

من الوقوف: كتف ذراع اليد الضاربة للخلف أكثر حتى يتيح مدىً واسعاً لأرجحة الضرب. يمسك الضرب بمقبض مضرب للخارج ويكون رأس المضرب للخارج والخلف. تمسك الريشة بنفس طريقة الإرسال المنخفض ولكن أبعد قليلاً عن الجسم. تؤدي الأرجحة بأرجحة سريعة من اليد الضاربة للأمام من أسفل إلى أعلى والالتحام. تبدأ الحركة بنقل ثقل الجسم من الرجل الخلفية للأمامية بتوافق في حركة الرجل والساعد والمضرب. 2- أداء الضربة الساحقة الأمامية: تلعب بنفس الطريقة التي تؤدي بها ضربة التخليص أو الضربة المسقطة باختلاف في نقطة الضرب. تضرب كرة الريشة في مسافة نحو قدم أمام الرأس حيث يتجه المضرب لأسفل عند الضرب وبعده. استخدام الرأس في الضرب يضرب الريشة بحركة سريعة وقاطعة. تكون حركة الضربة الساحقة سريعة ذات مسار منخفض ويجب أن تضرب الريشة بأقصى ما يمكن ذلك. 3- تؤدي الضربة الساحقة الأمامية الموجهة بوجه المضرب، وتؤدي وفق الوصف الفني التالي: تؤدي الضربة الخلفية جانباً باتجاه الريشة. تضرب الريشة عند أعلى نقطة ممكنة حتى تصل إلى ملعب المنافس. تُستخدم الأصابع في الارتكاز لحظة الأداء لزيادة الطول. ثني الجذع خلفاً مع رفع الرجل الحرة لـ"الهواء" تمهيداً لانتقال مركز الثقل عليها.