



15 CORRECCIONES EN POCOS SEGUNDOS



FOTO 1

Muchas veces nos encontramos con algunos errores dentro de un partido que nos cuesta resolver. En esta nota les daremos algunos breves “trucos” para corregirlos y así evitarlos.

1 No se meta en problemas

Cuando se encuentre fuera de ritmo, incómodo con los golpes o con los envíos de su rival, no se complique con tiros difíciles. Juegue por las diagonales, use un mayor margen de error, recurra al globo más frecuentemente, trate de bajar la velocidad al juego, tómese el tiempo para pensar, no se apresure. En estas ocasiones es cuando se suelen perder muchos puntos seguidos, difíciles de recuperar.

2 Cuando tuvo un “tiro de suerte”, aumente su margen de error en el próximo golpe

Hay veces que nos encontramos con “faja a favor” o algún rebote en los alambres que “para su suerte” le dieron un punto “inesperadamente rápido”. NO trate de realizarlo nuevamente en su próximo tiro, recuerde que la suerte lo ayudó, “NO vaya por más”. El caso concreto es cuando usted jugó

una pelota muy “rasante” que su rival no pudo devolver, “levante la mira” para el próximo golpe ya que es muy probable que el tiro siguiente quede en la red.

3 Luego de un gran punto, juegue con cuidado

Es muy frecuente que después de jugar un gran punto, muchos jugadores intentan “otro mejor”, tomando más riesgos de la cuenta.



FOTO 2

Apenas termine ese “gran punto”, “baje a tierra” y siga jugando seguro, no lo intente nuevamente. Por eso siempre decimos “después de una gran jugada, un gran error”.

4 Cuidado con la “ley de la tercera bandeja”

Cuando reciba varios “globos seguidos” cuídese mucho de esa tercera bandeja, es muy probable cometer un error. Por eso, cada vez que pase por esa situación, piense en esa “ley”, recuérdela y no cometa el error.

5 Cuando jueguen un tie break sean agresivos

Quizás llegó a un “seis iguales” jugando de una forma. El tie break es un “partido” aparte. Sean ustedes los que tomen la iniciativa, no lo dejen al rival, propongan su juego, sean agresivos, “salgan a buscarlo”. Sean ustedes los que “marquen su destino”. No jueguen pensando “que sea lo que Dios quiera”, vayan ustedes “al frente”. Si ganan, se quedarán conformes, y si lo pierden, sabrán que “lo intentaron”.

6 Sean sinceros entre compañeros

A menudo ocurre que cada jugador decide hacer lo que le parece y muchas otras no están de acuerdo con el planteamiento que le propone el compañero.

En los casos que decidan cambiar la táctica de juego, háganlo en conjunto, aunque alguno de los dos no esté muy de acuerdo, trate de “probarla” durante algunos juegos para darle tiempo al “resultado”. Sean sinceros y hagan lo mismo, ya que debemos recordar que el pádel se juega en equipo, de a dos, pero en equipo al fin.

7 Hable con su compañero

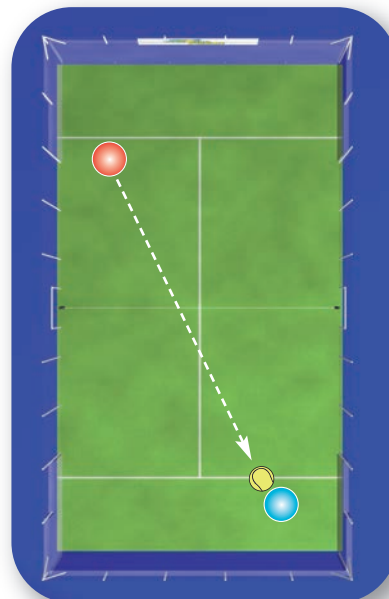
Cuando las cosas salen bien, todos nos “llevamos bárbaro” dentro de la cancha. Cuando no es así, comienzan las “desinteligencias”. Por eso, en las malas, caminen juntos, salgan al cambio de lado juntos, hablen más que de costumbre, aliéntense, usen el humor para “romper” las tensiones, comuniquen las jugadas previamente, demuestren en todo momento “compañerismo” entre ustedes.

8 ¿Está fuera de ritmo?

Hay días en los que se siente golpeando mal a la pelota, fuera del centro, tarde o incómodo.

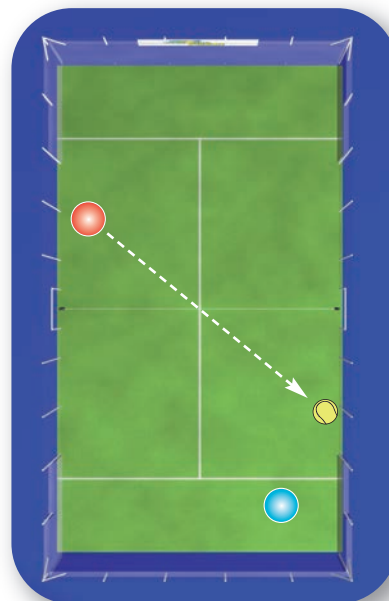
La solución técnica es “recortar” el armado, hacer algunos “gestos” de los golpes, tratar de relajarse, realizar jugadas más simples. Puede “pasarle” el juego a su compañero jugando en paralelo, aproveche el tiempo entre

FIGURA 1



Cuando esta lejos de la red Use la bandeja a los pies del rival.

