

PRICE	CD	DVD	NAME	CODE
ایروبیک				
5500		1	آموزش ایروبیک خانم بیاجه	2037
4000		1	آموزش ایروبیک با باند کشی	2041
4000		1	آموزش پیلینس - لارا هودسن	2042
4000		1	تمرینات ایروبیک به سبک تانی بو II	2064
4000		1	آموزش کیک ماکس - فردریش	2066
4000		1	ایروبیک کیک ماکسینگ - کلی کافی میبر	2080
4000		1	ایروبیک هوازی با کلی کافی میبر	2081
4000		1	تقویت عضلات شکم - Abdominali	2086
4000		1	تمرینات کششی - Streching	2087
4000		1	تناسب اندام با وزنه سبک و باند لاستیکی	2088
4000		1	مدرسه تمرینات انعطاف پذیری بدن	2089
4000		1	روش آموزش تمرینات گروهی ایروبیک	2102
4000		1	قلب بدون توقف	2121
4000		1	آموزش پیلینس پایه	2122
4000		1	آموزش پیلینس پیشرفته	2123
4000		1	تمرینات جهت افزایش تحرک اعضای بدن	2124
14000		4	ایروبیک (مجموعه دختران حسود)	2126
22000		8	ایروبیک (مجموعه توربو جم Turbo Jam)	2132
3000		1	اردوگاه تعلیمات ایروبیک رزمی AB BOOTCAMP	2149
3000		1	اردوگاه تعلیمات ایروبیک رزمی - (1)	2150
3000		1	اردوگاه تعلیمات ایروبیک رزمی - (2)	2151
4000		1	تمرینات تمام هوازی - ایروبیک با امی بنتو	2200
4000		1	آموزش ایروبیک با استفاده از کتل بلز	2201
4000		1	بدن عالی در اردوگاه نظامی ایروبیک	2202
4000		1	تمرینات با وزنه و هالتر	2203
28000	3	15	آموزش ایروبیک - سودابه بزدی	2205
4000		1	تمرینات ایروبیک با استپ - کلی کافی میبر	2206
4000		1	ایروبیک با مربی ماریا فورلنو	2207
4000		1	تمرینات سودمند برای شکم با استفاده از توپ بدنسازی	2208
4000		1	پیلینس برای کاهش وزن	2210
4000		1	تمرینات با استپ و دمبل - با مربی کلی کافی میبر	2211
4000		1	تمرینات بوکس در ایروبیک - با مربی کلی کافی میبر	2212
7000		2	پیشرفت غیر منتظره در بالا تنه - مربی کلی رابرتز	2213
4000		1	کاهش وزن در 30 روز - جیلیان میشلز	2214
4000		1	ایروبیک برای از بین بردن چربی ها - جیلیان میشلز	2215
4000		1	ایروبیک ریتمیک	2216
4000		1	تمرینات کششی عضلات - جنت جنکینز	2217
4000		1	تمرینات ایروبیک با متد تریسی اندرسون	2224
4000		1	ویژگیهای تمرینات فردی ایروبیک - مربی سارا مک لنود	2225
4000		1	نانالی، قبل و بعد از تمرین - لاغری با ایروبیک	2226
4000		1	تمرینات رژیمی برای عضلات شکم	2227
5000		1	5 مجموعه تانی بو - بیلی بلنکر	2290
4000		1	ایروبیک بعد از دوران بارداری - تریسی اندرسون	2291
4000		1	تمرینات شخصی ایروبیک (دمبل) - کریس فریگ	2292
4000		1	افزایش توان هوازی - روشهای مختلف طناب زدن	2306
4000		1	حرکات قدرتی ایروبیک - 6 هفته - برای بیشترین کاهش وزن	2307
16000		5	تمرینات کامل در خانه	2308
4000		1	هرم فوقانی و تحتانی بدن - ایروبیک	2309
4000		1	تمرینات قدرتی ایروبیک	2310
35000	1	10	دیوانه وار - تمرینات ورزیده سازی بدن در 60 روز	2320
8000		2	ایروبیک برزیلی - لئوناردو کاروالهو	2323
4000		1	آموزش تمرینات توپ بدنسازی - گاتر پترسون	2328
12000		4	مجموعه نرمشهای رفع خستگی و کششی - لو گری	2333
4000		1	تمرینات پایه و استقامتی برای بانوان	2337
4000		1	تمرینات قدرتی با توپ بدنسازی - لورن گولدنیک	2338

PRICE	CD	DVD	NAME	CODE
آیکیدو				
4000		1	آموزش آیکیدو با استاد موریهی یوشیبا	2058
5000		1	مجموعه آموزش آیکیدو استاد کوکن سوکاساوا	2184
1500		1	تکنیکهای کاربردی آیکیدو - سنسی ماری هینی	2296
10000		2	مجموعه 5 فیلم برنز آموزش آیکیدو	2313
1500		1	آموزش آیکیدو - سنسی یوشیمیتسو یاماتا	2348
5000		1	آموزش آیکیدو - سنسی شوچی نیشیو	2374
10000		2	آموزش آیکیدو کاربردی - استاد کوین بلاک	2423
3000		1	آموزش اصول آیکیدو - سنسی هنری گنو	2479
4000		1	آموزش آیکیدو - سنسی میتسویگی ستومی	2480
4000		1	نرم افزار آموزش آیکیدو - (سه بعدی)	62

آموزش های پزشکی و آسیب شناسی

4000		1	توان بخشی و مراقبت از ستون فقرات	2079
4000		1	ضد دوپینگ و مسائل مختلف آن	2156
2500		1	پزشکی در ورزش	2161
1500		1	آسیب شناسی	2165
3500		1	تمرینات برای پیشگیری از آسیبهای کمر و درمان کمردرد	2209
2000		1	بیومکانیک ورزش - دکتر مجید بازرگان ، دکتر احمد رضا عرشی	2453

