







ব্যবহারক্ষম

হ্রেফারফম

ব্যবহারক্ষম

## জীবন বদলে স্বাস্থ্যকর অভ্যাস

বিশেষ করে সুসাহস্র সবাই কাম্য।

সুস্থ জীবনের জন্য চাইলেই আপনি কয়েকটি অভ্যাস রাখতে নিতে পরেন। বছরের শুরু থেকেই এই অভ্যাসগুলো চর্চা করলে আপনার জীবন হয়ে উঠের সুন্দর, স্বাস্থ্যকর ও গতিময়। কমে যাবে জটিল রোগের ঝুঁকি।

চলুন জেনে নিই নতুন বছরের

স্বাস্থ্যকর ১০টি অভ্যাস— নতুন

বছরে খাদ্যাভ্যাসে সংযত হন,

ওজন কমান। জীবন হতে

গতিময়। মনে রাখতেন শুন্দমাত্র

ওজন কমাইয়ে আপনিকে নিশ্চিন্তে

বেশ কিছু জটিল রোগের প্রকোপ

তেরে বেঁচে থাকতে পারেন।

মনে রাখতেন, ধূমপান মৃত্যুর

কারণ। এই বছরে প্রতিদিন একটু

একটু করে ধূমপান পরিত্যাগ

করলে। ধূমপান ত্যাগ করতে

আপনার সিদ্ধান্ত রখাতে রাতে

ঠিকমতো ঘূর্ণ না হলে আপনার

চাপ বাড়ে। দিনের বেলায়

কাজকর্মে গতি পাওয়া যাব না।

বরং এক দরবারের নির্বিশ্বাস কাজ

করে। মানসিক সুস্থিরতা ও

কর্মক্ষমতা আটো রাখতে

প্রতিদিন

নির্বিশ্বাস সময়ে ঘুমোতে

কাজ করলেন। বই হোক

বিশেষ করে কমাস্তেলো সংযোগ হবার

সুন্দর স্বাস্থ্যকর সুস্থিরতা প্রাপ্ত হন।

বাস্তু ঘুমানোর আগে দশমিমিতি

পাশাপাশি পরিবারিক বৈধনও দৃঢ়

বই গভুর। এতে ঘূর্ণ ভালো

হবে এতে। কম্পিউটার ও স্মার্ট



থেকে উঠলেন, প্লাথান করলেন এবং হয়ে, সচল থাকবে আপনার ফেনের ব্যবহার করিয়ে আনল। মন্ত্রিক আধুনিক জীবনের প্রতিক্রিয়াত্ত্ব এভিয়ে একাত কিছু সময় নিজের জন্য রাখব। নিজের মত করে কিছু সময় উপর্যুক্ত করলেন। এতে আপনার আর্থিক প্রাণ বাড়বে। সব সময় জলে বেতাল সাথে রাখবন। সুস্থ থাকতে প্রতিদিন অস্ত দুর্ঘ থেকে তিনি লিটার লপান করলেন। সর্বোপরি হাস্যুন, ভালবাসুন ও খেঁস গলা মেটে উঠলেন। দুর করলেন একাকীভু, ক্লিন্ট ডিপ্রেশন।

হয়ে, সচল থাকবে আপনার ফেনের ব্যবহার করিয়ে আনল। মন্ত্রিক আধুনিক জীবনের প্রতিক্রিয়াত্ত্ব এভিয়ে একাত কিছু সময় নিজের জন্য রাখব। নিজের মত করে কিছু সময় উপর্যুক্ত করলেন। এতে আপনার আর্থিক প্রাণ বাড়বে। সব সময় জলে বেতাল সাথে রাখবন। সুস্থ থাকতে প্রতিদিন অস্ত দুর্ঘ থেকে তিনি লিটার লপান করলেন। সর্বোপরি হাস্যুন, ভালবাসুন ও খেঁস গলা মেটে উঠলেন। দুর করলেন একাকীভু, ক্লিন্ট ডিপ্রেশন।

