

महिला एशिया कप : नेपाल पर बड़ी जीत से सेमीफाइनल में जगह बनाने उतरेगा भारत

दाढ़ब्ला (एजेंसी)। पहले दो मैच में आसन जीत से आत्मविश्वास से भरी भारतीय टीम महिला एशिया कप टी20 क्रिकेट टूर्नामेंट के शुरू होने के मानवाकार काहे होने वाले अपने अंतिम मैच में नेपाल के खिलाफ बड़ी जीत दर्ज करके सेमीफाइनल में जगह बनाने की कोशिश करेगी। भारतीय टीम ने अपने पहले मैच में पाकिस्तान को 7 विकेट से और दूसरे मैच में संयुक्त अब अमेरिका को 78 रन से हाराया था। नेपाल अपने पहले मैच में अमेरिका को ग्रुप में सफल राहा था लेकिन दूसरे मैच में उसे पाकिस्तान के लिए कर सकते करारी हार का सामना करना पड़ा था।

भारत का सेमीफाइनल में जगह बनाना तय लगा रहा है जबकि पाकिस्तान ने पिछले मैच में बड़ी जीत दर्ज करके अपने स्टेट में काफी सुधार किया है। भारतीय टीम हालांकि अब टीमों की स्थिति पर गैर करने के बजाय अपने विजय अधिकार को जारी रखने पर ध्यान देती है। उसने अपनी तक टूर्नामें में

बल्लेबाजी और गेंदबाजी दोनों विभाग में अच्छा प्रदर्शन किया है जिसे वह जारी रखने के लिए प्रतिबद्ध होगा। स्पृहित मंडाना और शेफाली वर्मा की सलामी जोड़ी ने पाकिस्तान के खिलाफ शानदार बल्लेबाजी की जीत की अपीरात के खिलाफ कसान हार्मनप्रेट कौर और रिचा घोष ने अर्थशक्तक जड़े थे।

विष्टोटक बल्लेबाज घोष ने अमेरिका के खिलाफ 29 गेंद पर 64 रन बनाए थे जिससे भारत महिला टी20 अंतरराष्ट्रीय क्रिकेट में पहली बार 200 रन का आंकड़ा छूने में सफल रहा। हरमनप्रेट ने 47 गेंद पर 66 रन बनाकर सूधार की भूमिका निभाई थी। जहां तक भारतीय गेंदबाजी का सबलाह है तो रेणुका सिंह, पूजा वस्त्राकर ने अपीरी तक शानदार प्रदर्शन किया है। यहां तक कि पिछले मैच में चोटिल काफी सुधार किया है। भारतीय टीम हालांकि अब टीमों की स्थिति पर गैर करने के बजाय अपने विजय अधिकार को जारी रखने पर ध्यान देती है। उसने अपनी तक टूर्नामें में



इंदु बर्मा की अगुआई वाली नेपाल की टीम ने अमेरिका के खिलाफ जीत से अच्छी तरह बाकिये होगी और अमरीका की थी लेकिन पाकिस्तान के सामने शुरू अंत की थी लेकिन पाकिस्तान के सामने है तो उसकी खिलाड़ियों को अपना संवर्शण उसकी एक नहीं चलती। अब उसकी टीम भारत

टीम

भारत = हरमनप्रेट कौर (कसान), स्पृहित मंडाना, शेफाली वर्मा, जेमिमा रेडिस, रिचा घोष (विकेटकीपर), उमा छेत्री (विकेटकीपर), पूजा वस्त्राकर, दीपि शर्मा, अरुंधति रेही, रेणुका सिंह, डी हेमलता, आशा शोभना, राधा यादव, तनुजा कंवर, सजना सिंहवान।

नेपाल = इंदु बर्मा (कसान), काजोल श्रेष्ठ, रुबीना छेत्री, सबनम राय, सीता राणा मारा, राजमती ऐरी, पूजा महोरा, बिंदु रावल, रोमा थापा, ममता चौधरी, कविता जोशी, कविता कुम्वर, डाँली भट्टा, कृतिका मरसिनी, समझाना खड़का।