اسکواش

3000		1	آموزش اسکواش	2093
8000		2	نمایش قدرت جانانان - آموزش و آنالیز اسکواش	2315
3500		1	فینال مسابقات اسکواش 2008 سوئد	2368

اسکی روی آب

4000		1	فیلم نمایشی ورزش ویک برد (نوعی اسکی روی آب)	2258
------	--	---	---	------

اسکی روی برف

4000		1	مستند تمرینات قهرمانان اسکی	2074
3500		1	استوربد 2008	2094
2500		1	استوربد 2006	2095
7500		1	آموزش اسکی از مبتدی تا حرفه ای - فارسی - پانا	2382
3000		1	آموزش اسکی برای مبتدیان و فراتر از آن - پتر هارت	2433

اسکیت بورد

4000		1	آموزش اسکیت بورد	2038
3000		1	راه را به من نشان بده - آموزش اسکیت برد	2302
3000		1	آموزش اسکیت برد - نقطه شروع	2303
3000		1	ترفندهای محرمانه اسکیت با مربی ویلی ساتوس	2304
7900		1	آموزش اسکیت بورد - فارسی - پانا	2383

اسکیت رول

4000		1	اسکیت رول 2003	2059
7000		2	حرکات نمایشی اسکیت رول	2481
1500		1	آموزش اسکیت رول (ایتالین)	2229
7900		1	آموزش اسکیت رول - فارسی - گروه ورزشی نندرست	2386

PRICE	CD	DVD	NAME	CODE
3500		1	افتادن در مسیر فنا - تمرینات رونی کلمن	2373
4000		1	تمرینات قدرتی در منزل - مربی باب هارپر	2415
8000		2	آموزش TRX - تمرینات مقاومتی کل بدن	2471

بسکتبال

7900	2		بسکتبال - نرم افزار (دوبله)	2019
4000		1	بسکتبال - NBA	2040
4000		1	آموزش تکنیکهای بسکتبال با مورگان ووتن - 1	2082
4000		1	آموزش تکنیکهای بسکتبال با جان وودن	2083
4000		1	تمرینات افزایش ارتفاع پرش در بسکتبال	2084
3500		1	اصول جادوئی بسکتبال با تیم آموزشی جانسون	2103
4000		1	مسابقات قهرمانی 2009 تیم لس آنجلس لیگرز	2104
2500	1		تکنیکهای بسکتبال - مورگان ووتن - 2	2190
2500	1		تکنیکهای بسکتبال - مورگان ووتن - 3	2191
4000		1	مسابقات قهرمانی 2010 تیم لس آنجلس لیگرز	2256
4000		1	پر تاب توپ با دقت بالا در بسکتبال	2261
4000		1	تمرینات برای افزایش کارایی بازیکنان محیطی بسکتبال	2270
4000		1	آموزش دریل در بسکتبال - جیسن رایت	2316
4000		1	راز تمرینات صحیح پر تاب توپ در بسکتبال	2317
2000	1		آموزش تکنیک های بسکتبال 4- سیستم های بازی - ووتن	2343
3500		1	مسابقه بسکتبال اسپانیا و آمریکا - المپیک 2008	2347
8000		2	بسکتبال خیابانی	2360
6500		1	آموزش بسکتبال - فارسی - یانا	2385
2500	1		پر ش عمودی با آکادمی پرشی اسکول - مارن رونی	2416
12000		3	بسکتبال برتر - آموزش کامل بسکتبال	2487

بیسبال

8000		2	تجزیه و تحلیل و تصحیح عیوب ضربه در سافتبال و بیسبال	2068
7000		2	مستند بیسبال	2174
3500		1	آموزش قسمتهای مهم بازی بیسبال	2376
5000		1	آموزش بیسبال	2377

بیلیارد

5900	1		بیلیارد - نرم افزاری (دوبله)	2018
3000		1	آموزش مقدماتی بیلیارد - استاد روبرت بیرن	2418

بوکس

10000		2	آموزش کامل بوکس	2075
8000		2	راز مشت زنی - شوگان و نینجا	2181
8000		2	آموزش دفاع با بوکس در درگیری های خیابانی	2183
6500		2	تکنیکهای مبارزه رینگ - رندی کوتوره	2237
8000		2	آموزش بوکس برای MMA	2354
2000	1		تمرین با توپ بزشکی جهت افزایش کارایی در بوکس	2357
14000		3	مجموعه کامل آموزش بوکس - کریس گنز	2421
4000		1	تمرینات هوازی بکمک ضربات بوکس	2463

بولینگ

4000		1	آموزش بولینگ - نکات کلیدی	2254
------	--	---	---------------------------	------

PRICE	CD	DVD	NAME	CODE
3000		1	اصول تمرینات کششی برای ورزشها	2367
4000		1	آموزش تمرینات با دمبل و هالتر - فردریش	2375
4000		1	اردوگاه انفجار چربی - سیدنی ویت مارش	2390
4000		1	تناسب با تریسی 1	2391
4000		1	تناسب با تریسی 2 - توپ بزشکی	2392
4000		1	استودیو سوزاندن چربی - مربی الن بارت	2393
4000		1	تناسب با تریسی 2 - توپ بدنسازی	2394
2500	1		تمرینات تائی بو برای کودکان - بیلی بلنگز	2396
4000		1	مراقب وزن خود باشید - تمرینات ایروبیگ ، پیلاتس ، یوگا	2405
4000		1	استودو لاغری - مربی الن بارت	2406
4000		1	بهترین تناسب اندام با پیلاتس و یوگا	2407
4000		1	سوزاندن چربی و فرم دادن با پیلاتس - الن بارت	2408
4000		1	تمرینات با توپ بدنسازی و دمبل - سوزی هریس	2417
4000		1	تمرینات هوازی بکمک ضربات بوکس	2463
8000		2	آموزش TRX - تمرینات مقاومتی کل بدن	2471
4000		1	نحوه تمرینات با دو چرخه سالی - شرمان	2472

