



ಚಿನ್ನ ತಂದ ಸಿಂಧು

ಪಿ. ವಿ.ಸಿಂಧು ಇದೀಗ ಭಾರತದ ಬ್ಯಾಡ್ಮಿಂಟನ್ ಕ್ಷೇತ್ರದ ಕಣ್ಣಿದೆ. ಬ್ಯಾಡ್ಮಿಂಟನ್ ವಿಶ್ವ ಚಾಂಪಿಯನ್‌ಷಿಪ್‌ನಲ್ಲಿ ಚಿನ್ನ ಗೆದ್ದ ಮೊದಲ ಭಾರತೀಯ ಶಟ್ಲರ್. ಬೇಸಲ್‌ನಲ್ಲಿ ನಡೆದ ಫೈನಲ್ ಪಂದ್ಯದಲ್ಲಿ ಕಳೆದ ವಾರ ಆಕೆ ಜಪಾನಿನ ಪ್ರಬಲ ಪ್ರತಿಸ್ಪರ್ಧಿ ನವೊಮಿ ಒಕುಹಾರ ವಿರುದ್ಧ ಗೆದ್ದು ವಿಶ್ವ ಚಾಂಪಿಯನ್ ಆಗಿದ್ದಾಳೆ.

ಆದರೆ ಈ ಎರಡು ವರ್ಷದ ಅವಧಿ ಸಿಂಧು ವೃತ್ತಿಜೀವನದಲ್ಲಿ ಸಾಕಷ್ಟು ಏರಿಳಿತಗಳನ್ನು ಉಂಟು ಮಾಡಿದ್ದು ಸುಳ್ಳಲ್ಲ. ಈ ಅವಧಿಯಲ್ಲಿ ನಡೆದ ಹಲವು ಟೂರ್ನಿಗಳಲ್ಲಿ ಸಿಂಧು ಫೈನಲ್‌ವರೆಗೆ ಬಂದು ಸೋಲುವುದು ನಡೆದೇ ಇತ್ತು. ಸಿಂಧು ಆಟ ಮುಗಿಯಿತು ಎಂದೇ ಆಕೆಯ ಟೀಕಾಕಾರರು ಪ್ರಚಾರ ನಡೆಸಿದ್ದರು. ಆದರೆ ಸಿಂಧು ಫೀನಿಕ್ಸ್‌ನಂತೆ ಮತ್ತೆ ಮೇಲೆದ್ದಾಳೆ. 'ನನ್ನ ರಾಕೆಟ್ ಮತ್ತು ವಿಜಯದ ಮೂಲಕ ಟೀಕಾಕಾರರಿಗೆ ಉತ್ತರಿಸಿದ್ದೇನೆ, ಅದೇ ಸಾಕು' ಎಂದಿದ್ದಾಳೆ!

ಹಾಗೆ ನೋಡಿದರೆ ವಿಶ್ವ ಬ್ಯಾಡ್ಮಿಂಟನ್ ಚಾಂಪಿಯನ್‌ಷಿಪ್ ಸಿಂಧುಗೆ ಹೊಸತೇನಲ್ಲ. ಆದರೆ ಅಲ್ಲಿಯ ಚಿನ್ನ ಹೊಸದು. ಕಳೆದ ವರ್ಷ ಮತ್ತು ಅದರ ಹಿಂದಿನ ವರ್ಷ ಆಕೆ ಫೈನಲ್‌ಗೆ ಬಂದಿದ್ದರೂ ಬೆಳ್ಳಿಪದಕಕ್ಕೆ ತೃಪ್ತಿಪಡಬೇಕಾಯಿತು. ಅದಕ್ಕೂ ಹಿಂದೆ ಎರಡು ವರ್ಷಗಳ ಪಂದ್ಯಗಳಲ್ಲಿ ಕಂಚು. ಒಮ್ಮೆ ಮಾತ್ರ ಪದಕವಿಲ್ಲದೆ ಮರಳಿದ್ದು. ಎರಡು ವರ್ಷಗಳ ಹಿಂದೆ ಸಿಂಧು ಮತ್ತು ನವೊಮಿ ಮಧ್ಯೆ ನಡೆದ ಫೈನಲ್ 110 ನಿಮಿಷಗಳ ಖಡಾಖಡಿ ಸೆಣಸಾಟವಾಗಿತ್ತು. ಅದು ವಿಶ್ವದಾದ್ಯಂತ ಅಪರೂಪದ ಹೈವೋಲ್ಟೇಜ್ ಪಂದ್ಯ ಎಂದು ಸುದ್ದಿ ಮಾಡಿತ್ತು. ಆದರೆ ಈ ಸಲ ಸಿಂಧು ಎದುರಾಳಿಗೆ ಸರಿಯಾಗಿ ಕಣ್ಣುಬಿಡಲು ಅವಕಾಶ ಕೊಡಲೇ ಇಲ್ಲ. 21-7, 21-7ರಲ್ಲಿ ಮಿಂಚಿನ ಜಯ ದಾಖಲಿಸಿದಳು. ವಿಶ್ವ ಬ್ಯಾಡ್ಮಿಂಟನ್ ಚಾಂಪಿಯನ್‌ಷಿಪ್‌ನಲ್ಲಿ ಹೀಗೆ ಐದು ಪದಕಗಳನ್ನು ಗೆದ್ದ ಮಹಿಳೆಯರು ಇಬ್ಬರೇ. ಇನ್ನೊಬ್ಬಾಕೆ ಚೀನಾದ ರುಂಗ್ ನಿಂಗ್. ವಿಶ್ವ ಬ್ಯಾಡ್ಮಿಂಟನ್‌ನಲ್ಲಿ ಸದ್ಯ ಐದನೇ ಸೀಡ್‌ನಲ್ಲಿರುವ ಸಿಂಧು, ಈ ವಿಜಯ ಮೂಲಕ್ಕೆ ಇನ್ನಷ್ಟು ಮೇಲೇರುವುದು ಖಚಿತ.