लखनऊ सुपर जायंट्स छोड़कर आरसीबी जा सकते हैं राहुल



मार्क्झेट (एजेंसी)। आईपीएल फैंचाइजी लखनऊ सुपर जायंट्स के कसान के एल राहुल आज तक सत्र में किसी और टीम से खेलते हुए दिख देसे भारतीय खिलाड़ी की तलाश है, जो सकते हैं। इसका कारण ये है कि राहुल कसान कर सके। आरसीबी आज तक और लखनऊ सुपर जायंट्स प्रबंधन में मतभेद गहरा गया है एक रिपोर्ट कोहली के बाद दक्षिण अफ्रीका के अनुसार पिछले सत्र में जिस प्रकार से एक रिपोर्ट के अनुसार इन्होंने खेलना चाहती थी। इसने एक नहीं चलती है। उसने अपनी तक टूर्नामें में

एक रिपोर्ट के मुताबिक राहुल रंगेताल फैंचाइजी लखनऊ सुपर जायंट्स के कसान के एल राहुल आज तक सत्र में किसी और टीम से खेलते हुए दिख देसे भारतीय खिलाड़ी की तलाश है, जो सकते हैं। इसका कारण ये है कि राहुल कसान कर सके। आरसीबी आज तक और लखनऊ सुपर जायंट्स प्रबंधन में मतभेद गहरा गया है एक रिपोर्ट कोहली के बाद दक्षिण अफ्रीका के अनुसार पिछले सत्र में जिस प्रकार से जानती है। एस में अब वह राहुल को कसान बनाना चाहती है। एस में अब वह राहुल को कसान बनाना चाहती है। 2022 में बिट्टे ने लिव समय के बाद आरसीबी आज तक की कसान बनाना चाहती थी और उसके बीच आरसीबी बात दुलेसी टीम के नए कप्तान बने थे पर बहुत दूरी थी। बत लगा था उसकी बात दुलेसी टीम के देखते हुए प्रबंधन अब किसी व्यक्ति के बाद दक्षिण अफ्रीका के अनुसार एक नहीं चलती।

राहुल 2022 में टीम से जुड़े थे और तब से उसने टीम को बढ़ाव दिया। 2022 में बिट्टे ने लिव समय के बाद आरसीबी आज तक की कसान बनाना चाहती है। 40 वर्षीय फाफ जादा समय तक टैम्पेली का कसान बनाना चाहती है। एस में अब वह राहुल को कसान बनाना चाहती है। 40 वर्षीय फाफ जादा समय तक टैम्पेली का कसान बनाना चाहती है। एस में अब वह राहुल को कसान बनाना चाहती है।

शाकिब का भारत दौरे पर आना संदिग्ध

दाका। बांगलादेश के रिपन ऑलराउंडर शाकिब अल हसन का इस साल सितंबर-अक्टूबर में होने वाले भारत दौरे में खेलना तय नहीं है क्योंकि उन्होंने कार्यकारी बैहद यात्रा है। बांगलादेश को 19 सितंबर से 12 अक्टूबर तक भारत के खिलाफ दो टेस्ट और तीन टी20 मैच खेलने हैं, जिसके में जग्नान शाह बैहद, कानुपुर, धर्मशाला, नई दिल्ली और हैदराबाद होंगे। वहां शाकिब को 5 जुलाई से अमेरिका के बाल्टिमोर नहीं कहा रहा। उसने एक बात दूलेसी टीम के नए कप्तान बनने पर बहुत दूरी थी। उसने एक बात दूलेसी टीम के नए कप्तान बनने पर बहुत दूरी थी। उसने एक बात दूलेसी टीम के नए कप्तान बनने पर बहुत दूरी थी।