بدمیتن

4000		1	آموزش کامل بدمیتن - مقدماتی و پیشرفته - ویووا	2023
7000		2	آموزش کامل بدمیتن - زانو جین هوآ	2063
3500		1	آموزش بدمیتن با همکاری KSIF	2230
1500		1	آموزش بدمیتن - هندی	2232

بدنسازی

7900		1	بدنسازی (دوبله)	2013
2500		1	بدنسازی - کمر و شکم	2031
2500		1	بدنسازی - پشت و پا	2032
2500		1	بدنسازی - سینه و شانه	2033
2500		1	بدنسازی - دست ها	2034
2500		1	بدنسازی - تمرین خانگی	2035
10000		2	مجموعه کامل بدنسازی - Muscle	2036
27000		13	آموزش بدنسازی P 90X	2039
6000		2	تمرینات 6 تکه نمودن عضلات شکم	2070
3500		1	تمرینات افزایش قدرت ورزشکاران - جو دفرانکو	2090
8000		2	آموزش بدنسازی با جو ویدر	2105
8000		2	دوره مربیگری آمادگی جسمانی و بدنسازی	2125
3000		1	تمرینات عملی قدرتی کار با وزنه - فارسی	2157
3000		1	مسابقات مستر المپیا 2009	2204
4000		1	تمرینات رژیمی برای عضلات شکم	2227
7000		2	دائرة المعارف بدنسازی رزمی با دمبل روسی 1	2235
7000		2	دائرة المعارف بدنسازی رزمی با دمبل روسی 2	2236
4000		1	برنامه کامل و تمرینات بدنسازی - برنج وارن	2274
4000		1	تمرینات بدنسازی کای گرین	2286
4000		1	افزایش توان هوازی - روشهای مختلف طناب زدن	2306
8000		2	اسرار جی کاتلر - نحوه تمرینات بدنسازی کاتلر	2312
35000	1	10	دبوانه وار - تمرینات ورزشی سازی بدن در 60 روز	2320
4000		1	هنر مقاومت - تمرینات با دمبل روسی	2322
4000		1	تمرینات بدنسازی ورزشهای رزمی با دمبل روسی	2331
4000		1	تمرینات قدرتی فقط با وزن بدن + کتابچه - پاول	2334
8000		2	اصول تمرینات با دمبل روسی 1 و 2	2335
4000		1	تمرینات قدرتی با توپ بدنسازی - لورن گولدنیک	2338
10000		2	آموزش پرورش اندام با مربی میلوس سارکو	2358
4000		1	ساخت شکم مانند سنگ و فولاد!	2365
3500		1	در مسیر جاده - تمرینات رونی کلمن	2371
7000		2	بیرجم - تمرینات رونی کلمن	2372

PRICE	CD	DVD	NAME	CODE
-------	----	-----	------	------

تردمیل

4000		1	آموزش استفاده از تردمیل	2055
------	--	---	-------------------------	------

تکواندو

5000		1	آموزش تکواندو - فرم ها	2047
4000		1	آموزش تکنیکهای پا و مبارزه در تکواندو	2282

تنیس خاکی

3500		1	Fixes & Fults - آموزش تنیس	2078
5000		1	مجموعه کامل آموزش تنیس DIVX	2172
4900	1		آموزش تنیس (دوبله)	2388

تنیس روی میز

4000	1		آموزش تنیس روی میز	2050
4000		1	مسابقات تنیس شانگهای 2005	2054
4000		1	آنالیز فنون تنیس روی میز در مسابقات	2067
3000	1		آموزش و تمرینات تنیس روی میز - فارسی	2152
3000	1		آموزش و تمرینات تنیس روی میز با تویپهای زیاد - فارسی	2153
2000	1		آموزش تنیس روی میز به همراه معرفی لوازم	2154

تیر اندازی

8000		2	آموزش تکنیک های تیر اندازی - مت بورت	2329
------	--	---	--------------------------------------	------

تیر اندازی با کمان

4000		1	مسابقات تیر اندازی با کمان - المپیک 2004 و 2008	2359
------	--	---	---	------

جو جیتسو

8000		2	آموزش جو جیتسو برزیلی - ساموئل ریبرو	2106
7000		1	فصل کامل روی زمین - تکنیک های جو جیتسو	2247
7000		2	جو جیتسو مارسلو گارسیا - سری 1	2248
7000		2	جو جیتسو مارسلو گارسیا - سری 2	2249
7000		2	جو جیتسو مارسلو گارسیا - سری 3	2250
7000		2	جو جیتسو مارسلو گارسیا - سری 4	2251
4000		1	آموزش جو جیتسو سامورایی	2300
4000		1	20 تکنیک فقل کردن بازو - جو جیتسو برزیلی	2321
18000		5	آموزش کامل جو جیتسو به کودکان	2486

جودو

7900		1	جودو (فارسی)	2015
12500		3	آموزش جودو در درگیری های رینگ - کارو پارسیان	2241
5000		1	آموزش کامل جودو - استاد مایک سوئن	2424

PRICE	CD	DVD	NAME	CODE
-------	----	-----	------	------

پاراگلایدینگ

3500		1	آموزش پاراگلایدینگ	2092
4000		1	اصول پرواز پاراگلایدینگ	2100

پارکور

3500		1	آموزش تکنیکهای پارکور	2351
8000		2	مجموعه 30 فیلم آموزشی پارکور به همراه فیلم جامپ لندن	2411

پاور لیفتینگ

3500		1	تمرینات و مسابقات پرس سینه یا رابان کنلی	2099
3500		1	آموزش پاور لیفتینگ - اسکات (با)	2118
3500		1	آموزش پاور لیفتینگ - پرس سینه	2119
6000		1	آموزش کامل رشته های پاور لیفتینگ	2462
4000		1	حقایق تمرینات قهرمان پاور لیفتینگ - جاد آیچز	2469

