

निवडक

बुमराहच्या दुखापतीचे कारण 'जिम' ?



नवी दिल्ली, दि. १८ : भारतीय क्रिकेट संघाचा माजी जलदगती गोलंदाज आणि युवराज सिंग यांचे वडील योगराज सिंग यांनी पुन्हा एकदा खळबळजनक वक्तव्य करून क्रिकेट वर्तुळात चर्चा निर्माण केली आहे. त्यांनी सूचित केले आहे की जसप्रीत बुमराहच्या वारंवार होणाऱ्या दुखापतीमागे त्याचे जिम मध्ये जाऊन व्यायाम करणे असू शकते.

अलिकडच्या एका मुलाखतीत बोलताना योगराज सिंग म्हणाले, बुमराहला चार वेळा दुखापत झाली आहे. का माहित आहे ? कारण तो जिममध्ये जातो. तुम्हाला बॉडीबिल्डिंग करण्याची गरज नाही. जुन्या काळातील मायकेल होल्डिंग, व्हिडियन रिचर्ड्ससारखे खेळाडू ३५ वर्षांचे होईपर्यंत जिममध्ये गेले नव्हते. त्यांची शरीर लवचिक होती. योगराज सिंग यांच्या मते, सध्याचे क्रिकेटपटू लवकर जिममध्ये जाऊन कठोर व्यायाम सुरू करतात, ज्यामुळे त्यांच्या स्नायूंसमवेत कडकपणा निर्माण होतो आणि दुखापती होण्याचा धोका वाढतो. जिम ही ३५-३६ वर्षांच्या वयानंतरची गोष्ट आहे. त्या आधी तुम्ही लवचिकतेवर लक्ष केंद्रित केले पाहिजे. तुम्हाला पुल-अप, पुश-अप, सिट-अप, कोअर वर्कसारख्या नैसर्गिक व्यायामावर भर द्यायला हवा. हेच क्रिकेटसाठी उपयुक्त आहे, असे त्यांनी नमूद केले. बुमराहप्रमाणेच मोहम्मद शमी आणि हार्दिक पंड्यासारखे क्रिकेटपटू देखील वारंवार दुखापतीला सामोरे जात असल्याचा संदर्भ देत योगराज सिंग यांनी सांगितले की, माझ्या मते हे सर्व जिमच्या अतिरेकी वापरासमवेत घडत आहे. जिममध्ये जाणे म्हणजे ताकद वाढवणे नाही, तर क्रिकेटमध्ये टिकाव लावण्यासाठी लवचिकता आणि नैसर्गिक शरीरबळ आवश्यक आहे. दरम्यान, बीसीसीआयने नुकतेच स्पष्ट केले आहे की जसप्रीत बुमराह इंग्लंडविरुद्धच्या पाच कसोटी सामन्यांपैकी सर्व सामन्यांत सहभागी होणार नाही. बुमराहच्या फिटनेस वकिलोडवर नियंत्रण ठेवण्यासाठी हा निर्णय घेण्यात आला आहे. योगराज सिंग यांच्या या वक्तव्यावर सध्या सोशल मीडियावर चर्चाही लाट उरसली असून, काहीजण त्यांना पाठिंबा देत आहेत तर काहींनी यावर टीका केली आहे. बुमराह आणि अन्य खेळाडूंच्या फिटनेस धोरणांवर या विधानामुळे नव्याने प्रश्नचिन्ह निर्माण झाले आहेत.

महिला टी-२० विश्वचषक २०२६ ची सुरुवात भारत-पाकिस्तान सामन्याने

मुंबई, दि. १८ :

२०२६ मध्ये होणाऱ्या आयसीसी महिला टी-२० विश्वचषक स्पर्धेची सुरुवात भारत आणि पाकिस्तान यांच्यातील अत्यंत प्रतिस्पर्धी सामन्याने होणार आहे. आयसीसी आणि यजमान इंग्लंड आणि वेल्स क्रिकेट बोर्ड (ईसीबी) यांनी बुधवारी या स्पर्धेचे संपूर्ण वेळापत्रक जाहीर केले.