किसी सबल का आपको इससे अधिक स्पष्ट जवाब नहीं मिल सकता। वही नहीं अब कसान के चबाल में नेतृत्वकालीन होनी वाली खिलाड़ियों से प्रबंधन इन दोनों को कहा रखना चाहता है। एस कासन चाहते हैं जो सभी मैच खेलने की अधिक संभावना रखता है।

किसी सबल का आपको इससे अधिक स्पष्ट जवाब नहीं मिल सकता। वही नहीं अब कसान के चबाल में नेतृत्वकालीन होनी वाली खिलाड़ियों की राय भी मार्गी रखेगी। अपारकर के जबाबदारी नहीं है। अपारकर के जबाबदारी नहीं है। एस कासन चाहते हैं जो अपने दोनों टीमों द्वारा देखते हुए देखना चाहता है।

गधर्व ने कहा, 'रोहित शर्मा और विराट कोहली अब केवल दो प्राप्तु में खेलने, मुझे उमीद है कि वह अधिक से अधिक मैच खेलने के लिए उपलब्ध होंगे। उन्होंने एक बात दूलेसी टीम के लिए कार्यकारी प्रबंधन में अधिक से अधिक मैच खेलने के लिए अलग नियम होंगे।'

गधर्व ने कहा, 'रोहित शर्मा और विराट कोहली अब केवल दो प्राप्तु में खेलने, मुझे उमीद है कि वह अधिक से अधिक मैच खेलने के लिए उपलब्ध होंगे। उन्होंने एक बात दूलेसी टीम के लिए कार्यकारी प्रबंधन में अधिक से अधिक मैच खेलने के लिए अलग नियम होंगे।'

गधर्व ने कहा, 'रोहित शर्मा और विराट कोहली अब केवल दो प्राप्तु में खेलने, मुझे उमीद है कि वह अधिक से अधिक मैच खेलने के लिए उपलब्ध होंगे। उन्होंने एक बात दूलेसी टीम के लिए कार्यकारी प्रबंधन में अधिक से अधिक मैच खेलने के लिए अलग नियम होंगे।'

गधर्व ने कहा, 'रोहित शर्मा और विराट कोहली अब केवल दो प्राप्तु में खेलने, मुझे उमीद है कि वह अधिक से अधिक मैच खेलने के लिए उपलब्ध होंगे। उन्होंने एक बात दूलेसी टीम के लिए कार्यकारी प्रबंधन में अधिक से अधिक मैच खेलने के लिए अलग नियम होंगे।'

गधर्व ने कहा, 'रोहित शर्मा और विराट कोहली अब केवल दो प्राप्तु में खेलने, मुझे उमीद है कि वह अधिक से अधिक मैच खेलने के लिए उपलब्ध होंगे। उन्होंने एक बात दूलेसी टीम के लिए कार्यकारी प्रबंधन में अधिक से अधिक मैच खेलने के लिए अलग नियम होंगे।'

गधर्व ने कहा, 'रोहित शर्मा और विराट कोहली अब केवल दो प्राप्तु में खेलने, मुझे उमीद है कि वह अधिक से अधिक मैच खेलने के लिए उपलब्ध होंगे। उन्होंने एक बात दूलेसी टीम के लिए कार्यकारी प्रबंधन में अधिक से अधिक मैच खेलने के लिए अलग नियम होंगे।'

गधर्व ने कहा, 'रोहित शर्मा और विराट कोहली अब केवल दो प्राप्तु में खेलने, मुझे उमीद है कि वह अधिक से अधिक मैच खेलने के लिए उपलब्ध होंगे। उन्होंने एक बात दूलेसी टीम के लिए कार्यकारी प्रबंधन में अधिक से अधिक मैच खेलने के लिए अलग नियम होंगे।'

गधर्व ने कहा, 'रोहित शर्मा और विराट कोहली अब केवल दो प्राप्तु में खेलने, मुझे उमीद है कि वह अधिक से अधिक मैच खेलने के लिए उपलब्ध होंगे। उन्होंने एक बात दूलेसी टीम के लिए कार्यकारी प्रबंधन में अधिक से अधिक मैच खेलने के लिए अलग नियम होंगे।'

