

MS. DIPA KARMAKAR

Ms. Dipa Karmakar is an artistic gymnast who represented India at Rio Olympics, 2016.She is the first Indian female gymnast ever to compete in the Olympics and the first Indian gymnast to do so in 52 years. She attained 4th position in Women's Vault Gymnastics event of Rio Olympics 2016 with an overall score of 15.066.

2. Born on August 09, 1993, Ms. Karmakar hailing from Agartala in Tripura started practicing gymnastics when she was 6 years old and has been coached by Soma Nandi & Bisweshwar Nandi since then. When she began gymnastics, Karmakar had flat feet, an undesirable physical trait in a gymnast because it affects their performance. Through extensive training, she was able to develop an arch in her foot. In 2008, she won the Junior Nationals in Jalpaiguri. Since 2007, Ms. Karmakar has won 77 medals, including 67 gold, in state, national and international championships. She was part of the Indian gymnastics contingent at the 2010 Commonwealth Games in Delhi.

3. Ms. Karmakar, first gained attention when she won a bronze medal at the 2014 Commonwealth Games in Glasgow, becoming the first Indian female gymnast to do so in the history of the Games. Ms. Karmakar is one of the only five women who have successfully landed the Produnova, which is regarded as the most difficult vault currently performed in women's gymnastics. She also won a bronze medal at the Asian Gymnastics Championships and finished fifth at the 2015 World Artistic Gymnastics Championships, both firsts for the country.On April 2016, Ms. Karmakar became the first Indian woman gymnast to qualify for the Olympics and the first gymnast of either sex from the country to grace the Games since Tokyo 1964. For her commendable performance in Rio Olympics 2016, the Government of India conferred upon her the Khel Ratna award in August 2016.

4. In 2011, Ms. Karmakar competed in the 2011 National Games of India, representing Tripura. She won gold medals in the all-around and all four events: floor, vault, balance beam and uneven bars.At the 2014 Commonwealth Games, she won a bronze medal in the women's vault final. She was the first Indian woman to win a Commonwealth Games gymnastics medal, and the second Indian overall, after Ashish Kumar.At the 2014 Asian Games, Ms. Karmakar finished fourth in the vault final with a score of 14.200, behind Hong Un-jong, Oksana Chusovitina, and Phan Thi Hà Thanh. At the Asian Championships, held in Hiroshima from July 31–August 2 2015, Ms. Karmakar won the bronze in women's vault while finishing 8th on balance beam. In October 2015,she became the first Indian gymnast to qualify for a final stage at the World Artistic Gymnastics Championships. On 10 August 2016 at the 2016 Olympic Test Event, Ms Karmakar became the first female gymnast from India to qualify for the final vault event at the Olympics, with a score of 14.833. She missed out on the bronze medal, finishing 4th in the finals of the event with a score of 15.066 on 14 August 2016 at the Gymnastics Center in Rio de Janeiro, Brazil. Ms. Karmakar is only the fifth woman in gymnastics history to land the Produnova vault, or the handspring double front. The Produnova is an artistic gymnastics vault consisting of a front handspring onto the vaulting horse and two front somersaults off. The vault currently has a 7.0 D-score, and is the hardest vault performed in women's artistic gymnastics. In the Olympics women's vault gymnastics final, 2016 she finished at 4th position.



सुश्री दीपा कर्माकर

सुश्री दीपा कर्माकर एक ऐसी कलाबाज जिमनास्ट हैं जिन्होंने रिओ ओलम्पिक्स, 2016 में भारत का प्रतिनिधित्व किया। आप ओलम्पिक में अपना करतब पूरा करने वाली पहली भारतीय महिला जिमनास्ट हैं और ऐसी पहली भारतीय जिमनास्ट हैं जिन्होंने 52 वर्ष में ऐसा करतब कर दिखाया। आपने रिओ ओलम्पिक 2016 के महिला वाउल्ट जिमनास्टिक में 15.066 के स्कोर के साथ चौथा स्थान प्राप्त किया।

2. आपका जन्म 09 अगस्त, 1993 में हुआ था और आप त्रिपुरा राज्य के अगरतला से संबंध रखती हैं तथा आपने छह वर्ष की छोटी सी उम्र से ही जिमनास्टिक की कलाबाजियों का अभ्यास करना शुरू कर दिया था और आपको तब से ही सोमा नन्दी और बिश्वेश्वर नन्दी द्वारा कोचिंग प्रदान की जा रही है। आपने जब जिमनास्टिक करना शुरू किया था तो उस वक्त आपके पैर फ्लैट थे जो एक जिमनास्ट के लिए अवांछनीय शारीरिक बनावट मानी जाती है क्योंकि इससे उनकी कलाबाजी के करतबों पर असर पड़ता है। आपने इस कदर तक प्रशिक्षण लिया कि उससे आप अपने पैरों को एक आर्क का रूप दे पाने में सफल हो सकीं। आप अपने इस दम-खम पर जलपाईगुड़ी में जूनियर नेशनल की विजेता बनीं। वर्ष 2007 से आपने राज्य स्तरीय, राष्ट्रीय और अन्तर्राष्ट्रीय चैम्पियनशिप में 67 स्वर्ण पदकों सहित 77 पदक जीते हैं। आप दिल्ली में आयोजित राष्ट्रमण्डल खेल 2010 में भारतीय जिमनास्टिक खेल प्रतियोगिता का एक अहम हिस्सा रहीं।