پلايومتریک - آمادگی جسمانی

4000		1	تمرینات افزایش ارتفاع پرس در بسکتبال	2084
3500		1	تمرینات افزایش قدرت ورزشکاران جودو فرانکو	2090
2500		1	تمرینات جهت افزایش سرعت در کلبه ورزشها	2101
1500		1	راهنمای کامل پلايومتریک - دون چو	2163
2500		1	تمرینات بسیار قدرتی پلايومتریک	2164
4000		1	افزایش توان هوازی - روشهای مختلف طناب زدن	2306
2000		1	تمرین با توپ پزشکی جهت افزایش کارایی در بوکس	2357
3000		1	اصول تمرینات کششی برای ورزشها	2367
8000		2	تمرینات افزایش قدرت ، سرعت و توان در ورزشهای رزمی - فرگوسن و سانتانا	2401
2500		1	اردوگاه سرعت نام شاو	2414
2500		1	پرش عمودی با آکادمی پریمی اسکول - مارتین رونی	2416
10000		2	تمرینات افزایش توان در ورزشهای رزمی - کوین کرنز	2422
8000		2	آموزش افزایش سرعت و کارایی در ورزشها در آکادمی پریمی اسپید اسکول - مارتین رونی	2429
4500		1	تمرینات قدرتی جهت افزایش سرعت در ورزشها در آکادمی پریمی اسپید اسکول - مارتین رونی	2432
2000		1	تمرینات پلايومتریک	2456
4000		1	افزایش سرعت ، قدرت و چابکی - مت جمیز	2475

پینت بال

4000		1	توصیف و مسابقات حرفه ای پینت بال	2253
------	--	---	----------------------------------	------

نائی چی

8000		2	آموزش نائی چی کمبت استاد وونگ	2176
------	--	---	-------------------------------	------

تری اتلن - ورزش سه گانه

8000		2	آموزش تری اتلن - ورزش سه گانه	2352
------	--	---	-------------------------------	------

PRICE	CD	DVD	NAME	CODE
-------	----	-----	------	------

دومیدانی

4000		1	آموزش استفاده از تردمیل	2055
3500		1	آموزش صحیح دویدن	2076
4000		1	دویدن سریع بدون آسیب دیدگی	2116
2000	1		آموزش دومیدانی - پرش سه گام	2192
2000	1		آموزش دومیدانی - پرش طول	2193
2000	1		آموزش دومیدانی - پرش و زنه	2194
2000	1		آموزش دومیدانی - دو با مانع	2195
2000	1		آموزش دومیدانی - دو سرعت	2196
2000	1		آموزش دومیدانی - پرش ارتفاع	2197
2500	1		آموزش و آشنایی با ورزش دو و میدانی - فارسی	2198
2000	1		آموزش دومیدانی - پرش با نیزه	2199
3000	1		راهنمای تمرینات دومیدانی برای مربیان - جک وارنر	2369
4000	1		تمرینات آمادگی جسمانی برای ورزش دو و میدانی	2474

راگی

5000	1		آموزش، تمرینات و مهارت های راگی	2065
------	---	--	---------------------------------	------

ژیمناستیک

12000		3	آموزش کامل ژیمناستیک - مارک ویلیامز	2110
4000		1	مسابقات ژیمناستیک بانوان 2008	2324
2000	1		کلاس آموزشی حرکات آکروباستیک	2297

سینکرونایز

1500	1		مسابقات سینکرونایز	2231
3500		1	مسابقات فاینال سینکرونایز المپیک 2008 چین	2431

ساقبال

8000		2	تجزیه و تحلیل و تصحیح عیوب ضربه به توپ در ساقبال	2068
------	--	---	--	------

سامبو (ورزش رزمی)

5000		1	آموزش سامبو - قفل کردن پا - استاد ایکور یاکیموو	2426
18000		5	آموزش کامل سامبو - ولادیسلاو کولیکوف	2485

سامورائی و کن دو

3500		1	راهنمای رسمی برای آغاز کن دو	2293
2000	1		آموزش شمشیر بازی - شمشیر پهن	2294
3500		1	دبیرستان کن دو	2295
4000		1	آموزش هان بو جوتسو	2299
5000		1	آموزش شمشیر بازی - شمشیر پهن	2301

سوار کاری

8000		2	دوره تئوری سوار کاری - پارلی	2024
------	--	---	------------------------------	------

PRICE	CD	DVD	NAME	CODE
-------	----	-----	------	------

جیت کان دو (ورزش رزمی)

12500		3	آموزش جیت کان دو - استاد روآن بلیکی	2482
-------	--	---	-------------------------------------	------

دفاع شخصی

1500	1		دفاع شخصی - نرم افزاری (فارسی)	2011
9000	4		حرفهای یک مبارز - دیالو فریزر	2180
8000		2	راز مشت زنی - آموزش توسط نینجا و شوگان	2181
8000		2	آموزش دفاع با بوکس در درگیری های خیابانی	2183
10000	4		آموزش دفاع شخصی - درگیری روی زمین پرش آمریکائی	2187
14000	6		راز درگیری های شهری - تکنیک های غلبه بر حریف در جدال های خشن	2246
4000	1		آموزش استفاده از سلاح های فیلپینی در مبارزه (چوب، باتوم، دفاع شخصی)	2257
4000	1		دفاع شخصی در خانه و محل کار - ولادیمیر ویسیلیو	2339
4000	1		دفاع شخصی بانوان و آقایان - دارن لوین	2340
3500	1		اصول مبارزات شهری	2362
3500	1		بنیانگذاران KFM - روش مبارزه خیابانی	2398
12000		3	نقاط حساس بدن در مبارزه و آموزش کامل مبارزه - استاد اسکات راگوز	2430
5000	1		آموزش دفاع علیه چاقو و اسلحه	2483