## সকালবেলার মুখের দুর্গন্ধি দূর করা যাবে প্রোবায়োটি

সকালের রোগ চোখে ছুইয়ে খুব

চনমেন একটা মান নিয়ে ঘূর্ণ থেকে

উঠলেও সহজেই এত সুন্দর

সকালটা মাতি সহজে পারে

আনন্দের একটি মাত্র করেন।

আর সেটি হচ্ছে ঘূর্ণের দুর্গন্ধি। শুধু

কিন্তু সকালটা মাতি হওয়া

এই অ্যাট্যোড্রেসে একটি মুখের





A decorative horizontal border at the top of the page. It features stylized black figures of people in various poses, some holding objects like a shield or a spear. To the left of these figures are large, bold, traditional Korean characters. The entire border is set against a white background.

## ১৪০ কেজি ওজনের ক্রিকেটার ভেঞ্চে দিলেন ১১৭ বছরের রেকর্ড

লন্ডন।। ১১৭ বছর পুরনো রেকর্ড। ভারতের বিরদে অভিযোক টেস্ট ম্যাচে নেমে সেই রেকর্ড ভেঙে দিলেন ১৪০ কেজি ওজনের ক্যারিবিয়ান ক্রিকেটার। টেস্ট তিনি প্রথম উইকেট পেয়েছেন ঢেকেশের পুজারার। ভারতীয় টেস্ট স্পেশালিস্টকে আউট করে বেজায় খুশি রাখিম কর্ণওয়াল। অভিযোক ম্যাচে আবার তিনি দুটি দুর্দান্ত ক্যাচও নিয়েছেন। কিন্তু এসব কিছু ছাপিয়ে তিনি আরও একটি রেকর্ড ভেঙেছেন। এতদিন পর্যন্ত হেভিওয়েট টেস্ট ক্রিকেটার হিসাবে নাম ছিল অস্ট্রেলিয়ার ওয়ারউইক আমস্ট্রংয়ের। তাঁর ওজন ছিল প্রায় ১৩৯ কেজির কাছাকাছি। ১৯০২ সালে তাঁর টেস্ট ক্রিকেটে অভিযোক হয়েছিল। ১৯২১ সাল পর্যন্ত তিনি খেলেছিলেন। সেই আমস্ট্রংয়ের জায়গায় এখন হেভিওয়েট টেস্ট ক্রিকেটার হয়েছেন কর্ণওয়াল। তাঁর ওজন প্রায় ১৪৩ কেজি। উচ্চতা ছয় ফুট পাঁচ ইঞ্চি। ওয়েস্ট ইন্ডিজের ঘরোয়া ক্রিকেটে কর্ণওয়ালের রেকর্ড বেশ ভাল। মূলত অফ স্পিনার হিসাবে দলে জায়গা পেয়েছেন

কর্ণওয়াল। তবে প্রয়োজনে তিনি ব্যাটিংটো খারাপ করেন না। ৫৫টি  
প্রথম শ্রেণির ম্যাচে ২৬০টি উইকেট পেয়েছেন কর্ণওয়াল। ব্যাট হাতে  
করেছেন ২২৪৮ রান। ক্যারিবিয়ান দ্বীপপুঁজের ছোট গ্রাম লিবের্তার্য জন্ম  
তাঁর।  
এক সময় এই গ্রাম ক্রীতদাসদের প্রাম নামে পরিচিত ছিল। এখন সেখানে  
হাজার তিনেক লোকের বাস। কর্ণওয়ালের ডাকনাম জিম্বো। ১৬ বছর  
বয়সেই ১২৫ কোজি ওজন ছিল তাঁর। তবে ছেট থেকেই ভাল ক্রিকেট  
খেলতেন তিনি। ভারি শরীর কোনওদিন তাঁর ক্রিকেট খেলার মাঝে  
বাধা হতে পারেন। অতিরিক্ত মোটাও হলেও ফিটনেস ছিল। তা ছাড়া  
অফ স্পিনার হিসাবে তাঁর স্কিল ভাল। সাবাইনা পাকে টেস্টের প্রথম  
ইনিংসে ভারতের ৪১৬ রানের জবাবে দ্বিতীয়দিনের শেষে ৮৭ রানে ৭  
উইকেট খুঁয়ে ধুকচে ওয়েস্ট ইঞ্জিজ। কর্ণওয়াল অপরাজিত রয়েছেন ৪  
রানে।