गधर्व ने कहा, 'रोहित शर्मा और विराट कोहली अब केवल दो प्राप्तु में खेलने, मुझे उमी



पेजबॉय हेयर स्टाइल 1950 के दशक में विकसित और लोकप्रिय हुआ था, ये ऐतिहासिक रूप से अंग्रेजी पेजबॉय द्वारा पहना जाता था, जिससे कि इस हेयर स्टाइल का नाम पड़ा। 1950 के दशक में कई प्रमुख फ़िल्म अभिनेत्रियों ने पेजबॉय हेयर स्टाइल रखा था और कई फैशनेबल महिलाओं ने भी अपनाया था।

आप लगें जरा हटके पेजबॉय स्टाइल

पेजबॉय हेयर स्टाइल एक तरह का हेयरकट है, जो सीधे, मध्यम और लंबे बालों के लिए तैयार किया गया है। पेजबॉय हेयर स्टाइल में बाल को कान की नीचे से कटा जाता है, जहां इसे अंदर की तरफ कर्ल किया जाता है, जिससे अंदर की तरफ कर्ल किया जाता है। ये विशेष पेजबॉय हेयर स्टाइल के साथ भी उभयनामक पेजबॉय कांटार द्वारा परतों के साथ बनाये थे, बजाय वलासिक सीधे, पलटे पेजबॉय के साथ जोड़ कर।

एक अच्छी तरह से कटा गया पेजबॉय हेयर कट आसानी से संभाला जा सकता है। 1950 के दशक में यह एक नुकीला, स्टाइलिश लुक था, जो महिलाओं को अकर्तव्यित करता था। किसी भी हेयर स्टाइल के साथ, पेजबॉय में कई सारे बदलाव संभव हो सकता है, कुछ इनमें से वास्तविक हेयर स्टाइल से अलग दिखते हैं। नरम लुक से लिए कुछ स्टाइलिस्ट पेजबॉय में बालों को हल्के से कर्ल करते हैं, जिससे कि एक वेप हेयर स्टाइल बन सके, जिन लोगों के स्वाभाविक रूप से लहराते बाल होते हैं, वो भी पेजबॉय कट को अपनाते हैं। अन्य स्टाइलिस्ट अधिक संरचनात्मक पेजबॉय कांटार द्वारा परतों के साथ बनाये थे, बजाय वलासिक सीधे, पलटे पेजबॉय के साथ जोड़ कर।

पेजबॉय हेयर स्टाइल का लुक चेहरे पर बहुत अच्छी तरह से सेट होता है, खासकर अगर चेहरे पर थोड़ा सा मेंटअप कर लिया जाए, तो ये और भी उत्तम लगते हैं। पेजबॉय आमतौर पर देखा जाता है, हालांकि कई अभिनेत्रियों को फ़िल्मों में पेजबॉय लुक की वजह से काम मिला है। पेजबॉय हेयर स्टाइल इस सलाह की वजह से उपयोग किया गया, जिससे कि बाल को मोल और चमकदार बने।

यदि आप पेजबॉय हेयर स्टाइल का विचार कर रहे हैं, तो आप एक छवि के लिए खोज पर विचार कर सकते हैं, जिससे कि आप को एक सटीक हेयर स्टाइल मिले। हालांकि पेजबॉय एक बहुत ही बुनियादी हेयर स्टाइल है, अगर आप उस पर बदलाव कर रहे हैं और आप की अपनाई जाने वाली शैली का स्पष्ट होना जरूरी है। कई हेयरइंडेसर के पास हेयर स्टाइल की किंतवें होती है, जिससे आप विशेष मॉडल की तरह अपने बालों को काटने का अनुरोध कर सकते हैं। बालों को कटवाते समय सचार महत्वपूर्ण है, इसके द्वारा ही आप समझा सकते हैं कि आप को किस तरह एक विशेष हेयर स्टाइल काहिए।

