

I ɸjka dk ikyu i k'sk.k

dsvkj-; kno , oa oh-dsi kyhoky
i 'kq i k'skkgkj foHkkx
pk'skjh pj.k fl ɸj gfj ; k.kk df" k fo' ofo | ky;
fgl kj&125004

Hkkjro"lz ea I ɸj ikyu dk fo'k'sk eglo gA I ɸj ikyu ; gk; ds xkeh.k tutkrh;
I epk; dh I kekftd o vkfFkzd n'kk I ɸk'k'us ea egloiwkz Hkkfedk vnk dj I drk gA ijUrq vHkh
rd ; g m | ksx gekjs ; gk; f'k'kq volLFkk ea gA vl; i 'kq/ka dh rgyuk ea I ɸjka dh I ɸ; k ea dkbz
egloiwkz of) ugha gks i kbz gA

exhiz dk ekd vf/kd egaxk gksus ds dkj.k gj vkneh bl dk iz ksx ugha dj I drkA I ɸj
gh , d , d k i 'kq gS tks Hkkstu ea ekd dh bl c<fh gPz t: jr dks de ykxr I sijk dj I drk
gA I ɸj ekd ds mRiknu ij [kpZ Hkh T; knk ugha djuk i MfKA
I ɸj ikyu dk eglo

Hkkjrh; xkeh.k thou ea , d cgr cMk fu/kZu o fi NMk oxZ tks cgeW; xk; ka vksj HkA ka
dks u iky I dkj ml us I ɸj dks viuk I g&/kalk cukdj ml s viuh vfrfjDr vk; dk I k/ku
cuk; kA fpjdky rd ; g /kalk vkfFkzd : i I s detkj oxZ rd I hfer jgus ds dkj.k mi s{kr
jgk vksj bl dh ixfr dh vksj dkbz /; ku ugha fn; k x; kA fdUrq nsk dh fujUrj c<fh gPz
tul ɸ; k ds I kFk&I kFk c<fh gPz [kk | I kexh dh ekax vksj ml I s Hkh tkuro ikvhu; ɸr inkFkA
dh ekax us tul k/kj.k dks I ɸj&iky dh vksj vkdf"kr fd; k gA vkfFkzd : i I s bl tkfr dh
dN fo'k'skrk, a gA tS s &

- 1- rhoz c<ekj
- 2- vPNh [kk | ifjorZu {kerk
- 3- Nks/k oalkoyh o)Zu dky
- 4- vf/kd iztuu'khyrk

bu fo'k'skrk vka dks /; ku ea j [krs gq vkfFkzd nf"V I s ; g , d ykHknk; d /kalk gSftI ea
vf/kd imh ugha yxkuh i MfKA

vkerkj ij xkpa ea I ɸjka dks tgka pkgs pjus NkM+fn; k tkrk gA bl I s mlga i kS"Vd
[kjkd ugha feyrhA bl I s mudk LokLF; Hkh vPNk ugha jgrk vksj ekd Hkh vPNk ugha gkrk gA
vkerkj ij xkpa ea ik, tkus okys nskh I ɸj dk <kbz I ky dh mez ea 70&80 fdyks otu gkrk
gS tcf d ; fn I gh [kjkd nh tk, rks ; g otu 8 eghus dh vk; qea gh gks I drk gA

gjk pjkk ; k gjh ?kkI pjkus l s l qj dks nkuk de f[kykuk i M-rk gA l qj mRi knu dk
75 ifr'kr l s vf/kd 0; ; [kjk d ij gkrk gA [kjk d ij gkus okys 0; ; dks U; ure djus l s gh
l qj mRi knu ykHkin /kdkk gks l drk gA vkt dy cktkj ea l qj ds ekd dh cgr ekak gS
D; khd eqhZ dk ekd cgr egakk gS rFkk gj vkneh bl s [kjh ugha i krk] bl fy, jk'ku l Lrk o
l rfy gksuk pfg,] tks fd 'kjhj dks t: jr ds vko'; d rlo inku dj l dA 'kjhj dh
t: jr ds fy, vko'; d iks/hu mez o Hkkj ds fgl kc l s i kr gksuk pfg, A , d l qj ds Nks/s
cPpsftl dh mez 2&3 l lrg gS ds fy, 18-0 ifr'kr] 4 l s 6 l lrg ds fy, iks/hu 16 ifr'kr
o l kr l lrg l s c; kar rd 14 ifr'kr iks/hu feyuh pfg, A