# উএস ওপেনের কোয়ার্টার ফাইনালে ফেডেরার

ভারতের টি-টোয়েন্টি দল  
থেকে বাদ এমএস ধোনি, কী  
বললেন সৌরভ গঙ্গোপাধ্যায়

-জকেভিচ-সেরেনা জমে উঠেছে ইউএস ওপেন। প্রতিযোগিতার কোয়ার্টার ফাইনালে পৌঁছলেন রজার ফেডেরার, নোভাক জকেভিচ ও সেরেনা উইলিয়ামস। দেখে নিন কাদের হারালেন টেনিসের তিন মহাত্মারকা। ফেডেরারের জয় বিশ্বের তিন নম্বর টেনিস তারকা রজার ফেডেরার একাধিপত্য নিয়েই ইউএস ওপেনের কোয়ার্টার ফাইনালে পৌঁছলেন। ইংল্যান্ডের ডান এভানসকে ৬-২, ৬-২, ৬-১ সেটে হারান সুইশ তারকা। জয়ী জকেভিচ আমেরিকার ডেনিস কুলালকে ৬-৩, ৬-৪, ৬-২ সেটে হারিয়ে ইউএস ওপেনের কোয়ার্টার ফাইনালে পৌঁছলেন বিশ্বের এক নম্বর টেনিস তারকা নোভাক জকেভিচ। প্রতিযোগিতার কোয়ার্টার ফাইনালে পৌঁছেছেন স্টান ওয়াওরিঙ্কা, ড্যানিল মেডভেদেভ। কোয়ার্টারে সেরেনা বিশ্বের আট নম্বর টেনিস তারকা সেরেনা উইলিয়ামস, কারোলিনা মুচোভাকে ৬-৩, ৬-২ সেটে হারান। ২৪তম গ্র্যান্ড স্লাম জয়ের জন্য লড়ছেন মার্কিন তারকা।

সেপ্টেম্বরে ঘরের মাঠে দক্ষিণ আফ্রিকার বিরুদ্ধে টি-টোয়েন্টি সিরিজ খেলবে ভারত। এর জন্য ঘোষিত ভারতীয় ক্রিকেট দলের বাইরে রাখা হয়েছে লেজেন্ড মহেন্দ্র সিং থেনিকে। ভারতের সর্বশ্রেষ্ঠ ক্রিকেট অধিনায়কের সঙ্গে কেন এমন করল বিসিসিআই, তা নিয়ে প্রশ্ন উঠেছে দেশের ক্রীড়া মহলে। তবে কী ভারতীয় ক্রিকেটে থেনি যুগের অবসান হতে চলেছে, এমনও জঙ্গনা উঠতে শুরু করেছে। এসবের মধ্যেই টিম ইন্ডিয়া থেকে এমএসের বাদ যাওয়া নিয়ে কী বললেন সৌরভ গঙ্গোপাধ্যায়, জেনে নিন। অবাক নন সৌরভ নির্বাচকরা মহেন্দ্র সিং থেনিকে দক্ষিণ আফ্রিকার বিরুদ্ধে ভারতের টি-টোয়েন্টি দল থেকে বাইরে রাখায় অবাক হননি দেশের সর্বকালের অন্যতম সেরা ক্রিকেট অধিনায়ক সৌরভ গঙ্গোপাধ্যায়। এমনকী তিনি থেনিকে এই দলে আশা ও করেননি বলে জানিয়েছেন মহারাজ। বলেছেন, সব কিছুই শেষ আছে। ভারতীয় ক্রিকেট ফ্যানদের সেই সত্য মানতে হবে বলেও মনে করেন