आपने स्पष्ट किया है कि घर को खट्टीदाना हर किसी के लिए बड़ा रोमांचकारी अहसास होता है। लेकिन इस खुट्टी में कहीं आप अपने होमलोन को नजरअंदाज तो नहीं कर रही हैं। होमलोन लेते वक्त इन बातों का ध्यान रखेंगी तो कई प्रेशनियों से बच सकेंगी। हमेशा याद रखें कि होमलोन जंगल के एक शेर की तरह होता है, जो हर माह आपकी सैलरी का आधे से अधिक हिस्सा सालों तक खाता रहता है।

प्री पेमेंट पेनल्टी

यदि आप अपने लोन का समयावृत्त निपटन करना चाहती हैं तो इसके लिए प्री पेमेंट पेनल्टी कर्लॉज होता है, जिसमें आप अपना लोन एक बार में पूरी रकम देते हैं। कुछ बैंक यह पेनल्टी नहीं लेते हैं लेकिन कुछ बैंक परिशेष्यों के अनुसार इसे चार्ज करती है। उदाहरण के तौर पर यदि आप सर्टी ऋण दर के कारण फिरी देना चाहती हैं और पहले बैंक का लोन प्री पेमेंट के जरिए बुकाना चाहती है तो इसके लिए वह बैंक जिससे आपने पहले लोन लिया है, आप पर भारी पेनल्टी लगा सकती है।

जब लेना हो होमलोन

लोन एपीमेंट करने से पहले उसमें दर्ज हर एक बिंदु पर बारोंकी से नजर डालें और उसे अच्छी तरह समझने के बाद ही आखिर में उस पर हस्ताक्षर करें।

रेट ऑफ इंटरेस्ट

इंटरेस्ट लिए गए लोन पर व्याज आपको हर महीने इंटरेस्ट में साथ देना होता है। रेट ऑफ इंटरेस्ट समान्यतः दो प्रकार के होते हैं, एक फिक्स्ड और दूसरा फ्लोटिंग। इन दिनों फ्लोटिंग रेट का प्रचलन अधिक है। यहां एक अन्य दर भी प्रचलन में आई है, जिसे हम टीजर लोन कहते हैं, इसमें कुछ सालों के लिए व्याज दर सर्ती होती है।

बेस रेट में बदलाव

बेस रेट में कई बार बदलाव होते हैं। यह प्रत्येक बैंक के इंटरेस्ट पैरामीटर्स और आरबीआई द्वारा रेपो व रिवर्स रेपो रेट में बदलाव पर आधारित होता है। बैंक बेस रेट से नीचे कर्भी ऋण नहीं देता है। किसी बैंक के लिए बेस रेट एक बहुत ही महत्वपूर्ण हिस्थिर होता है और इसमें मार्केट के डीशन के हिसाब से बदलाव होते हैं। उपरोक्त बेस रेट में बदलाव आने से इंटरेस्ट रेट में बदलाव आने के प्रभाव होता है।

रिसेट क्लॉज

फिक्स्ड इंटरेस्ट रेट मासले में सामान्यतः रेट फिक्स्ड ही होता है, लेकिन यहां एक रिसेट क्लॉज है, जिसकी मद्दत से आप बैंक को एक निश्चित अवधि के दौरान अपने फिक्स्ड रेट को बेस रेट के लिए अपने अपने बैंक रेट के अनुसार बदलाव करने के लिए कह सकती है।

सुरक्षा कवर

जब प्रॉपर्टी की कीमत तेजी से नीचे गिरती है तो बैंक सिक्युरिटी कवर के बैलॉज द्वारा आपसे एडिशनल