دوچرخه سواری - تریال

3500		1	تمرینات نمایشی با دوچرخه تریال	2378
3500		1	آموزش دوچرخه تریال	2379

دوچرخه سواری - سالتی

4000		1	نحوه تمرینات با دوچرخه سالتی - شرمان	2472
------	--	---	--------------------------------------	------

دوچرخه سواری - کورسی

2500	1		آموزش دوچرخه سواری - تمرینات با سرعت بالا - جکوبسون	2048
2000	1		تکنیکهای پدال زدن دوچرخه - جو فریل	2072
1000	1		دوچرخه کورسی	2168
4000	1		آموزش دوچرخه سواری - تحمل تمرینات با شدت زیاد	2188
4000	1		آموزش دوچرخه کورسی - تمرینات اصلی و مهارت ها	2189
4000	1		آموزش دوچرخه سواری برای قدرت	2404
4000	1		دوچرخه سواری برای تناسب اندام	2409

دوچرخه سواری - کوهستان

3500		1	تکنیکهای دوچرخه کوهستان	2060
4000		1	آموزش کامل تکنیکهای دوچرخه کوهستان	2298

دریانوردی

8000		2	آموزشهای دریانوردی	2410
------	--	---	--------------------	------

PRICE	CD	DVD	NAME	CODE
شیرجه				
5000		1	آموزش و مسابقات شیرجه	2179
4000		1	مسابقات شیرجه المپیک 2008 مردان - سکو 10 متر - فینال	2420

صخره نوردی

4000		1	تمرینات صخره نوردی 1	2098
4000		1	تمرینات صخره نوردی 2	2319
10000		2	آموزش کامل صخره نوردی، آموزش، تکنیک و تمرین	2350

طناب بازی

2000	1		آموزش طناب بازی و مهارت های طناب زنی	2169
4000		1	افزایش توان هوازی - روشهای مختلف طناب زدن	2306
3000		1	آموزش طناب بازی پیشرفته - مربی بادی لی	2419

قایقرانی

2000	1		آموزش چرخش در قایقهای کایاک	2053
4000		1	آموزش پیشرفته قایقهای کایاک در آب خروشان	2243
4000		1	آموزش پیشرفته قایقهای کایاک در رودخانه و سنگلاخ	2244
3000		1	آموزش قایقرانی - قایق کانو	2289
3500		1	تکنیکها و مهارت های گذر از رودخانه برای قایقرانان	2043

فوتبال

4000		1	آموزش دروازه بانی - مربی ری کلمنز	2044
7000		2	مدرسه تکنیکهای فوتبال	2046
4000		1	مستند FIFA	2049
4000		1	گلهای برتر فوتبال 2008	2071
4000		1	آموزش فوتبال به خردسالان 6 - 3 سال	2096
2500		1	آموزش دروازه بانی فوتبال با فرانس هوک	2111
2500		1	آموزش مهارتهای فوتبال با آلن شیرر	2112
4000		1	هیجان انگیزترین مسابقات جام جهانی	2114
4000		1	مجموعه گلهای مسابقات یورو 2004 پرتغال	2117
4000		1	آموزش فوتبال - سیستم بازی 1،3،4،3،1	2170
4000		1	آموزش فوتبال - سیستم بازی 1،4،3،3،1	2171
2000		1	مربیگری فوتبال نوجوانان	2233
4000		1	آموزش تمرینات با توپ به کمک دیوار	2242
4000		1	آموزش مهارت های پیشرفته فوتبال نونهالان	2271
4000		1	آموزش ضروری دروازه بانی فوتبال	2278
4000		1	تکنیک های برتر فوتبال نوجوانان	2284
4000		1	مدرسه فوتبال لاتزیو	2288
12000		3	آموزش جامع فوتبال (مهارت ، قدرت ، اسقامت)	2314
3500		1	تمرینات گرم کردن ، کششی و پلیومتریک برای فوتبال	2356
6500		1	آموزش فوتبال منچستر - فارسی - گروه ورزشی تندرست	2380
7900		1	آموزش دروازه بانی فوتبال - فارسی - تینا پردازش	2381
4000		1	آموزش تجزیه و تحلیل داوری فوتبال	2399
3000		1	آموزش فوتبال بروش برزیلی - سیمون کلیفورد	2403
3500		1	آموزش حرکات نمایشی با توپ	2435
3500		1	مربیگری فوتبال کودکان 5-8 سال - آلن میدیر	2461

PRICE	CD	DVD	NAME	CODE
شطرنج				
1500	1		شطرنج (فارسی)	2016

شمشیر بازی

2000	1		تمرینات انعطاف پذیری شمشیربازی	2115
5000		1	آموزش شمشیر بازی - شمشیر پهن	2301

