

PONNIAM U P SCHOOL
NATIONAL SPORTS DAY

	ABHINAV BINDRA	SPORT SHOOTER 2008 ബീജിംഗ് ഒളിമ്പിക്സിൽ, സ്വർണം നേടുന്ന ആദ്യ വ്യക്തിഗത ഇന്ത്യൻ അത്ലറ്റായി
	RAVI KUMAR DAHIYA	WRESTLING .2020 ടോക്കിയോ ഒളിമ്പിക്സിൽ 57 കിലോഗ്രാം വിഭാഗത്തിൽ വെള്ളി മെഡൽ നേടിയ ഒരു ഇന്ത്യൻ ഫ്രീസ്റ്റൈൽ ഗുസ്തിക്കാരൻ
	DHYAN CHAND	HOCKEY ഇന്ത്യൻ ഫീൽഡ് ഹോക്കി കളിക്കാരൻ കായിക ചരിത്രത്തിലെ ഏറ്റവും മികച്ച കളിക്കാരനായി കണക്കാക്കപ്പെടുന്നു. 1928, 1932, 1936 എന്നീ വർഷങ്ങളിൽ, ഇന്ത്യ ഫീൽഡ് ഹോക്കിയിൽ ആധിപത്യം പൂലർത്തിയിരുന്ന കാലഘട്ടത്തിൽ, മൂന്ന് ഒളിമ്പിക് സ്വർണ്ണ മെഡലുകൾ നേടി
	GAGAN NARANG	AIR RIFFLE 2012 ലെ ലണ്ടനിൽ നടന്ന സമ്മർ ഒളിമ്പിക്സിൽ പുരുഷന്മാരുടെ 10 മീറ്റർ എയർ റൈഫിൾ ഇനത്തിൽ വെങ്കല മെഡൽ നേടി
	MANGTE CHUNGNEIJANG MARY KOM OLY	BOXER ലോക അമേച്വർ ബോക്സിംഗ് ചാമ്പ്യൻഷിപ്പ് ആറ് തവണ നേടിയ ഒരേയൊരു സ്ത്രീയാണ്, എട്ട് ലോക ചാമ്പ്യൻഷിപ്പ് മെഡലുകൾ നേടിയ ഒരേയൊരു ബോക്സർ (പുരുഷനോ സ്ത്രീയോ). 2012 ലെ ലണ്ടനിൽ നടന്ന ഒളിമ്പിക്സിൽ വെങ്കല മെഡൽ നേടി. ഒരു പാർലമെന്റ് അംഗമാണ്
	M D VALSAMMA	HURDLES TRACK & FIELD ഏഷ്യൻ ഗെയിംസിൽ വ്യക്തിഗത സ്വർണ്ണ മെഡൽ നേടുന്ന രണ്ടാമത്തെ ഇന്ത്യൻ വനിതയും ഇന്ത്യൻ മണ്ണിൽ ആദ്യമായാണ്

		അത് നേടിയത്.
	MILKHA SINGH	TRACK & FIELD ഇന്ത്യൻ സൈന്യത്തിൽ സേവനമനുഷ്ഠിക്കുമ്പോൾ കായികരംഗത്ത് പരിചയപ്പെടുത്തിയ ഒരു ഇന്ത്യൻ ടാക്ക് ആൻഡ് ഫീൽഡ് സ്പ്രിന്ററാണ് ദി ഫ്ലെയിംഗ് സിഖ് എന്നും അറിയപ്പെടുന്നത്.
	DIEGO MARADONA	FOOTBALL ഒരു അർജന്റീന പ്രൊഫഷണൽ ഫുട്ബോൾ കളിക്കാരനും മാനേജരും. കായിക ചരിത്രത്തിലെ ഏറ്റവും മികച്ച കളിക്കാരിൽ ഒരാളായി വ്യാപകമായി കണക്കാക്കപ്പെടുന്നു,
	NEERAJ CHOPRA	JAVELIN THROW TRACK & FIELD അത്ലറ്റിക്സിൽ സ്വർണ്ണ മെഡൽ നേടുന്ന ആദ്യ ഇന്ത്യൻ ഒളിമ്പ്യൻ, അത്ലറ്റിക്സിൽ സ്വാതന്ത്ര്യാനന്തര ഇന്ത്യൻ ഒളിമ്പിക് മെഡൽ ജേതാവ്
	P T USHA	TRACK & FIELD "ഇന്ത്യൻ ടാക്ക് ആൻഡ് ഫീൽഡിന്റെ രാജ്ഞി" എന്നും "പയ്യോളി എക്സ്പ്രസ്സ്" എന്നും അറിയപ്പെടുന്നു
	P V SINDHU	BADMINTON രണ്ട് ഒളിമ്പിക് മെഡലുകൾ നേടുന്ന ആദ്യ ഇന്ത്യൻ വനിത.