स्पर्धेचा पहिला सामना १४ जून रोजी एजबॅस्टन मैदानावर पार पडणार असून, त्यात भारताचा सामना कट्टर प्रतिस्पर्धी पाकिस्तानशी होईल. एकूण २४ दिवस चालणारी ही स्पर्धा १२ जून ते ५ जुलै २०२६ या कालावधीत इंग्लंडमधील सात प्रमुख मैदानांवर खेळवली जाणार आहे. यामध्ये एकूण ३३ सामने रंगतील. स्पर्धेचा उद्घाटन सामना १२ जून रोजी यजमान इंग्लंड आणि श्रीलंका यांच्यात एजबॅस्टन येथे होणार आहे.

स्पर्धेसाठी निवडण्यात आलेली सात स्थळे पुढीलप्रमाणे आहेत - एजबॅस्टन, हॅम्पशायर बाउल, हेडिंग्ले, ओल्ड ट्रॅफर्ड, द ओव्हल, ब्रिस्टल काउंटी ग्राउंड आणि लॉर्ड्स. उपांत्य सामने ३० जून आणि २ जुलै रोजी ओव्हल येथे खेळले जातील, तर अंतिम सामना ५ जुलै रोजी क्रिकेटचा पवित्र मैदान समजल्या जाणाऱ्या लॉर्ड्सवर रंगणार

आहे.

१२ संघांची ही स्पर्धा दोन गटांमध्ये विभागली असून प्रत्येक गटात ६ संघ असतील. गट १ - ऑस्ट्रेलिया (सहा वेळचा विजेता), दक्षिण आफ्रिका (गेल्या वेळचा उपविजेता), भारत, पाकिस्तान आणि दोन पात्रता फेरीतील संघ. गट २ - न्यूझीलंड, वेस्ट इंडिज, श्रीलंका, यजमान इंग्लंड आणि दोन पात्रता फेरीतील संघ. प्रत्येक गटातील अव्वल दोन संघ उपांत्य फेरीसाठी पात्र ठरतील.

भारताचा पुढील सामना १७ जून रोजी हेडिंग्ले मैदानावर पात्रता फेरीतील संघाशी होईल. त्यानंतर २१ जून रोजी भारत दक्षिण आफ्रिकेला ओल्ड ट्रॅफर्डवर सामोरे जाईल. भारत आपला चौथा गट सामना २५ जून रोजी ओल्ड ट्रॅफर्ड येथे दुसऱ्या पात्रता संघाविरुद्ध खेळेल. भारताचा सर्वात कठीण सामना २८ जून रोजी लॉर्ड्स मैदानावर ऑस्ट्रेलियाविरुद्ध रंगणार आहे.

या स्पर्धेबाबत बोलताना स्पर्धेच्या संचालक ब्रेट बॅट-वाइल्ड यांनी सांगितले की, देशभरातील प्रतिष्ठित ठिकाणी, आपल्याला लाखो चाहत्यांसमोर जागतिक दर्जाचे खेळाडू खेळताना दिसतील. प्रत्येक चेंडूसह आणि प्रत्येक धावेसह हे खेळाडू एक कायमस्वरूपी बदल घडवून आणतील.



कोहलीची अनुपस्थिती भारतासाठी कॅनडियन ग्रांप्री २०३५ पर्यंत 'एफ-१' कॅलेंडरवर कायम मोठा धक्का - जेफ्री बॉयकॉट

लंडन, दि. १८ :

भारताच्या ज्येष्ठ फलंदाज विराट कोहलीच्या कसोटी क्रिकेटमधील निवृत्तीमुळे आगामी इंग्लंड दौऱ्यात भारताच्या यशाच्या संधी कमी होणार असल्याचा ठाम विश्वास इंग्लंडचे माजी दिग्गज फलंदाज जेफ्री बॉयकॉट यांनी व्यक्त केला आहे. बॉयकॉट यांनी म्हटले की, कोहली हा भारताच्या कसोटी संघाचा प्रमुख आधारस्तंभ होता. रोहित शर्माच्या निवृत्तीपेक्षा कोहलीची अनुपस्थिती ही टीम इंडियासाठी अधिक गंभीर बाब आहे.

