

एशियन ताइक्वांडो में एसडी की इतिशा ने जीता कांस्य मंगोलिया में खेले गए प्रतियोगिता के मुकाबले

संवाद न्यूज एजेंसी

चंडीगढ़। पंजाब यूनिवर्सिटी के एसडी कॉलेज सेक्टर-32 की छात्रा इतिशा दास ने मंगोलिया के उलानबटोर में आयोजित एशियन ताइक्वांडो चैंपियनशिप 2026 में कांस्य पदक जीता है। इतिशा दास ने यह ऐतिहासिक पदक महिला अंडर-73 किलोग्राम वर्ग में हासिल किया। इस उपलब्धि के साथ वह चंडीगढ़ और भारत का नाम अंतरराष्ट्रीय स्तर पर रोशन करने वाली गर्वित खिलाड़ियों में शामिल हो गई हैं।

अपनी शानदार उपलब्धि के साथ इतिशा को एक और बड़ी सफलता मिली है। इस पदक के साथ ही उनका चयन 20वें एशियन गेम्स 2026 के लिए भी हो गया है, जो 19 सितंबर से 14 अक्टूबर 2026 तक जापान के नागोया और आइची प्रीफेक्चर में आयोजित होंगे।

इतिशा को शहर के कोच संदीप कुंडू ने प्रशिक्षण दिया है। संदीप कुंडू स्वयं अंतरराष्ट्रीय पदक विजेता, अंतरराष्ट्रीय कोच और भीम अवॉर्ड हैं। उनके



मेडल के साथ इतिशा। स्वयं

अनुभव, मार्गदर्शन और समर्पण ने इतिशा की इस बड़ी सफलता में महत्वपूर्ण भूमिका निभाई है।

इतिशा स्पोर्ट्स कॉम्प्लेक्स सेक्टर-56 में कोच संदीप कुंडू से ताइक्वांडो की ट्रेनिंग लेती हैं। कोच ने बताया कि उन्हें पूरी उम्मीद थी कि उनकी ट्रेनी इस प्रतियोगिता में पदक जीतने में जरूर कामयाब होगी।

Taekwando Star | एशियन ताइक्वांडो से मिला एशियन गेम्स टिकट

इतिशा को पहला एशियाड कोटा

चंडीगढ़। सिटी ताइक्वांडो स्टार इतिशा दास ने एशियन ताइक्वांडो चैम्पियनशिप में इतिशा दास ने मेडल कन्फर्म करते हुए देश को पहला एशियाड कोटा दिला दिया है। उन्होंने मंगोलिया में खेलते हुए देश के लिए ब्रॉन्ज मेडल हासिल किया। इतिशा को कोच संदीप कुंडू ने ट्रेनिंग दी है। पहले दिन से वे ही इतिशा की गेम पर काम कर रहे हैं। संदीप खुद दो बार एशियन गेम्स खेल चुके हैं, लेकिन वे अपनी ट्रेनी को मेडल जीतते हुए देखना चाहते हैं।

73 किलोग्राम वर्ग में खेलीं इतिशा लगातार इंटरनेशनल लेवल पर खेल रही हैं और उन्होंने इस बार करियर की सबसे बड़ी सफलता हासिल की। पहले मैच में उन्होंने हॉनाकॉन्ग की एथलीट को 8-1, 7-0 से शिकस्त दी और फिर दूसरे राउंड में सिटी स्टार ने उज्बेकिस्तान एथलीट को हराया। वे पूरी तरह से हावी रहीं और मैच को 0-1, स्कोर के साथ खत्म किया। तीसरे मैच में उनके सामने चीनी चुनौती थीं। इतिशा ने कड़ा मुकाबला किया, लेकिन वे 3-4, 3-7 स्कोर से हार गईं। वे फाइनल से जरूर चूकीं, लेकिन मेडल देश के लिए कन्फर्म कर दिया।

जापान में खेलेंगी करियर का बड़ा इवेंट...



कोच संदीप ने बताया कि इतिशा ने इस मेडल के साथ ही भारत को



एशियन गेम्स का कोटा दिलाया। ये ताइक्वांडो में चंडीगढ़ से ही नहीं भारत का ही पहला एशियाड

कोटा है। 20वीं एशियन गेम्स-2026 जापान के नगोया और आइची में 19 सितंबर से 14 अक्टूबर तक खेले जानी हैं। इसमें इतिशा मेडल की बड़ी दावेदार होंगी और वे इसी के साथ बड़े टूर्नामेंट में अपना डेब्यू भी करेंगी। ये उनका सबसे बड़ा इवेंट होगा।

सिटी स्टार ने शौक को प्रोफेशन बनाया...