শুটিং বিশ্বকাপে ফের সোনা ভারতের, নবম অলিম্পিক কোটা নিশ্চিত শুটিং বিশ্বকাপে ফের ভারতের ঘরে এল সোনা। এবার দেশকে গর্বিত করলেন ২২ বছরের যশস্বীনী সিং দেশওয়ালা। তাঁর এই সাফল্যের সঙ্গেই ২০২০ টোকিও অলিম্পিকের জন্য নবম কোটা নিশ্চিত হল ভারতের। যশস্বীনীর সোনা ব্রাজিলের রিও ডে জেনেভারো-তে আয়োজিত শুটিং বিশ্বকাপের ১০ মিটার এয়ার রাইফেলের ফাইনালে বিশ্বের এক নম্বর শুটার ইউক্রেনের ওলেনা কোস্টেভিয়েচকে হারালেন ভারতের যশস্বীনী। আট প্রতিযোগীর ফাইনালে ২৩৬.৭ পয়েন্ট পেয়ে প্রথম হন দিল্লির ২২ বছরের শুটার। দ্বিতীয় স্থানে থাকা ইউক্রেনের প্রতিদ্বন্দ্বীর পয়েন্ট ২৩৪.৮। প্রথম ভারত যশস্বীনী সিং দেশওয়ালের সোনার সঙ্গে শুটিং বিশ্বকাপের পদক তালিকার এক নম্বরে উঠে এল ভারত। রিও ডে জেনেভারোতে আয়োজিত এই প্রতিযোগিতায় তিনটি সোনা, একটি রূপো ও একটি বৌঝ গিয়েছে ভারতের বুলিতে। অলিম্পিক কোটা যশস্বীনী সিং দেশওয়ালের সোনার সঙ্গে টোকিও বিশ্বকাপের জন্য নবম কোটা নিশ্চিত করল ভারত। এই পারফরম্যান্স থাকলে অলিম্পিকের শুটিং ইভেন্টে ভারত বেশ কয়েকটি পদক জিততে পারে বলে আশা ক্রীড়াপ্রেমীদের।

সৌরভ। খোনির ভবিষ্যত কোথায় কেরিয়ার শেষ হবে, সেই সিদ্ধান্ত ক্রিকেটারদের নিজেদের নিতে হয় বলে মনে করেন সৌরভ গঙ্গোপাধ্যায়। মহেন্দ্র সিং খোনি করে ক্রিকেট থেকে অবসর নেবেন, তা তিনিই ঠিক করবেন বলে জানিয়েছেন মহারাজ। একেত্রে দলের অধিনায়ক হিসেবে বিরাট কোহলিকে গুরুত্বপূর্ণ ভূমিকা নিতে হবে মনে করেন সৌরভ গঙ্গোপাধ্যায়। খোনি কী চান, সে ব্যাপারে তাঁর সঙ্গে কোহলির কথা বলা উচিত বলে মনে করেন তিম ইন্ডিয়ার প্রাক্তন আধিনায়ক। খ্যাতই ভবিষ্যত তরঙ্গ উইকেটরক্ষক তথা ব্যাটসম্যান খ্যাত পছকেই ভারতীয় ক্রিকেটের ভবিষ্যত বলছেন সৌরভ গঙ্গোপাধ্যায়। আগামীর কথা ভেবে ভারতীয় ক্রিকেট বোর্ড পছের উপর আস্থা রেখে তাঁকে আরও বেশি খেলাতে চাইছে বলে জানিয়েছেন মহারাজ। খোনি বনাম পঞ্চ সে রকম কোনও লড়াই হওয়া উচিত বলে মনে করেন না সৌরভ গঙ্গোপাধ্যায়। তাঁর মতে, মহেন্দ্র সিং খোনি এক ধরনের ক্রিকেটার, দেশের লেজেন্ড। তাঁর সঙ্গে তরঙ্গ খ্যাত পছের কোনও তুলনা হয় না বলে বিশ্বাস করেন মহারাজ। বরং খোনির কাছ থেকে খ্যাতভরে অনেক কিছু শেখার আছে বলে মনে করেন সৌরভ গঙ্গোপাধ্যায়।