ನವೊಮಿ ವಿರುದ್ಧದ ಈ ಸಲದ ಫೈನಲ್‌ನಲ್ಲಿ ಸಿಂಧು ಪಂದ್ಯ ವೀಕ್ಷಿಸಿದವರು ಆಕೆಯ ಆಟವನ್ನು ಮಾತ್ರವಲ್ಲ, ಆಕೆಯ

ಫಿಟ್‌ನೆಸ್ ಅನ್ನು ಕೂಡಾ ಮುಕ್ತಕಂಠದಿಂದ ಹೊಗಳುತ್ತಿದ್ದಾರೆ. ಬ್ಯಾಡ್ಮಿಂಟನ್ ಕೋರ್ಟಿನಲ್ಲಿ ಆಕೆ ಚತುರ ಸ್ಟ್ರಿಂಟರ್‌ನಂತೆ ಓಡಾಡುತ್ತಿದ್ದುದು ಎದ್ದು ಕಾಣುತ್ತಿತ್ತು. ಅಡ್ಲೀಟ್‌ಗಳಲ್ಲಿ ಇರುವಂತಹ ಹರಿತ ಮೈಕಟ್ಟನ್ನು ಆಕೆ ರೂಢಿಸಿಕೊಳ್ಳುವಲ್ಲಿ ಆಕೆಯ ತಂದೆ, ದೈಹಿಕ ತರಬೇತಿದಾರ, ಸ್ವತಃ ಅಂತರರಾಷ್ಟ್ರೀಯ ವಾಲಿಬಾಲ್ ಆಟಗಾರರಾಗಿದ್ದ ಪಿ.ವಿ. ರಮಣ ಪಾತ್ರ ಮಹತ್ವದ್ದು.

ಈ ಸಲದ ವಿಶ್ವ ಚಾಂಪಿಯನ್‌ಷಿಪ್‌ನಲ್ಲಿ ಸಿಂಧು ಸಹಜ ಆಟವಾಡಿದ್ದು ಗೆಲುವಿಗೆ ಮುಖ್ಯ ಕಾರಣ. 'ಫೈನಲ್‌ನಲ್ಲಿ ಎದುರಾಳಿಯ ಬಗ್ಗೆ ನಾನು ತಲೆ ಕೆಡಿಸಿಕೊಳ್ಳಲಿಲ್ಲ. ಇನ್ನೊಂದು ಮಾಮೂಲಿ ಪಂದ್ಯ ಎಂದುಕೊಂಡೆ' ಎಂದು ವಿಜಯದ ಬಳಿಕ ಆಕೆ ಹೇಳಿದ್ದು ಕುತೂಹಲಕರ. ಕ್ವಾರ್ಟರ್ ಫೈನಲ್‌ನ ಪಂದ್ಯ ಒಂದು ಗಂಟೆ 11 ನಿಮಿಷದವರೆಗೆ ನಡೆದಿತ್ತು. ಮರುದಿನ ಸೆಮಿಫೈನಲ್‌ನಲ್ಲಿ ಆಕೆ ಅದೇ ಮೊದಲ ಪಂದ್ಯವೆಂಬಂತೆ ಫೈರ್ ಆಗಿ ಕೋರ್ಟಿಗೆ ಇಳಿದಿದ್ದಳು. ಫೈನಲ್‌ನಲ್ಲೂ ಇದೇ ಧೋರಣೆ ಕೈಹಿಡಿಯಿತು.

