

۱۶ جلسه آموزش پیشرفته رشته بدمینتون:

- ۱- آموزش و رفع اشکال دوره نیمه پیشرفته
- ۲- آموزش و تعریف بازی یک نفره و دونفره
- ۳- آموزش تاکتیک های بازی ۱ نفره
- ۴- آموزش ضربه نت کج فورهند و بک هند (نت مورب)
- ۵- آموزش ضربه آندرهند گول زننده (دومچه)
- ۶- آموزش ضربه هاف اسمش و دراپ تیز
- ۷- آموزش تاس حمله ای
- ۸- آموزش اسمش کامل
- ۹- آموزش ضربات کات دار عغب زمین: * تاس * دراپ
- ۱۰- آموزش بازی دونفره و تاکتیک های آن
- ۱۱- آموزش ضربه سرویس بلند با روی راکت یا فورهند
- ۱۲- انجام مسابقات داخلی و اهدای جوایز