- इतिशा की सबसे बड़ी ताकत यही है कि उन्हें जिस गेम का शौक था, उसे ही उन्होंने अपने प्रोफेशनल के रूप में चुना।
- स्कूल लेवल पर कराटे करने के बाद, 2020 में उन्होंने पहली बार ताइक्वांडो करने का मन बनाया। लगातार मेडल भी जीते।
- वे अपनी ट्रेनिंग पर सबसे पहले आती और सबसे बाद में जातीं, दूसरों से ज्यादा देर मैदान पर रहना उनकी ताकत है।
- इतिशा अपनी कमजोरियों को परखती हैं और बेस्ट प्लेयर्स की वीडियो देखते हुए उनपर काम करती हैं। नए मूव सीखना उनका टारगेट रहता है।

दैनिक जागरण 24-5-26

एतिशा दास ने एशियन ताइक्वांडो चैंपियनशिप में जीता कांस्य पदक



एतिशा दास को सर्टिफिकेट देकर सम्मानित किया गया • जागरण

जासं, चंडीगढ़ : चंडीगढ़ की होनहार ताइक्वांडो खिलाड़ी एतिशा दास ने मंगोलिया में आयोजित 27वीं एशियन ताइक्वांडो चैंपियनशिप 2026 में कांस्य पदक जीतकर देश और शहर का नाम रोशन किया है। एतिशा ने यह उपलब्धि अपने शानदार प्रदर्शन, मेहनत और जुझारू खेल भावना के दम पर हासिल की। एतिशा, कोच संदीप कुंडू के मार्गदर्शन में प्रशिक्षण प्राप्त कर रही हैं। उनकी इस सफलता

पर खेल जगत और शहरवासियों में खुशी की लहर है। एशियाई स्तर की इस प्रतिष्ठित प्रतियोगिता में पदक जीतना किसी भी खिलाड़ी के लिए बड़ी उपलब्धि मानी जाती है। कोच संदीप कुंडू ने कहा कि एतिशा ने लगातार मेहनत और अनुशासन के बल पर यह मुकाम हासिल किया है। उन्होंने उम्मीद जताई कि वह आने वाले समय में अंतरराष्ट्रीय स्तर पर भारत के लिए और भी पदक जीतेंगी।

दैनिक सवेरा 24-5-26

एशियन ताइक्वांडो चैंपियनशिप 2026 में एतिशा ने जीता कांस्य पदक, देश का नाम किया रोशन

सवेरा न्यूज/अमित चंडीगढ़ : पंजाब यूनिवर्सिटी के एसडी कॉलेज की छात्रा एतिशा ने मंगोलिया के उलानबटार में आयोजित एशियन ताइक्वांडो चैंपियनशिप 2026 में कांस्य पदक जीतकर पूरे देश को गौरवान्वित किया है। एतिशा ने यह ऐतिहासिक पदक महिला अंडर 73 किलोग्राम वर्ग में हासिल किया। इस उपलब्धि के साथ वह चंडीगढ़ और भारत का नाम अंतरराष्ट्रीय स्तर पर रोशन करने वाली गर्वित खिलाड़ियों में शामिल हो गई हैं। अपनी शानदार उपलब्धि के साथ एतिशा को एक और बड़ी सफलता मिली है। उनका चयन 20वें एशियन गेम्स 2026 के लिए भी हुआ है, जो 19 सितंबर से 14 अक्टूबर 2026 तक जापान के नागोया और आइची प्रीफेक्चर में आयोजित होंगे। एतिशा को शहर के जाने-माने कोच संदीप कुंडू ने प्रशिक्षण दिया है। संदीप कुंडू स्वयं अंतरराष्ट्रीय पदक विजेता, अंतरराष्ट्रीय कोच और भीम अवॉर्ड हैं। उनकी अनुभव, मार्गदर्शन और समर्पण ने एतिशा की इस बड़ी सफलता में महत्वपूर्ण भूमिका निभाई है।

पंजाब केसरी 24-5-26

एशियन ताइक्वांडो चैंपियनशिप में एतिशा ने जीता कांस्य पदक

चंडीगढ़, 23 मई (लल्लन)
: पंजाब यूनिवर्सिटी के एस.डी.
कॉलेज की छात्रा एतिशा ने
मंगोलिया के उलानबटार में
आयोजित एशियन ताइक्वांडो
चैंपियनशिप 2026 में कांस्य पदक
जीतकर पूरे देश को गौरवान्वित
किया है।

एतिशा ने यह ऐतिहासिक
पदक महिला अंडर-73 किलोग्राम
वर्ग में हासिल किया। इस उपलब्धि
के साथ वह चंडीगढ़ और भारत
का नाम अंतर्राष्ट्रीय स्तर पर रोशन
करने वाली गर्वित खिलाड़ियों में
शामिल हो गई हैं।

अपनी शानदार उपलब्धि के
साथ एतिशा को एक और बड़ी
सफलता मिली है। उनका चयन
20वें एशियन गेम्स 2026 के लिए
भी हुआ है, जो 19 सितम्बर से
14 अक्टूबर-2026 तक जापान
के नागोया और आइची प्रीफेक्चर
में आयोजित होंगे।

एतिशा को शहर के जाने-माने
कोच संदीप कुंडू ने प्रशिक्षण दिया
है। संदीप कुंडू स्वयं अंतर्राष्ट्रीय
पदक विजेता, कोच और भीम
अवॉर्ड्स हैं। उनकी अनुभव,
मार्गदर्शन और समर्पण ने एतिशा
की इस बड़ी सफलता में महत्वपूर्ण
भूमिका निभाई है।



एशियन ताइक्वांडो चैंपियनशिप में कांस्य
पदक जीतने वाली एतिशा कोच संदीप
कुंडू के साथ।
(राणा)