बॉयकॉट, जे यापूर्वी भारताचे विद्यमान प्रशिक्षक गौतम गंभीर यांच्यावर 'गोल्डन डक' नंतर करारा फलंदाज' अशी टीका करत प्रसिद्ध झाले होते, त्यांनी मात्र कोहलीच्या कारकिर्दीचे कौतुक करत त्याला तिन्ही फॉर्मेटमधील सर्वोत्तम फलंदाज' असे गौरवले आहे.

विराट कोहली हा तिन्ही फॉर्मेटमधील भारताचा सर्वात परिणामकारक फलंदाज आहे. त्याने १२३ कसोटी सामन्यांमध्ये ९,२३० धावा केल्या आहेत आणि तो भारताच्या सर्वकालीन कसोटी फलंदाजांमध्ये चौथ्या क्रमांकावर आहे, असे बॉयकॉट म्हणाले. रोहित एक आकर्षक फलंदाज होता,



विशेषतः त्याच्या उत्तम फॉर्ममध्ये, परंतु त्याची सातत्याची कमतरता आणि ३० च्या उत्तरार्धातील कामगिरी ही तुलनेत कमी परिणामकारक ठरली आहे, असाही त्यांचा दावा आहे.

इंग्लंड संघ एकमेव कसोटीत झिम्बाब्वेविरुद्ध विजय मिळवल्यानंतर आता भारताविरुद्ध महत्वाच्या पाच सामन्यांच्या कसोटी मालिकेसाठी सज्ज झाला आहे. मात्र बॉयकॉट यांनी इंग्लंडच्या बॅजबॉल शैलीवरही प्रश्न उपस्थित केले. इंग्लंडने काही वेळा बॅजबॉल शैलीमुळे रोमहर्षक क्रिकेट खेळ दाखवला, पण अनेकदा अतिआक्रमकतेमुळे सामना गमावला. जर त्यांनी थोडा संयम आणि सामान्य ज्ञान वापरले, तर भारतासारख्या संघावर मात करणे शक्य आहे, असे त्यांनी स्पष्ट केले.

बॉयकॉट यांनी इंग्लंडच्या एकांकी बॅजबॉल धोरणावर टीका करताना म्हटले, ते एकाच चालीचे पानीसारखे खेळतात. बॅजबॉल किंवा काहीच नाही. त्यांना त्यांच्या चुका मान्य करायला आणि त्यातून शिकायला अजिबात तयारी नाही. इंग्लंडच्या माजी कसोटीपटूंनी सातत्याने फलंदाजीतील समतोल सांठ्याचा सल्ला दिला आहे, मात्र संघ व्यवस्थापन त्याकडे दुर्लक्ष करत आहे. आता नवीन डब्ल्यूटीसी सायकल सुरू होत असताना, इंग्लंडने जिंकण्यावर लक्ष केंद्रित करणे आवश्यक आहे. केवळ मनोरंजन' पुरेसे नाही. तुम्ही विजयी होणे महत्वाचे आहे, असे बॉयकॉट यांनी आपल्या डेली टेलिग्राफ' मधील स्तंभलेखनात नमूद केले आहे.

मॉन्ट्रियल, दि. १८ :

फॉर्म्युला १ चा प्रतिष्ठित कॅनडियन ग्रांप्री आता २०३५ पर्यंत अधिकृतपणे जागतिक शर्यतीच्या कॅलेंडरवर कायम राहणार आहे. प्रमोटर्स आणि कॅनडा-क्रेबेक सरकारबरोबर झालेल्या चार वर्षांच्या नव्या करारामुळे ही स्पर्धा सातव्या दशकात पदार्पण करणार आहे.

कॅनडियन ग्रांप्री ही युरोपबाहेरील सर्वात जुनी आणि सातत्याने होणारी एफ-१ शर्यत आहे. १९६७ मध्ये तिची सुरुवात झाली आणि अलीकडेच तिची ५४ वी आवृत्ती मोठ्या उत्साहात पार पडली. ही शर्यत १९७८ पासून मॉन्ट्रियलच्या सर्किट गिल्स-व्हिलेन्यूह वर आयोजित केली जाते. दिग्गज कॅनडियन चालक गिल्स व्हिलेन्यूह यांच्या सन्मानार्थ नाव देण्यात आलेले हे ट्रॅक, कठीण ब्रेकिंग पॉइंट्स, क्लासिक हेअरपिन आणि फ्रॉन्ट ऑफ चॅम्पियन्स मुळे जगभरातील चाहत्यांमध्ये लोकप्रिय आहेत.