vko'; d vkgkj rlo

1- i kuh % 'kjhj ea i kuh dh ek=k dkQh gsrh gA 'kjhj ea i kuh dh vko'; drk Hkstu dks
i pkus vkfn f0; k ea , oa eyew o vl; vuko'; d inkFkk dks 'kjhj l s ckgj fudkyus ds dke
vkrk gA

2- dkckjkbM/V % bl dh vko'; drk [kjk d ea bl fy, gsrh gS fd ; g 'kjhj ea 'kfdR
vks 'kjhj dk rkieku cuk, j [krk gA vf/kd ek=k ea nus l s ; g pchZ ea ifjofr' gks tkrk gA
; g /; ku j [kus ; k; ckr gS fd tks nkuk fn; k tk, ml ea Qkbcj 5&7 ifr'kr l s vf/kd u gka

3- iks/hu % bl dh vko'; drk c<fs gg tkuojka ds 'kjhj ea ekd cukus ds fy, gsrh
gA iks/hu ea 16 ifr'kr rd ukbVktu dh ek=k gsrh gA LVkj jk'ku ea bl dh ek=k 22&24
ifr'kr rd gsrh gA

cSul Znkk nus okyh l qj h] X; kHku l qj h dks 14&15 ifr'kr rd iks/hu dh vko'; drk
gsrh gA

4- pchZ , oa rsy % Hkstu ea bl dh vko'; drk 'kjhj dk rkieku cuk, j [kus o 'kjhj
dks 'kfdR inku djus ds fy, gsrh gA vf/kd ek=k ea nus l s ; g 'kjhj ea pchZ ds : i ea tek
gks tkrk gA Hkstu ea pchZ dh ek=k nkus ea 1 l s 1½ ifr'kr rd dkQh gsrh gA

5- feujYl ¼/kr¼ % 'kjhj ea bl dh l cl s vf/kd vko'; drk gA dSY'k; e ¼puk½ o
QkLQkj l tks fd gfMM; ka ds cuu&c<us ea vko'; d gA ykgk 'kjhj ea [ku cukus ea dke vkrk
gA ykg dh deh l s fi xyV , uhfe; k gks tkrk gA

6- foVkfell % bl dh Hkh l qj ds Hkstu o nkus ea cgr vko'; drk gA budh vf/kd
vkok'; drk rc gsrh gS tcf d mlga gjk pjkk ugha fn; k tkrk gS ; k , d s LFku ea j [kk tkrk gS
tgk; mlga /ku ugha yxrh gka foVkfeu ch 'kjhj ds l LFku , oa c<erjh ds fy, vko'; d gA

'kudj ds fy, fefJr vkgkj

| vkgkj | cM: tkuojka ds fy, ¼i fr'kr½ | c<us okys 'kudjka ds fy, ¼i fr'kr½ | Nk&s cPpka ds fy, ¼i fr'kr½ |
|------------------------|------------------------------|------------------------------------|-----------------------------|
| eDdk | 30 | 35 | 40 |
| pkoy dh Hk& h | & | & | 30 |
| pkoy dh Hk& h rsy jfgr | 50 | 40 | & |
| [ky rsy okyh | & | 20 | 20 |
| rsy jfgr [ky | 15 | & | & |
| ehV ehy | 3&5 | 4 | 3&5 |
| Vh , e- | & | 200 xte | 25 xte |
| foVkyM | & | 90 xte | 90 xte |

nkuk nus dk l e;

l qj , d , d k tkuoj gSftl ds nkus dk dk& l e; ugha g& Nk&s cPps ds i kl nkuk gj l e; jguk pkfg, A nkuk nus dh ek=k fuEu gks %

| | |
|------------------------------------|-------------|
| 1&2 eghus rd | vk/kk fdyks |
| 3&4 eghus rd | 1-25 fdyks |
| 5&6 eghus rd | 2-00 fdyks |
| X; kfkku l qjh , oa uj 'kudj | 2-50 fdyks |
| l qjh ftl ds cPps gka o nll ij gks | 3-00 fdyks |