# খেলায় মাতলেন শেন ওয়ার্ন! বান্ধবীদের শিতারে ঘূম ভাঙ্গল প্রতিবেশিদের

# নেপালকে সাত গোল দিয়ে সাফ কাপ চ্যাম্পিয়ন ভারত

টুর্নামেন্টে একটিও গোল হজম না করে সাফ কাপ চ্যাম্পিয়ন হল ভারত। শনিবার কল্যাণীর মাঠে নেপালকে ৭-০ গোলে উত্তীর্ণ দিয়ে সাফ কাপের ট্রফি জিতে নিল ভারতীয় অনূর্ধ্ব-১৫ দল। এর আগে ২০১৩, ২০১৭ সালে সাফ কাপ জিতেছিল ভারত। দু”বছর পর(২০১৯) সালে ফের চ্যাম্পিয়ন হয়ে এই নিয়ে তিনিবার ট্রফি জিতল নীল জার্সিধারীরা। ছবি সৌজন্যে ভারতীয় ফুটবলের ইনস্টাগ্রাম টুর্নামেন্টে ৫ ম্যাচ খেলে ২৮টি গোল দিয়েছে ভারত। অন্যদিকে কোনও গোল হজম করেন তারা। ফাইনাল ম্যাচে শুরু থেকে ভারত আক্রমণাত্মক ছিল। ১৫ মিনিটে গোলের খাতা খোলে ভারতীয় দল। এরপর প্রথমার্দে স্কোরলাইন ৩-০ করে। দ্বিতীয়ার্দে আরও চার গোল চাপিয়ে ম্যাচ জিতে নেয়। ম্যাচে মণিপুরের ছেলে সিদ্ধার্থ নংমেইকাপাম হ্যাটট্রিক করেছেন। দ্বিতীয়ার্দে ৫১, ৭৬ ও ৮০ মিনিটে গোল করেন তিনি। বাকি চারাটি গোল আমনদীপ, শিবাজিৎ, হিমাংশু ও মাহেসন সিংহরে। একজনরে সাফ কাপে বিবিয়ানো ফার্নান্দসের অধীনে ভারতীয় দলের পারফর্ম্যান্স গ্রঞ্চ লিগে প্রথম ম্যাচে প্রতিপক্ষ নেপালকে ৫গোল দিয়েছিল ভারত। দ্বিতীয় ম্যাচে এরপর ভূটানকে ৭ গোল দেয় অনূর্ধ্ব-১৫ ভারতীয় দল। বাংলাদেশের বিরুদ্ধে এরপর ৪-০ গোলে ম্যাচ জিতেছিল বিবিয়ানো ফার্নান্দসের ছেলেরা সেমিতে শ্রীলঙ্কাকে ৫-০ গোলে হারায় ভারত গোলের ধারা ধরে রেখে ফাইনালে নেপালকে ৭ গোল দিল ভারতীয় দল।