ಎರಡು ವರ್ಷಗಳ ಹಿಂದೆ ವಿಶ್ವ ಚಾಂಪಿಯನ್‌ಷಿಪ್‌ನಲ್ಲಿ ಫೈನಲ್ ಪಂದ್ಯ ಸೋತ ಬಳಿಕ ಸಿಂಧು ಫಿಟ್‌ನೆಸ್ ತರಬೇತಿಯಲ್ಲಿ ಹಲವು ಗಮನಾರ್ಹ ಬದಲಾವಣೆಗಳಾಗಿವೆ. ಹೈದರಾಬಾದ್‌ನ ಶಕ್ತಿ ಮತ್ತು ಸಮತೋಲನ ಕೋಚ್ ಶ್ರೀಕಾಂತ್ ವರ್ಮಾ ಜೊತೆಗೆ ತರಬೇತಿ ಮಹತ್ವದ್ದು. ಆಕೆಯ ದೇಹದ ವಿವಿಧ ಅಂಗಗಳ ಆವಶ್ಯಕತೆಯನ್ನು ಅರಿತು ತರಬೇತಿ ನೀಡುವ ವಿಧಾನವನ್ನು ವರ್ಮಾ ಅನುಸರಿಸಿದರು. ಮುಖ್ಯವಾಗಿ ತೊಡೆಯ ಎದುರುಭಾಗ ಮತ್ತು ಕಾಲಿನ ಮೀನಖಂಡಗಳನ್ನು ಬಲಪಡಿಸುವ ವ್ಯಾಯಾಮ ನಡೆಯಿತು. ಬ್ಯಾಡ್ಮಿಂಟನ್‌ನಲ್ಲಿ ಸೊಂಟದ ಮೇಲ್ಭಾಗದ ಫಿಟ್‌ನೆಸ್ ಕೂಡಾ ಮಹತ್ವದ್ದು. ಅದಕ್ಕೆ ಪೂರಕವಾಗಿ ಬೆಂಚ್ ಪ್ರೆಸ್, ಡೆಡ್ ಲಿಫ್ಟ್, ಕ್ಲೀನ್ ಅಂಡ್ ಜರ್ಕ್ ಸಹಿತ ಐದು ವಿವಿಧ ಅಂಗಸಾಧನೆಗಳನ್ನು ಹೇಳಿಕೊಡಲಾಯಿತು. ಕಾಲಿನ ಶಕ್ತಿಯ ಜೊತೆಗೆ ತೋಳುಗಳ ಶಕ್ತಿ ಮತ್ತು ಕ್ಷಮತೆಯನ್ನು ಈ ವ್ಯಾಯಾಮ ಸಮನಾಗಿ ಹೆಚ್ಚಿಸಿದೆ. ಎರಡು ವರ್ಷಗಳ ಈ ಸತತ ಫಿಟ್‌ನೆಸ್ ಅಭ್ಯಾಸವೂ ಸಿಂಧು ಕೈಹಿಡಿದಿದೆ. ಜೊತೆಗೆ ಗಾಯಗಳು ಕಾಡದಂತೆ ಪ್ರತಿದಿನವೂ ಫಿಸಿಯೊ ನೆರವು ಪಡೆಯುತ್ತಿದ್ದುದು ಲಾಭವಾಗಿದೆ.

ಸಿಂಧು ಚಿನ್ನ ಗೆದ್ದ ದಿನವೂ ಸ್ಮರಣಾರ್ಹ. ಅಂದು ಆಕೆಯ ಅಮ್ಮ ಪಿ. ವಿಜಯಾ ಹುಟ್ಟಿದ ದಿನ. ಕೋಚ್ ಗೋಪಿಚಂದ್ ಮತ್ತು ಕಿಮ್ ಜಿ ಹ್ಯುನ್ ಅವರ ಶ್ರಮವೂ ಈ ಚಿನ್ನದ ಬೇಟೆಯಲ್ಲಿ ಮಹತ್ವದ ಪಾತ್ರ ವಹಿಸಿದೆ.

■ ಹನಿ

Printed and Published by B.A. Ravi on behalf of The Printers (Mysore) Private Ltd. Printed at M/s Rajhan's Enterprises, No.134, 4th Main Road, Industrial Town, Rajajinagar, Bangalore - 560044 and published from The Printers (Mysore) Private Ltd., Plot Nos. 7 to12, Kumbalgodu Industrial Area, II Phase, Bengaluru - 560074. Editor: K.N. TILAK KUMAR.

Editorial Office: 75, M.G Road, Bengaluru-560 001 E-mail:editorsu@sudha.co.in. Phone: 2588 0000, Fax: 25880618, Editorial:25880619,

Circ:1800-425-8009, Advt: 1800-425-8008, ©All rights reserved. Reproduction in whole or in part without permission is prohibited.

RNI No 7891/65