3. आपको सर्वप्रथम उस समय ख्याति मिली, जब आपने ग्लास्गो में हुए 2014 के राष्ट्रमण्डल खेल में खेलकूद के इतिहास में इस प्रकार का प्रदर्शन करने वाली प्रथम भारतीय महिला के रूप में उभरकर कांस्य पदक जीता। आप उन पांच महिला जिमनास्टों में से एक है जो प्रोडुनोवा तक सफलतापूर्वक पहुंची और जिसे महिला जिमनास्टिक के क्षेत्र में वर्तमान समय में किया जाने वाला अत्यधिक कठिन वाउल्ट करतब माना जाता है। आपने एशियन जिमनास्टिक चैम्पियनशिप में भी कांस्य पदक जीता और 2015 के वर्ल्ड आर्टिस्टिक जिमनास्टिक चैम्पियनशिप में पांचवें दौर को पूरा किया जो देश के लिए दोनों ही पहली बार हुए थे। अप्रैल, 2016 को आप ऐसी प्रथम भारतीय महिला जिमनास्ट बनीं जिन्होंने ओलम्पिक्स के लिए क्वालीफाई किया और टोकियो 1964 के पश्चात खेल के इस क्षेत्र में पहली जिमनास्ट के रूप में देश का गौरव बढ़ाया। रिओ ओलम्पिक्स 2016 में आपके सराहनीय प्रदर्शन के लिए, भारत सरकार ने आपको अगस्त, 2016 में खेल रत्न पुरस्कार से सम्मानित किया।

4. वर्ष 2011 में आपने त्रिपुरा राज्य का प्रतिनिधित्व करते हुए, 2011 के भारतीय राष्ट्र खेलों में सफल प्रदर्शन किया। आपने लगभग सभी और सारी चारों कलाबाजी प्रदर्शन क्रियाओं: अर्थात "फ्लोर, वाउल्ट, बैलेन्सबीम और अनइवेन बार्स" में गोल्ड मेडल जीता। वर्ष 2014 के राष्ट्रमण्डल खेल में, आपने महिला वाउल्ट फाइनल में कांस्य पदक जीता। आप राष्ट्रमण्डल खेल जिमनास्टिक पदक जीतने वाली प्रथम भारतीय महिला हैं और समग्र रूप से आशीष कुमार के बाद ऐसी दूसरी जिमनास्ट हैं। वर्ष 2014 के एशियाई खेल में, होंग उन-जोंग, ओक्साना चुसोवितिना और फॉन थी हा थान्ह के बाद आपने 14.200 के स्कोर के साथ वाउल्ट फाइनल में चौथा दौर पूरा किया। हिरोशिमा में 31 जुलाई से 2 अगस्त, 2015 तक हुए एशियाई चैम्पियनशिप में महिला वाउल्ट में कांस्य पदक जीता और बैलेन्स बीम में 8वें स्थान पर रहीं। अक्तूबर, 2015 में आप ऐसी पहली भारतीय जिमनास्ट बनीं जिन्होंने वर्ल्ड आर्टिस्टिक जिमनास्टिक्स चैम्पियनशिप में फाइनल स्टेज के लिए क्वालीफाई किया। 10 अगस्त 2016 में, वर्ष 2016 के ओलम्पिक टेस्ट इवेन्ट में, आप 14.833 अंक के साथ ओलम्पिक के फाइनल वाउल्ट इवेन्ट को क्वालीफाई करने वाली पहली भारतीय महिला जिमनास्ट बनीं। रिओ डे जैनेइरो, ब्राजील में जिमनास्टिक सेन्टर में 14 अगस्त, 2016 को आप 15.066 के स्कोर के साथ इवेन्ट के फाइनल में चौथा दौर पूरा करके कांस्य पदक तक सीमित रह गई। आप प्रोडुनोवा वाउल्ट अथवा हैण्डस्प्रिंग फ्रंट में पहुंचने वाले जिमनास्टिक के इतिहास में एक मात्र पांचवी महिला है। प्रोडुनोवा एक ऐसा करतबपूर्ण जिमनास्टिक वाउल्ट है जिसमें फ्रंट हैण्डस्प्रिंग से वाउल्टिंग हॉर्स और दो फ्रंट सोमेरसाउल्ट ऑफ शामिल होते हैं। वाउल्ट में वर्तमान समय में 7.0डी का स्कोर है और यह महिलाओं की कलाबाजीयुक्त करतबपूर्ण जिमनास्ट में किया जाने वाला दुस्करतम वाउल्ट है। आप ओलम्पिक्स वूमेन्स वाउल्ट जिमनास्टिक फाइनल 2016 में चौथे स्थान पर रहीं हैं।