প্রো কবাড়ি ২০১৯: বেঙ্গলুরুকে হারালো গুজরাত, পিঙ্ক প্যাস্টার্সের বিরুদ্ধে বড় ব্যবধানে জয় মুস্বিয়ের প্রো কবাড়ি ২০১৯ এর শনিবারের প্রথম ম্যাচে বেঙ্গলুরু বুলসকে হারাল ফুর্নিং জায়েন্টস। গুজরাতের ফ্ল্যাঞ্চইজি ম্যাচ জিতল ৩২-২৩ ব্যবধানে। দিনের দ্বিতীয় ম্যাচে জয় পেয়েছে ইউ মুস্বা। তারা পিঙ্ক প্যাস্টার্সকে হারালো ৪৭-১১ ব্যবধানে। এই জয়ের ফলে পয়েন্ট তালিকায় পাঁচ নম্বরে উঠে এল ইউ মুস্বা। দিনের প্রথম ম্যাচে শুরু থেকে আক্রমণাত্মক খেলে ফুর্নিং জায়েন্টস। রেইড পয়েন্টে তারা ৩২ পয়েন্ট পেয়েছে। সেখানে বেঙ্গলুরু বুল ২৩ পয়েন্ট পেয়েছে। ট্যাকেল পয়েন্টে দুই দলই ১৩ পয়েন্ট করে সংগ্রহ করে। অলআউট পয়েন্ট অবশ্য বেঙ্গলুরু খাতা খুলতে পারেনি। সেখানে ফুর্নিং জায়েন্টস ৪ পয়েন্ট পেয়েছে। এক্সট্রা পয়েন্টে ৪-১ ব্যবধানে এগিয়ে যাওয়া জায়েন্ট। সব মিলিয়ে তারা ম্যাচ জেতে ৯ পয়েন্টে। অন্য ম্যাচে পিঙ্ক প্যাস্টার্সকে ২৬ পয়েন্টের বড় ব্যবধানে হারাল ইউ মুস্বা। রেইড পয়েন্ট থেকে ট্যাকেল সবেতেই তারা লিড পায়। রেইড পয়েন্টে মুস্বি যেখানে ২২ পয়েন্ট পেয়েছে, সেখানে পিঙ্ক প্যাস্টার্সের সংগ্রহ ১৫ পয়েন্ট। অন্যদিকে ট্যাকেলে ইউ মুস্বা লিড নেয় ১৫-৫ ব্যবধানে। অলআউট পয়েন্টে তাঁদের লিড ৮-০। সব বিভাগ মিলিয়ে ২৬ পয়েন্টের পার্কর্থ রেখে ম্যাচ জিতে নেয় ইউ মুস্বা।

ମୋହନବାଗାନ ବନାମ ଇସ୍ଟବେଙ୍ଗଲ: ଡାର୍ବିତେ  
ଅପରାଜିତ ଥାକଳେନ ଆଲେଜାନ୍ଦ୍ରୋ,  
ଗୋଲଶ୍ଵନ୍ୟ ମରସୁମେର ପ୍ରଥମ ବଡ଼ ମ୍ୟାଚ

এলাকা। কিন্তু সেখানেই এমন কাণ্ড করলেন ওয়ার্ন। তাঁর বাস্থবী সেখানে চারজন যৌনকর্মীকে নিয়ে হাজির হলেন রাতে। সারা রাত চলল পাটি। চারজনের সঙ্গে সারা রাত উন্মত্ত যৌন ত্রিয়ায় মাতলেন ওয়ার্ন। সব থেকে বড় কথা, সারা রাত বাড়ি সব জানলা-দরজা খোলা রেখে এগন কাণ্ড ঘটালেন অজি স্পিন কিংবদন্তি। তাঁর বাস্থবী ও তিন যৌন কর্মী শিতারে সারা রাত ঘুমোতে পারলেন না প্রতিবেশিয়া। সকালে উঠে বাস্থবীদের নিয়ে বেরিয়ে গেলেন ওয়ার্ন। ওয়ার্নের এক প্রতিবেশি বললেন, “ও আমাদের পাঞ্জাত দিল না।