आजपर्यंत चार सक्रिय ड्रायव्हर्स ; मॅक्स स्ट्रॉटन, लुईस हॅमिल्टन, जॉर्ज रसेल आणि फर्नांडो अलोन्सो यांनी येथे विजय मिळवले आहेत. विशेष म्हणजे हॅमिल्टन आणि मायकेल शूमाकर यांनी येथे प्रत्येकी



सात वेळा विजेतेपद मिळवले असून, हा विक्रम आजही अबाधित आहे.

या दीर्घकालीन विस्तार कराराचा उद्देश केवळ स्पर्धेचा वारसा जपणे नाही, तर त्यात नव्याने भांडवली गुंतवणूक करणेही आहे. आयोजक ऑक्टोन रेसिंग ग्रुप यांनी अलिकडच्या वर्षात ट्रॅक परिसरातील सुविधा आणि

अनुभवात लक्षणीय सुधारणा केल्या आहेत. जागतिक स्तरावर एफ-१ च्या वाढत्या आकर्षणाला अनुसरून ही सुधारणा करण्यात आली आहे.

त्याचबरोबर, २०२६ पासून कॅनडियन ग्रांप्रीचा वेळापत्रकातील स्लॉट बदलण्याचेही संकेत देण्यात आले आहेत. विविध सरकारी संस्थांनी आणि प्रवर्तकांनी यावर सहमती दर्शवली असून, एफ-१

कॅलेंडरचे अधिक शाश्वती नियोजन होईल यासाठी पुढाकार घेतला आहे.

फॉर्म्युला १ चे अध्यक्ष आणि सीईओ स्टेफानो डोमेनिकली यांनी करारानंतरची प्रतिक्रिया व्यक्त करताना सांगितले की, एफ-१ आपल्या ७५ व्या वर्षात पदार्पण करत असताना, कॅनडियन ग्रांप्रीसारख्या ऐतिहासिक

शर्यतीसोबतचा करार वाढवणे ही आमच्यासाठी सन्मानाची गोष्ट आहे. मॉन्ट्रियलमधील वातावरण, चाहत्यांचा प्रतिसाद आणि ट्रॅकाचा खास अनुभव यामुळे ही स्पर्धा आमच्यासाठी खास आहे. आम्ही २०३५ पर्यंत येथे शर्यती आयोजित करत राहू.

त्याचबरोबर, बेल मीडिया सोबतचा एफ-१ चा मीडिया अधिकार करारही याच कालावधीत वाढवण्यात आला आहे. बेल मीडिया आणि ग्रांप्री डू कॅनडाचे अध्यक्ष जेन-फिलिप पॅराडिस म्हणाले की, कॅनडामध्ये दरवर्षी एफ-१ स्पर्धा घेण्यात येते याचा आम्हाला अभिमान आहे. हा करार केवळ स्पर्धेच्या दर्जाचे द्योतक नाही, तर आमच्या टीमच्या, भागधारकांच्या आणि चाहत्यांच्या योगदानाचे प्रतिबिंब आहे. पुढील दहा वर्षात जागतिक दर्जाचे रेसिंग देण्याची जबाबदारी आम्ही आनंदाने स्वीकारतो.

सर्किट गिल्स-व्हिलेन्यूह आणि कॅनडियन ग्रांप्री हे एफ-१ च्या परंपरेचा अभिजात्य भाग झाले आहेत. प्रत्येक मोसमात हजारो चाहते या स्पर्धेसाठी मॉन्ट्रियलकडे आकर्षित होतात. २०३५ पर्यंतचा हा करार ही फक्त एफ-१ साठी नाही, तर कॅनडाच्या क्रीडा वारशासाठीही एक महत्वाची पायरी ठरणार आहे.

१९८६: भारताचा इंग्लंडवर ऐतिहासिक कसोटी विजय

नवी दिल्ली, दि. १८ :

१९८३ च्या विश्वचषक विजयाने भारतीय क्रिकेटला एक नवे स्वप्न दिले, पण तीन वर्षांनंतर १९८६ मध्ये कपिल देवच्या नेतृत्वाखाली भारताने कसोटी क्रिकेटमध्येही आपले वर्चस्व जगाला दाखवले. इंग्लंडच्या भूमीवर, भारतीय संघाने इंग्लंडला २-० ने धूळ चारत ऐतिहासिक कसोटी मालिका जिंकली. आजही हा विजय भारतीय क्रिकेटमधील एक सुवर्णक्षण मानला जातो.