شنا

4500		1	آموزش شنای گراال سینه دیوید مارش - فارسی	2001
4000		1	آموزش شنای گراال پشت - دیوید مارش	2002
2500		1	آموزش شنای قورباغه - دیوید مارش	2003
2500		1	آموزش شنای پروانه - دیوید مارش	2004
2500		1	آموزش استارتها در شنا - دیوید مارش	2005
2000		1	آموزش شنای قورباغه - ریچارد کوئیک	2006
4000		1	آموزش شنای گراال سینه - ریچارد کوئیک	2007
4000		1	آموزش شنای گراال پشت - ریچارد کوئیک	2008
2500		1	آموزش شنای پروانه - ریچارد کوئیک	2009
4000		1	آموزش استارتها و برگشتها در شنا - کوئیک	2020
4500		1	آموزش شنای قورباغه - آماندا - فارسی	2021
4000		1	آموزش شنای گراال سینه روش متمایز	2022
4000		1	آموزش شنا بروش استرالیایی	2026
14000		3	مجموعه آموزش شنای دیوید مارش	2027
15000		4	مجموعه آموزش شنای ریچارد کوئیک	2028
3500		1	تکنیکهای شنای پروانه - مایکل فلیس	2057
3500		1	شنای سریع پروانه با مایکل فلیس -	2069
2500		1	تمرینات بدنسازی شنا - مارش و کارگوسکا	2085
2500		1	تمرینات و نرمشهای شنا (خارج آب) - ادی سینوت	2097
4000		1	لذت شنا - آشنایی با آب و مقابله با ترس	2108
4000		1	تمرینات پیشرفته برای تنفس بهتر در شنا	2109
4000		1	شنای گراال سینه آسان - تری لاکین	2120
3500		1	تکنیکهای پایه شنای گراال سینه - میکی وندر	2127
3500		1	تکنیکهای پایه شنای گراال پشت - میکی وندر	2128
3500		1	تکنیکهای پایه شنای قورباغه - میکی وندر	2129
3500		1	تکنیکهای پایه شنای پروانه - میکی وندر	2130
12000		4	مجموعه کامل آموزش شنا - میکی وندر	2131
4000		1	شنای گراال سینه - تام جگر	2143
2500		1	شنای گراال پشت - تام جگر	2144
2500		1	شنای قورباغه - تام جگر	2145
4000		1	آموزش شنای پروانه - تام جگر	2146
3000		1	آموزش استارت و برگشت در شنا - تام جگر	2147
14000		3	مجموعه کامل شنای تام جگر	2148
6000		1	مجموعه کامل آموزش شنا و آشنایی با تجهیزات شنا	2175
5000		3	آموزش شنا - آقای اقبالی	2178
1500		1	آموزش شنای نونهالان	2228
3500		1	شنا در آب های آزاد، مهارت، تکنیک و راهنمایی مسابقه	2345
5000		1	نحوه آموزش شنا به کودکان و نوجوانان، دوره مربیگری شنا توسط استاد پرویز هدایت	2436
10000		2	مسابقات فینال شنا - المپیک 2008	2477
5000		2	مسابقات فینال شنا - 2002 مسکو	2478
2500		1	دنیای شنا - فارسی	SD-3

PRICE	CD	DVD	NAME	CODE
2000	1		مربیگری کشتی گیران جوان	2141
2000	1		تکنیکهای منتخب در مسابقات نهایی کشتی	2142
10000		3	کشتی آمریکائی در مبارزه - تونی سه چین	2186
5000		1	قهرمان کشتی شوید - مربی جان اسمیت	2363
5000		1	اصول خاک کردن حریف در کشتی - مربی جان اسمیت	2364
7900		1	آموزش کشتی - فارسی	2387
3000		1	فیزیولوژی، ریکاوری و علم تغذیه در کشتی	2438
3000		1	آموزش کشتی - مربی هاشم قنبری	2439
3000		1	تمرینات در اردو تیم ملی کشتی مربی کاوه	2440
2000	1		آموزش کشتی مربی چمن گلی	2441
2000	1		آموزش کشتی - هادی حبیبی	2442
2000	1		آموزش کشتی - غلام محمدی	2443
2000	1		آموزش کشتی - عباس جدیدی	2444
2000	1		آموزش کشتی - اکبر نژاد	2445
2000	1		نحوه استفاده از طناب کشتی در تمرینات کشتی، امیر توکلیان	2446
2000	1		یک روز با تمرینات و بدنسازی تیم ملی کشتی نوجوانان، اکبر فلاح	2447
2000	1		آموزش کشتی - علیرضا سلیمانی	2448
1500	1		آموزش بدنسازی کشتی - یدالله اعتمادی و رفوگر	2449
2000	1		آموزش کشتی - محمدیان - عسگری	2450
2000	1		آموزش کشتی و نرمشها - محمد طلایی و خرسندل	2451
2000	1		آموزش زیرگیری کشتی در مسابقات	2452
4000		1	کلاس آموزش کشتی - استاد منصور برزگر	2454
3000		1	کلاس آموزش کشتی - حسام الدین جعفری	2455
3000		1	کلاس روانشناسی کشتی	2457
10000		2	کلاس آموزش کشتی فرنگی - ناصر نوربخش	2470
4000		1	مسابقات کشتی قهرمانی جهان - هر نینینگ 2009	2473
7000		2	آموزش کشتی - مربی نجفی - جویباری	2476
9000		2	گلچین مسابقات کشتی - المپیک 2008	2484

کشتی کج

10000		2	آموزش کشتی کج (سبک CSW) اریک پائولسون	2332
-------	--	---	---------------------------------------	------

کونگ فو

4000		1	آموزش وینگ چون کونگ فو - اصول مبارزه قسمت 1 و 2 - استاد رندی ویلیامز	2281
12000		3	آموزش کونگ فو چینی - یانگ جوئینگ مینگ	2327

کیک بوکسینگ

6000		1	آموزش تکنیک های دفاع و مبارزه در کیک بوکسینگ	2342
2500		1	مهارتهای کیک بوکسینگ	2397

گلف

14000		4	آموزش کامل گلف	2051
7500		2	آموزش گلف - ادی میرنز	2318
8000		2	آموزش گلف - رازهای بازی کوتاه - فیل مایگلسون	2336

PRICE	CD	DVD	NAME	CODE
-------	----	-----	------	------

فوتبال آمریکایی

7000		2	گزارش و نمایش چند مسابقه فوتبال آمریکائی	2056
------	--	---	--	------

فوتسال

3000	1		تمرینات مربیگری فوتسال	2234
8000		2	دوره مربیگری فوتسال	2311
4000		1	تمرینات آمادگی جسمانی و بدنسازی فوتسال	2464
5000		1	آموزش دروازه بانی در فوتسال	2465
4000		1	آموزش تاکتیکهای بازی در فوتسال	2466
4000		1	آموزش مهارتها و تکنیکها در فوتسال	2467
8000		2	آموزش نحوه بازی، نقش بازیکنان در فوتسال	2468

فریزی (بازی با دیسک)