सिक्युरिटी की मांग कर सकते हैं। यदि आप नियमित रूप से अपनी ईएमआई का भुगतान करती हैं तो आप बैंक की इस डिमांड को नकार भी सकती है। लेकिन बर्तमान समय में यदि आप अपने लोन अमाउंट के अलावा सिक्युरिटी कवर देने में सक्षम नहीं हैं तो हो सकता है कि बैंक आपको डिफॉल्टर घोषित कर दे।

वैलॉज को समझें

यदि रखें कि कर्जदार हमेशा कम से कम महीनी दर पर लोन लेना चाहता है, जबकि बैंकों का लक्ष्य ऋण से लाभ कमाना होता है। हम आगे इही वैलॉज के बारे में डिसक्षण करें।

टीजर लोन फीचर्स

टीजर लोन में पहले आपको कम इंटरेस्ट देना होता है और बाद में यह मार्केट रेट के बदलाव से बदलता है। यदि आपने लोन की पूरी समयावधि तक दिए जाने वाले इंटरेस्ट रेट को अच्छी तरह समझ लिया है। यह अधिकारी की इमार्ट अगले एक से तीन वर्ष की इंटरेस्ट देखते हैं और इसके अलावा प्रॉफेरेंस रेट के लिए वाले देखते हैं। यहां एक अन्य दर भी है कि लोन शुरू होने के तीन से पांच साल बाद की ईएमआई पर फैलाव लोन देखते हैं।

फ्लोटिंग रेट लोन

रिजर्व बैंक द्वारा बदला दिए गए दर के आधार पर बैंक फ्लोटिंग इंटरेस्ट रेट के लिए बैंक द्वारा देखते हैं, लेकिन आरबीआई द्वारा रेट घटाने पर बैंक इंटरेस्ट रेट घटाने में रुचि नहीं दिखते।

फिक्स्ड रेट लोन

लोन की पूरी अवधि के दौरान फिक्स्ड रेट में कोई बदलाव नहीं होता है। मार्केट कीवीशन के हिसाब से फिक्स्ड रेट को रिसेट करने के लिए बैंक एक वैलॉज भी यहां तालते हैं और इसके अलावा दो और यह बात की व्यापक अवधि के दौरान फिक्स्ड रेट को रिसेट करने के लिए बैंक एक वैलॉज भी यहां तालते हैं। इस बात का व्यापक अधिकारी है कि यह अपने अपने बैंक से चर्चा कर लाभ उठा सकती है।

- अपनी जरूरत के हिसाब से प्रभावी इंटरेस्ट रेट के आधार पर पहले एक रफ एस्टीमेट बना ले और यह देखें कि आप लंबी अवधि तक इसे आसानी से बदल कर सकती है या नहीं। टीजर लोन आपके काफ़ी लाभ देता है।
- बेस रेट में कमी आपने बैंक अपने इंटरेस्ट रेट में भी कमी लाते हैं, लेकिन बैंक यह सुविधा केवल नए लोन लेने वालों को ही देते हैं। इस पर आरबीआई ने फिर से सभी बैंकों से कहा है कि यह लाभ पुराने ग्राहकों को भी समान रूप से मिलना चाहिए, इस बिंदु पर भी आप अपने बैंक से चर्चा कर लाभ उठा सकती हैं।
- अंतिम लेकिन सबसे खास बात यह है कि आप बैंक से जो भी बात करें, वह पूरा लिखित में होना चाहिए।

जिम की ओर बढ़ता महिलाओं का रुझान



करके पैसा कमाते हैं और यहां पैसा देकर मेहनत करती है। पिछले दो साल से मैं रेंगूल जिम आ रही हूं। इसीलिए शयद मैं अपने आप को हमेशा फिट महसूस करती हूं।

आत्मविश्वास पर सकारात्मक असर: दिलचस्प बात है कि जिम जाने वाली महिलाएं न केवल शरीरिक रूप से फिट दिखाई देती हैं, बल्कि वे मानसिक रूप से भी कहीं ज्यादा फिट जरूरी हैं। ज