१९७९ मध्ये अजित वाडेकर यांच्या नेतृत्वाखाली भारताने इंग्लंडमध्ये प्रथमच कसोटी मालिका जिंकली होती. पण त्यानंतर पंधरा वर्षांनी भारत पुन्हा विजयासाठी सज्ज झाला. यावेळी समोर होता एक बलाढ्य इंग्लंड संघ. माइक गॅटिंग, डेव्हिड गॉवर, ग्रॅहम गूच आणि डेरेक प्रिंगलसारखे दिग्गज खेळाडू असलेला संघ. तरीही कपिल देवच्या नेतृत्वाखाली भारताने विश्वास, सातत्य आणि सामूहिक ताकदीच्या जोरावर इंग्लंडच्या मातीत विजय खेचून आणला.

पहिली कसोटी - लॉर्ड्स: लॉर्ड्सचा राजा वेंगसरकर भारतात पहिल्या कसोटीत इंग्लंडला १३३ धावांनी पराभूत करत शानदार सुरुवात केली. लॉर्ड्सवरील या ऐतिहासिक विजयात तीन नावे ठळक ठरली:

चेतन शर्मा - ५/६४ च्या स्पेलने इंग्लंडची पहिली डावात कमर मोडली. दिलीप वेंगसरकर - नाबाद १२६ धावा करत लॉर्ड्सवरील त्याचे परंपरागत वर्चस्व कायम ठेवले.



कपिल देव - दुसऱ्या डावात ४ बळी आणि फलंदाजीत १० चेंडूत २३ धावा, ज्यामुळे त्याला सामनावीर पुरस्कार मिळाला.

भारताने १३४ धावांचे लक्ष्य काहीशी घडपड करत गाठले, पण निर्णायक आघाडी घेत मालिकेत १-० अशी आघाडी मिळवली.

दुसरी कसोटी - हेडिंग्ले: वेंगसरकरचा एकहाती प्रभाव

दुसऱ्या कसोटीत वेंगसरकर पुन्हा एकदा चमकले. पहिल्या डावात ६१ आणि दुसऱ्या डावात नाबाद १०२ धावांची झुंजार खेळी करत भारताला ४०७ धावांची भक्कम आघाडी मिळवून दिली.

रॉजर बिनी - ५/४० च्या भेदक गोलंदाजीसह इंग्लंडचा पहिला डाव १०२ धावांवर गुंडाळला.

मनिंदर सिंग - दुसऱ्या डावात ४/२८

अशी फिरकीची जादू करत इंग्लंडला केवळ १२८ धावांवर बाद केले. भारताने हा सामना तब्बल २७९ धावांनी जिंकून मालिकेत निर्णायक २-० आघाडी घेतली.

तिसरी कसोटी - बर्मिंगहॅम: गॅटिंगचा प्रतिकार आणि बरोबरी

तिसऱ्या कसोटीत इंग्लंडचा कर्णधार माइक गॅटिंगच्या नाबाद १८३ धावांच्या खेळीने सामना बरोबरीत सुटला. मात्र, सामन्यातही भारताची झलक उठून दिसली.

चेतन शर्मा - दुसऱ्या डावात ६/५८ अशी सर्वोत्तम कामगिरी.

अमरनाथ आणि अखरुद्दीन - अनुक्रमे ७९ आणि ६४ धावांची उभयतः फलंदाजी. भारताने दुसऱ्या डावात १७४/५ अशी खेळी करत सामना सुरक्षित राखला आणि मालिका विजयी अंतराने संपवली.

फलंदाजीतील नायक:

दिलीप वेंगसरकर - ३६० धावा (२ शतके, १ अर्धशतक), मालिका विजयी खेळाडू. सुनील गावस्कर - १७५ धावा, एका अर्धशतकासह. मोहिंदर अमरनाथ - फक्त दोन कसोटीत १७२ धावा (२ अर्धशतके).