Hkstu rlo ftuea i k&hu vf/kd ek=k ea gksh g&

1- fQ'k ehy % bl ds fy, 0gkbV fQ'k ehy dke ea yk; k tk l drk g& bl ckr dk /; ku j [ka fd bl ea rsy dh ek=k 5 ifr'kr l s vf/kd ugha gksuh pkfg, A ; g gYds Hk&s j& dk gksh g& nkusea bl s 10 ifr'kr rd dh ek=k ea feyk; k tkrk g&

2- ehV ehy % bl s fQ'k ehy dh txg dke fy; k tk l drk g& bl dh ek=k nkus ea 10&15 ifr'kr rd gksuh pkfg, A ehV ehy ea gfMM; ka dh otg l s i k&hu 50&60 ifr'kr rd de gks tkrk g& o s ; g QkLQkj l o ds Y'k; e dh deh dks nij djrk g&

3- emQyh dh [ky % ; g 'kkdkgkj i k&hu g& fQ'k ehy dh txg dke ea yk; k tkrk g&

4- l e o eVj dk nkuk % ; g 'kkdkgkj i k&hu g& bl ea i k&hu dh ek=k mruh gh gksh gSftruh dh eka kgkj i k&hu ea

nkus ds dke vkus okys rlo ftuea dkkkM/ vf/kd ek=k ea o Qkbcj de ek=k ea i k; s tkrk gA

1- tks dk nkuk % chfMx LVkd o cPpk ea 45 ifr'kr dh ek=k l s bl s l qjka dks ek/k djusea 80 ifr'kr rd dke ea ykbl tkrk gA

2- eDdk dk nkuk % bl nkus dks 15&20 ifr'kr rd nuk pkfg, A vf/kd ek=k ea nus l s ekd eyk; e o vf/kd fpduk gkrk gA

3- xgn dk nkuk % ; fn mi yC/k gks rks 15&30 ifr'kr rd dh ek=k ea dke ea yuk pkfg, A

fofHku vk; q ds l qjka ds fy, fuEufyf[kr nkus ds feJ.k l Qyrki d iz; kx fd; k tk l drk gS%

| [kk inkFKZ | ek=k fdykske i fr fdyks | | | nqkk: l qfj; ka |
|--|-------------------------|----------------------|----------------|-----------------|
| | c<krjh okys l qj | ekd gsrq r\$ kj l qj | xh"edkyhu l qj | |
| eDdh nyh gpl | 52-0 | 50-0 | 52-0 | 51-0 |
| tk@tb@Tokj | 22-0 | 19-0 | 19-0 | 23-0 |
| xgn dk pkdj@ pky i ksy l @ l kh fj tdk | 5-0 | 15-0 | 15-0 | 10-0 |
| ekQyh dh [ky | 13-0 | 11-0 | 7-0 | 2-0 |
| eNyh pj k | 6-0 | 3-0 | 5-0 | 6-0 |
| gMMh dk pj k | 0-5 | 0-5 | 0-5 | 0-5 |
| puuk i RFkj | 0-5 | 0-5 | 0-5 | 0-5 |
| [kfut feJ.k | 0-5 | 0-5 | 0-5 | 0-5 |
| l k/kj .k ued | 0-5 | 0-5 | 0-5 | 0-5 |
| foVfku feJ.k | 30 xte | 30 xte | 30 xte | 30 xte |
| vkj k d 20, | 25 xte | 25 xte | 25 xte | 25 xte |
| i k/hu W; ure i fr 1/2 | 16-0 | 14-0 | 14-0 | 14-0 |

, d l qjh , d l ky ea nks ckj cPps tu l drh gS D; kd l qjh dk xHkZky 116 fnu dk gkrk gA l qjh , d ckj ea 8&9 cPps turh gA , d cPpk 6 ekg dh vk; q ea djhc 800&1000 #i; s dk fcd tkrk gA bl izkj l qj ikyu nfy oxl ds mRFku ds fy, fo'kSk mi; kxh gA

&&