গোলশূন্য অবস্থায় শেষ হল মরসুমের প্রথম ডার্বি। দুই দল দারঞ্চ খেললেও গোলের দরজা খুলতে পারল না। দুই অর্ধের শেষে ইস্টবেঙ্গল-মোহনবাগান দুই দলই নিজেদের মধ্যে পয়েন্ট ভাগভাগি করে নিল। ১ পয়েন্ট নিয়ে যুবভারতী ছাড়ল ইস্ট-মোহন। মরসুমের প্রথম বড় ম্যাচে দুই দলই সমানে সমানে লড়াই করে। ফলে দর্শকরা এদিন ভালো ফুটবল উপভোগ করল। কোনও দলের সমর্থকদেরই আশাহত হয়ে মাঠ ছাঢ়তে হয়ন। দুই অর্ধ মিলিয়ে দুই দল একাধিকবার আক্রমণাত্মক খেলে বড় ম্যাচ জেতার সুযোগ তৈরি করে। শেষ পর্যন্ত অবশ্য দুই দলই ম্যাচ জিততে পারেনি দুই স্পেনীয় কোচ কিন্তু ভিকুনা ও আলেজান্দ্রোর মগজান্ত্রের প্রথম লড়াই শেষ পর্যন্ত অমীমাংসিত রয়ে গেল। এই ম্যাচ গোলশূন্য অবস্থায় শেষ হওয়ায়, যাদানিন ফুটবল কোচিং কেরিয়ারে ডার্বি ম্যাচে অপরাজিত থাকলেন আলেজান্দ্রো। এর আগে আইলিঙ্গের দুই ডার্বিতে খেলিয়ে দুটিতেই জয় পেয়েছিলেন ইস্টবেঙ্গল কোচ। কেরিয়ারের তৃতীয় ডার্বিতে অবশ্য থামতে হল দ্বিতীয়ার্দেশ অনেকটাই পরে কোলাডোকে মাঠে নামান আলেজান্দ্রো। স্প্যানিশ কোচের এই সিদ্ধান্ত নিয়ে পশ্চ উঠেছে। ম্যাচের ৭০ মিনিটে জোড়া পরিবর্তন করেন মেনেন্দেজ। মার্কোসের পরিবর্তে কোলাডো ও রোনাল্ডোর পরিবর্তে বিদ্যুসাগরকে নামান। এতে অবশ্য ম্যাচের ফলে পার্থক্য গড়ে দিতে পারেননি তিনি। অন্যদিকে কেরিয়ারের অভিযন্তেক ডার্বিতে জয় পেলেন না মোহনবাগান কোচ কিন্তু ভিকুনা। ম্যাচে ইস্টবেঙ্গেলের থেকে তুলনামূলকভাবে মোহনবাগান অনেক বেশি গোল করার সুযোগ পায়। তবুও জাল কাঁপাতে ব্যর্থ হয় মেরিনাস। ছবি সৌজন্যে ইনস্টাগ্রাম কলকাতা লিগের ইতিহাসে, এটি ১৫৪ তম ডার্বি ম্যাচ। তার মধ্যে ইস্টবেঙ্গল জিতেছে ৫০টিতে। অন্যদিকে মোহনবাগান জিতেছে ৪৪ ম্যাচ। এদিনের দ্রু ম্যাচ নিয়ে দুই প্রধানের মধ্যে ৬০টি ম্যাচ দ্রু হয়েছে।

# সৃষ্টির প্রেরণায় নতুন প্রতিশ্রূতি **ক্ষমতা বৃদ্ধি** সাদা, কালো, রঙিন নতুন ধারায়

# ରମ୍ବା ଫିନିଟ୍ଟିଂ ଓସାର୍କ୍ସ

জাগরুণ ভবন, (লক্ষ্মীনারায়ণ মন্দির সংলগ্ন), এন এল বাড়ি গ্লেইন

প্রভৃতিবাড়ী, বনমালীপুর, আগরতলা, ত্রিপুরা পশ্চিম - ৭৯৯০০১

ফোন - ০৩৮১-২৩৮ ৪৯৮৪

ই-মেল : **rainbowprintingworks@gmail.com**