गोलंदाजीतील धुरा:

चेतन शर्मा - १६ बळी (दोन वेळा ५ बळी), १८.७५ च्या सरासरीने. मनिंदर सिंग - १२ बळी, १५.५८ च्या सरासरीने. रॉजर बिनी - १२ बळी, २०.९१ च्या सरासरीने.

१९८६ मधील इंग्लंडमधील विजय हा फक्त आकड्यांचा खेळ नव्हता. तो एक मानसिक आणि सांघिक विजय होता. दोरा एक आदर्श म्हणून आठवतो. कपिल देव आणि त्यांच्या सहकाऱ्यांनी एक संपूर्ण पिढीला जिंकण्याचे स्वप्न दाखवले आणि ते प्रत्यक्षात उतरवले.

दिला. आजही जेव्हा भारत परदेशात कसोटी मालिका जिंकतो, तेव्हा १९८६ चा इंग्लंड दौरा एक आदर्श म्हणून आठवतो. कपिल देव आणि त्यांच्या सहकाऱ्यांनी एक संपूर्ण पिढीला जिंकण्याचे स्वप्न दाखवले आणि ते प्रत्यक्षात उतरवले.

शमीचा राग ठरला भारताच्या विजयाचे शस्त्र !

नवी दिल्ली, दि. १८ :

जोहान्सबर्गच्या मैदानात भारत संकटात होता. दक्षिण आफ्रिकेला फक्त १०० धावांची गरज, सात विकेट्स राखून. मालिका व्हाईटवॉशच्या उंबरच्यावर होती. पण भारताचा रागीट वेगवान गोलंदाज मोहम्मद शमी मैदानावर उतरला आणि विजयाचे समीकरण बदलले. ही घटना आहे २०१८ मधील, जेव्हा भारत जोहान्सबर्ग कसोटीत बचावात्मक स्थितीत होता. लंचवेळी भारताचे मुख्य प्रशिक्षक रवी शास्त्री आणि वेगवान गोलंदाज शमी यांच्यात एक गंमतीदार, पण निर्णायक प्रसंग घडला. शास्त्रींनी नुकतेच पाहिले की शमी बिर्याणीच्या मोठ्या प्लेटसह बसला आहे. हा बिर्याणी ब्रेक' शास्त्रींना रुचला नाही.

शास्त्रींनी टोला मारत विचारले, तेरा भूक इधर ठीक हो गेल्या का ? (तुम्ही भूक आधी संपली का ?) शमीच्या चेहऱ्यावर चिडचिड दिसली. त्याने प्लेट बाजूला सांरत उतर दिले, ले ले प्लेट. नही चाहिये बिर्याणी. बिर्याणी नरकात जाऊ दे !

हा राग केवळ संवादापुरता मर्यादित राहिला नाही तो चेंडूत उतरला. शास्त्रींनी गोलंदाजी प्रशिक्षक भरत अरुण यांना सांतापणे सांगितले, त्याला रागावलेला राहू द्या. त्याच्यासोबत बोलायचं असेल तर सांग, आधी काही विकेट्स घे, मग बोल. लंचनंतर जे घडले ते भारतीय



क्रिकेटच्या संस्मरणीय क्षणांपैकी एक ठरले.

शमीने आपल्या आग ओकणाऱ्या चेंडूंनी आफ्रिकन फलंदाजीचा कणा मोडला. भारताने केवळ ३३ धावांच्या आत ७ विकेट्स घेतल्या आणि सामना ६३ धावांनी खिशाला घातला. शमीने १२.३ षटकांत २८ धावा देत ५ बळी घेतले. त्यात शेवटचे चार बळीही होते.

भारताने मालिकेतला व्हाईटवॉश टाळला. आणि शमीने सिद्ध केले, राग असू दे, पण तो मैदानावर उपयोगी पडावा.

भरत अरुण यांनी नंतर सांगितले, रागावणे ही एक गोष्ट आहे, पण तो राग तुमच्या गोलंदाजीत उतरणारे ही खरी कौशल्य आहे. या विजयाच्या पुन्हा अरुण यांनी शमीसाठी नुसत बिर्याणी आणली. त्यावर शमीने मिश्रितपणे उत्तर दिले, आधी तू मला रागावशील, आणि मग सर्व काही ठीक होईल !