4000		1	آموزش و تکنیک های ورزش فریزی	2330
3500		1	آموزش هنر فریزی - مربی ذن	2353

کاجوکنبو (ورزش رزمی)

3500		1	انقلاب کاجوکنبو - استاد آنجل گارسیا	2370
------	--	---	-------------------------------------	------

کاراته

7900		1	کاراته (فارسی)	2014
3000		1	کاتاهای شوتوکان کاراته	2427
3000		1	تمرینات قدرتی کاراته سبک گوجوریو - موریو هیگانا	2428
5000		1	دائرة المعارف کیوکوشین کاراته - آموزش کاتاهای و مبارزه	2434
2500		1	آموزش مبارزه در کاراته سبک شینوریو	2460

کایت بردینگ

3500		1	آموزش مقدماتی کایت بردینگ	2061
8000		2	راهنمای کامل آموزش کایت بردینگ	2077

کریکت

3500		1	مسابقه کریکت	2062
------	--	---	--------------	------

کشتی

4000	1		اصول و فنون کشتی	2134
2000	1		آموزش فنون کشتی (1) - دان گیبیل - SP	2136
2000	1		آموزش فنون کشتی (2) - دان گیبیل - TP	2137
2000	1		آموزش فنون کشتی (3) - دان گیبیل - BP	2138
2000	1		کشتی حرفه ای (1) - دان گیبیل - OF	2139
2000	1		کشتی حرفه ای (2) - دان گیبیل - OM	2140

PRICE	CD	DVD	NAME	CODE
-------	----	-----	------	------

موج سواری

8000		2	مجموعه عظیم نمایش موج سواری	2355
3000		1	موج سواری نمایشی	2402
3500		1	آموزش موج سواری	2437

نجات غریق

3000	1		آموزش نجات غریق	2030
------	---	--	-----------------	------

نینجوتسو

5000		1	آموزش کامل نینجوتسو - ریچارد ون دوک	2341
4000		1	نینجوتسو استاد ماساکی هاتسومی	2366

واترپلو

2500	1		آموزش واتر پلو	2029
------	---	--	----------------	------

والیبال

4000		1	تمرینات افزایش ارتفاع پرش در والیبال و بسکتبال	2084
4000		1	آموزش والیبال - سیستمهای دفاع و حمله	2155
2000	1		آموزش پاس و سرویس در والیبال - مربی جان داینک	2218
2000	1		مربیگری و روشهای بازی در والیبال	2219
2000	1		بازیکن قهرمان والیبال شوید	2220
2000	1		آموزش پاسور در والیبال - مربی جان داینک	2221
2000	1		آموزش دفاع و بلوک در والیبال - مربی جان داینک	2222
2000	1		آموزش اسپک در والیبال - مربی جان داینک	2223
2500	1		مربیگری والیبال نوجوانان - تکنیکها و تاکتیکها	2412
2500	1		پرش عمودی یا آکادمی بریسی اسکول - مارتین رونی	2416
2000	1		آموزش مینی والیبال	2459

وزنه برداری

8000		2	آموزش وزنه برداری یک ضرب و دو ضرب + نرم افزار	2162
------	--	---	---	------

ووشو

5900	1		ووشو (فارسی)	2017
3000		1	آموزش ووشو - فرم شماره 8 لیانگ	2346

وینگ چون

10000		2	مجموعه ی آموزشی وینگ چون YIP MAN - بنی منگ	2245
85000		2	آموزش وینگ چون استاد بزرگ - فرم ها و سلاح ها	2252
8500		2	آموزش وینگ چون استاد آکوستین فونگ - فرم و سلاح	2255
2000	1		آموزش وینگ چون - PNSNT	2259

PRICE	CD	DVD	NAME	CODE
-------	----	-----	------	------

ماساژ

5900	1		آموزش علمی ماساژ (فارسی)	2010
3000	1		آموزش کامل و کام به کام ماساژ تایلندی	2091
3000	1		آموزش ماساژ پاها (رو و کف پا)	2133
4000	1		آموزش کامل ماساژ شباتسو	2135
4000		1	تکنیک های ماساژ خود - راهنما و آموزش عملی	2305
6500		1	آموزش ماساژ و چی گانگ - فارسی - پانا	2384

ماهگیری

5000		1	آموزش ماهگیری	2113
------	--	---	---------------	------

مبارزه آزاد

5000		1	آموزش کلاویزی رینگی مانوئل گارسیا نایتو	2185
5000		1	تکنیک های مبارزه رینگی - با مربی رندی کوتوره	2237
3500		1	ترکیب تمرینات ورزشهای رزمی - با مربی مت هوکس	2238
3500		1	تکنیکهای مبارزه آزاد رینگی - استاد میرکو کروکوپ	2239
4000		1	قتل روی زمین - استاد فرانک تریک	2240
12500		3	آموزش جودو در درگیری های رینگی توسط استاد کارو پارسیسین	2241
8000		2	تمرینات افزایش قدرت ، سرعت و توان در ورزشهای رزمی - فرگوسن و سانتانا	2401
10000		2	تمرینات افزایش توان در ورزشهای رزمی - کوین کرنز	2422
5000		1	آموزش مبارزات آزاد UFC - استاد چاک لیدل	2425
12000		3	نقاط حساس بدن در مبارزه و آموزش کامل مبارزه - استاد اسکات راگرز	2430
5000		1	آموزش قتل کردن پاها در مبارزات - گوکور چویچین	2458

مبارزه با چوب و باتوم

10000	4		تمرینات با چوب (مدارس رزمی سنتی غرب چین)	2182
3500		1	راهنمای رسمی برای آغاز کن دو	2293
2000	1		آموزش شمشیر بازی - شمشیر پهن	2294
3500		1	دبیرستان کن دو	2295
4000		1	آموزش هان یو جوتسو	2299
4000		1	آموزش استفاده از سلاح های فیلبینی در مبارزه (چوب ، باتوم ، دفاع شخصی)	2257

