

खेल · Sports

एशियन गेम्स 2026: 4x400m रिले में भारत का स्वर्ण, नेहरू धांडा का ट्रैप गोल्ड; कुल पदक 53

Asian Games 2026: India win 4x400m relay
gold, Neeru Dhanda trap gold; tally 53

खेल · Sports

1. 4x400m रिले में ऐतिहासिक स्वर्ण

Historic Gold in Women's 4x400m

- समय: 3:29.69 | तारीख: 29 सितंबर

Time: 3:29.69 | Date: 29 Sep

- पुरुष 4x400m में कांस्य भी जीता

Men's 4x400m: India won bronze

खेल · Sports

2. ट्रैप शूटिंग: गोल्ड + टीम सिल्वर

Trap Shooting: Gold + Team Silver

- नेहरू धांडा का व्यक्तिगत गोल्ड

Neeru Dhanda won individual gold

- टीम स्कोर 328 — सिल्वर मेडल

Team total 328 — silver medal

खेल · Sports

3. कुल पदक 53 — दिन का ब्योरा

Tally 53 — Day's Breakdown

- 2 स्वर्ण, 1 रजत, 5 कांस्य (29 सित.)

2G, 1S, 5B on Sep 29

- रिले, शूटिंग, एथलेटिक्स, बॉक्सिंग

Relays, shooting, athletics, boxing

खेल · Sports

4. ईशा सिंह का रजत (25m पिस्टल)

Esha Singh's 25m Pistol Silver

■ तारीख: 28 सितंबर 2026

Date: 28 Sep 2026

■ लगातारता से पदक बढ़त बनी

Momentum sustained with her silver

परीक्षा के लिए तथ्य · Facts for Exams

याद रखें

Remember

इवेंट

Event

एशियन गेम्स 2026, ऐची-नागोया (जापान)

Asian Games 2026, Aichi-Nagoya (Japan)

तारीख

Dates referenced

मुख्य अपडेट: 29–30 सितंबर 2026

Key updates on 29–30 Sep 2026

महिला 4x400m समय

Women's 4x400m time

3 मिनट 29.69 सेकंड (स्वर्ण)

3:29.69 (Gold)

पुरुष 4x400m

Men's 4x400m

भारत — कांस्य

India—Bronze

ट्रैप टीम सिल्वर स्कोर

Trap team silver total

भारत 328; चीन 346 (स्वर्ण), कुवैत 325 (कांस्य)

India 328; China 346 (Gold), Kuwait 325 (Bronze)

दैनिक पदक जोड़ (29 सित.)

Day's haul (29 Sep)

2 स्वर्ण, 1 रजत, 5 कांस्य

2 Gold, 1 Silver, 5 Bronze

अभ्यास प्रश्न • Practice MCQ

एशियन गेम्स 2026 में महिला 4x400m रिले में भारत ने कब स्वर्ण जीता?

On which date did India win women's 4x400m relay gold at the 2026 Asiad?

A 29 सितंबर 2026

29 Sep 2026

B 28 सितंबर 2026

28 Sep 2026

C 30 सितंबर 2026

30 Sep 2026

D 27 सितंबर 2026

27 Sep 2026

उत्तर / Answer: A — Akashvani News के अनुसार यह उपलब्धि 29 सितंबर 2026 को हुई।

अभ्यास प्रश्न • Practice MCQ

महिला ट्रैप टीम (सिल्वर) में निम्न में से कौन शामिल नहीं था?

Who was NOT part of India's women's trap silver-winning team?

A नीरू धांडा

Neeru Dhanda

B आशिमा अहलावत

Aashima Ahlawat

C मनिषा कीर

Manisha Keer

D मनु भाकर

Manu Bhaker

उत्तर / Answer: D — स्रोत के अनुसार टीम—धांडा, अहलावत, कीर थी; मनु भाकर इस टीम का हिस्सा नहीं थीं।

पूरा लेख, PDF और रोज़ के अपडेट

Full article, PDF & daily updates

हिंदी और English दोनों में पढ़ें

aajkagk.com

पेज को **Follow** करें और **Share** करें

Follow the page & share with friends