	ANUP KUMAR	KABBADDI ഇന്ത്യൻ പ്രൊഫഷണൽ കബഡി കളിക്കാരനാണ്. 2010 ലും 2014 ലും ഏഷ്യൻ സർണ്ണ മെഡലുകളും 2016 ൽ ഒരു ദക്ഷിണേഷ്യൻ സർണ്ണ മെഡലും 2016 കബഡി ലോകകപ്പും നേടിയ ഇന്ത്യ ദേശീയ കബഡി ടീമിൽ അംഗമായിരുന്നു. ഇന്ത്യൻ നാഷണൽ കബഡി ടീമിന്റെ ക്യാപ്റ്റനായിരുന്നു അദ്ദേഹം.
	SACHIN TENDULKAR	CRICKET ക്രിക്കറ്റിന്റെ ചരിത്രത്തിലെ ഏറ്റവും വലിയ ബാറ്റ്സ്മാൻ ആയി അദ്ദേഹം പരക്കെ കണക്കാക്കപ്പെടുന്നു. ക്രിക്കറ്റിന്റെ ദൈവം, ലീറ്റിൽ മാസ്റ്റർ, മാസ്റ്റർ ബ്ലാസ്റ്റർ എന്ന് വിളിക്കപ്പെടുന്നു
	CHANU SHAIKHOM MEERABHAI	WEIGHT LIFTING ഒരു ഭാരോദ്ധാഹക. 2020 ടോക്കിയോ ഒളിമ്പിക്സിൽ വനിതകളുടെ 49 കിലോഗ്രാം വിഭാഗത്തിൽ വെള്ളി മെഡൽ നേടി.
	SAKSHI MALIK	WRESTLING ഒരു ഇന്ത്യൻ ഫ്രീസ്റ്റൈൽ ഗുസ്തിക്കാരി. 2016 സമ്മർ ഒളിമ്പിക്സിൽ, 58 കിലോഗ്രാം വിഭാഗത്തിൽ വെങ്കല മെഡൽ നേടി, ഒളിമ്പിക്സിൽ മെഡൽ നേടുന്ന ആദ്യ ഇന്ത്യൻ വനിതാ ഗുസ്തിക്കാരിയായി.
	SANIA MIRZA	TENNIS ഒരു ഇന്ത്യൻ പ്രൊഫഷണൽ ടെന്നീസ് കളിക്കാരി. മുൻ ഡബിൾസ് ലോക ഒന്നാം നമ്പർ താരമായ അവർ കരിയറിൽ ആറ് ഗ്രാൻഡ്സ്ലാം കിരീടങ്ങൾ നേടിയിട്ടുണ്ട്.

	SUSHIL KUMAR	WRESTLING 2012 ലണ്ടൻ ഒളിമ്പിക്സിന്റെ ഉദ്ഘാടന ചടങ്ങിൽ അദ്ദേഹം ഇന്ത്യൻ പതാക വഹിച്ചു. 2008 ലെ അദ്ദേഹത്തിന്റെ ഒളിമ്പിക് മെഡൽ ഗുസ്തിയിൽ ഇന്ത്യയ്ക്ക് ലഭിക്കുന്ന രണ്ടാമത്തെ മെഡലാണ്.
	USAIN BOLT	TRACK & FIELD തുടച്ചയായ മൂന്ന് ഒളിമ്പിക്സിൽ (2008, 2012, 2016) ഒളിമ്പിക്സ് 100 മീറ്റർ, 200 മീറ്റർ കിരീടങ്ങൾ നേടിയ ഏക സ്പ്രിന്റർ
	SAINA NAHWAL	BADMINTON ഒരു ഇന്ത്യൻ പ്രൊഫഷണൽ ബാഡ്മിന്റൺ കളിക്കാരി. ഒരു മുൻ ലോക നം. 1, പതിനൊന്ന് സൂപ്പർ സീരീസ് ശീർഷകങ്ങൾ ഉൾപ്പെടെ 24 -ലധികം അന്താരാഷ്ട്ര കിരീടങ്ങൾ അവർ നേടിയിട്ടുണ്ട്. 2009 ൽ അവർ ലോകത്തിലെ രണ്ടാം സ്ഥാനത്തെത്തി.
	VISWANATHAN ANAND	CHESS ഒരു ഇന്ത്യൻ ചെസ്സ് ഗ്രാൻഡ്മാസ്റ്ററും മുൻ ലോക ചെസ്സ് ചാമ്പ്യനും. 1988 ൽ ഇന്ത്യയിൽ നിന്നുള്ള ആദ്യത്തെ ഗ്രാൻഡ്മാസ്റ്ററായി അദ്ദേഹം.