مبارزه با نانچکو

5000		1	آموزش نانچکو - من هم می توانم	2177
------	--	---	-------------------------------	------

موتور سواری

4000		1	حرکات نمایشی موتورسواران - XGB	2073
------	--	---	--------------------------------	------

PRICE	CD	DVD	NAME	CODE
هندبال				
5000	1		کلاس مربیگری و آموزش هندبال - فارسی	2158
6500	1		آموزش مدل های شلیسه و حمله در هندبال	2159
5000	1		تمرینات ، آموزش و مسابقات هندبال - 1982	2160

PRICE	CD	DVD	NAME	CODE
یوگا				
1500	1		2012 یوگا (فارسی)	2012
12000	4		آموزش یوگا آرن فیگر	2025
4000	1		تمرینات مقدماتی بودوکان - کامرون شین	2325
4000	1		بودوکان - قدرت ، چابکی ، یوگا	2326
4000	1		آموزش یوگا برای بچه ها - مربی مارشا و نیک	2361
4000	1		شکل دهی بدن با یوگا فشرده	2395
2500	1		سوزاندن چربی با یوگا - آیوانهو	2400
4000	1		بهترین تناسب اندام با پیلاتس و یوگا	2407
11000	3		تمرینات یوگا - مربیان هاوارد نایر و رودنی بی	2413

PRICE	CD	DVD	NAME	CODE
ورزش سالمندان				
2000	1		تستهای آمادگی جسمانی سالمندان	2166
12000	4		مجموعه نرمشهای رفع خستگی و کششی - لوگری	2333

PRICE	CD	DVD	NAME	CODE
ورزش کودکان				
2000	1		ورزش کودکان	2167
2000	1		آموزش طناب بازی و مهارت های طناب زنی	2169
4000	1		آموزش یوگا برای بچه ها - مربی مارشا و نیک	2361
2500	1		تمرینات تائی بو برای کودکان - بیلی بلنکر	2396

PRICE	CD	DVD	NAME	CODE
سایر فیلمهای رزمی				
3500	1		بهترین صحنه های فیلمهای رزمی	2052
3500	1		ترکیب تمرینات ورزشهای رزمی - مت هوگس	2238
8000	2		تمرینات افزایش قدرت ، سرعت و توان در ورزشهای رزمی - فرگوسن و سانتانا	2401
10000	2		تمرینات افزایش توان در ورزشهای رزمی - کوین کرنز	2422

PRICE	CD	DVD	NAME	CODE
2000	1		آموزش وینگ چون - شانولین چی سیم	2260
4000	1		وینگ چون استاد وونگ - (آدمک چوبی)	2262
4000	1		وینگ چون استاد وونگ - فرم Biu Gee	2263
4000	1		وینگ چون استاد وونگ - فرم Chum Kiu	2264
4000	1		تمام تکنیکهای مبارزه در وینگچون - سیفو چون	2265
4000	1		وینگ چون استاد وونگ - (هنر مبارزه)	2266
4000	1		وینگ چون استاد وونگ - (دفاع شخصی)	2267
4000	1		وینگ چون استاد وونگ - Sil Lim Tao	2268
4000	1		آموزش سیستمهای عملگردهی آدمک چوبی	2269
5000	1		آموزش وینگ چون استاد گری - تکنیک های دست و پا	2272
4500	1		مبارزه مستقیم و تمرینات آدمک چوبی	2273
4000	1		آموزش چی سان و وینگ چون - ویکتور گیوترز	2275
3000			آموزش وینگ چون - تکنیکهای ضد حمله دست	2276
3000	1		آموزش وینگ چون - فرم های دست	2277
4000	1		آموزش وینگ چون گونگ فو - آدمک چوبی استاد رندی ویلیامز	2279
2000	1		وینگ چون - گلاوبز شدن و استفاده از پا در مبارزه استاد ویکتور گیوترز	2280
4000	1		آموزش وینگ چون گونگ فو - اصول مبارزه قسمت 1 و 2 - استاد رندی ویلیامز	2281
4000	1		سمینار و آموزش وینگ چون - استاد کلیو پاتر Siu Lin Tao & Chum Kiu	2283
4000	1		آموزش وینگ چون - اصول مبارزه - استاد دونگان لئونگ - علم مبارزه	2285
4500	1		آموزش وینگ چون - اصول ، ساده و آسان	2287

PRICE	CD	DVD	NAME	CODE
هایکیدو				
10000	2		آموزش هایکیدو - استاد بونگ سو هان	2344

PRICE	CD	DVD	NAME	CODE
هاکی				
4000	1		آموزش و تمرینات استقامتی برای هاکی روی یخ	2107
10000	2		آموزش کامل هاکی روی یخ - فراتر از حد باور	2349

جهت مشاهده جزئیات و صحنه هایی از فیلمها می توانید **کد** فیلم مورد نظر را در موتور جستجوی سایت

(www.SportVideo.IR)

(واقع در بالای ستون سمت راست ، در صفحه اول فروشگاه ، وارد نموده و کلید جستجو را بزنید .)

چگونگی سفارش و نحوه دریافت کالا

کلیه سفارشات بصورت پستی ارسال شده و بعد از دریافت سفارش ، می توانید مبلغ آن را به مامور پست بپردازید . شما می توانید سفارش خود را بصورت اینترنتی انجام داده و یا از طریق تماس با شماره 09118837532 سفارش خود را اعلام نمایید .

برای سفارشات بالای 8000 تومان یک فیلم بعنوان **هدیه** ارسال می گردد .

در صورت خرید بصورت نقدی و واریز مبلغ به حساب فروشگاه هزینه پست رایگان می باشد .

(جهت اطلاعات بیشتر در این زمینه تماس بگیرید . این سفارشات با پست سفارشی ارسال خواهند شد .)

خرید بالای 100,000 تومان شامل **10 درصد تخفیف** ، به همراه **ارسال رایگان** می باشد .