Brothers	TBD	Khuman Lumpak Stadium
12 April, 2020	Chennai City vs Real Kashmir FC	TBD	Nehru Stadium