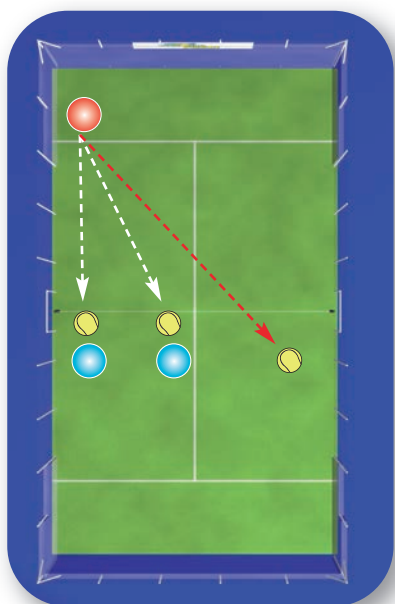
FIGURA 2



Use la bandeja a la reja cuando se encuentre cerca de la red y cerca del alambre.

cambios de lado para sentarse y así entrar nuevamente menos tensionado, mire fijo a la pelota (siga a la “costura” en el aire). La solución “física” es moverse más rápido, “levantar pulsaciones” y así estar más preparado para moverse con mayor “explosión”.




FIGURA 3


Cubra las opciones más simples del rival (paralela y medio) deje la "chiquita libre" como "trampa" al rival, ya que es el tiro más difícil.

9 Use la bandeja a los pies

Tal vez su bandeja a "la reja" les da muy buenos resultados, pero... ¡oh no no entra! Use ese tiro sobre los pies del rival (*ver figura 1*), o sea, al vértice cruzado a su lado. De esta forma no hará tanto daño, pero utilizará la mayor distancia de la cancha. Sólo juegue la bandeja a las rejillas, cuando se encuentre cerca de la red y cerca de su propia reja (*ver figura 2*), así lo hará con mayor ángulo y por lo tanto, con mayor seguridad. Puede inclusive, darle más velocidad. Úsela tratando que primero pegue en la pared del fondo y luego en la lateral, de esta forma también complicará a su adversario.

10 Si se siente apurado, si puede, juegue "para arriba"

Hay partidos en los que nos encontramos apremiados por la velocidad de nuestros contrarios, estamos siempre "contra las cuerdas" en el fondo de la cancha, no podemos salir de allí, para esos casos, apenas tenga la oportunidad de una pelota lenta, juegue a su globo alto cada vez que pueda, así le sacará velocidad al juego. Y,

en cuanto pueda tome la red, inclusive, yendo a volar el smash de su contrario. Esto lo ayudará a "salir del fondo".

11 Según su error, sea su propio profesor

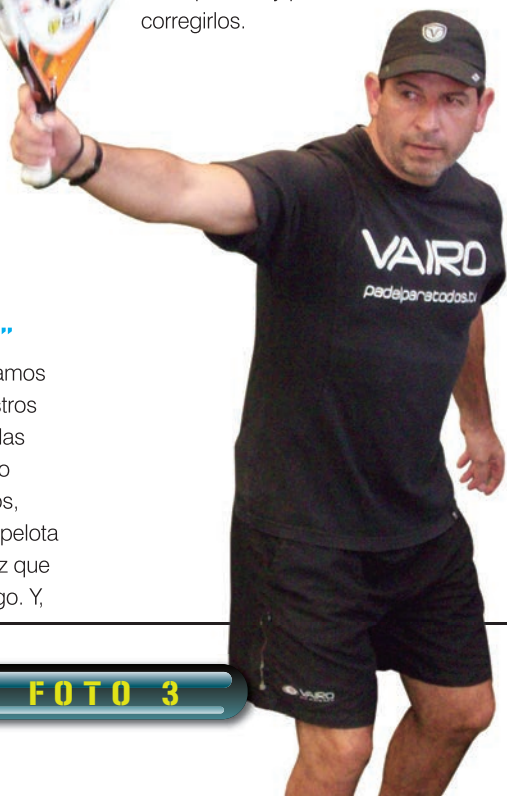
Recuerde que si el error en su tiro, es hacia los lados, seguramente golpeo o muy temprano o muy tarde (le saldrá cruzado o abierto). Contacte entre la cadera y rodilla delante del cuerpo para los tiros planos (*ver foto 1*).

Si su tiro lleva mucha velocidad (y se le va por la pared de fondo) la preparación seguramente fue muy amplia. Recorte el armado, 4 dedos entre el codo y el cuerpo (*ver foto 2*).

Si su tiro fue corto o no paso la red, seguramente la terminación fue muy corta. Termine empujando la bola bien adelante, eso le dará mayor profundidad al tiro (*ver foto 3*).

12 Olvide sus errores después de un balance

Muchas veces los jugadores se quedan pensando en errores pasados. Trate de analizar porque lo cometió, pero no siga "enganchado" en dichos errores, sea positivo y piense en corregirlos.



13 Juegue en equipo

A veces la definición "pareja" quizás no sea la mejor. Al pádel se juega en equipo, donde cada uno aporta a dicho equipo algo distinto, en forma complementaria y no "siempre parejo". Por ello, colabore en los rebotes del compañero, acercándose (*ver foto 4*). Vea quien arma el punto y quien es más eficaz en la definición.

Cubran la paralela y el centro de la cancha, dejen los "rincones" como "trampa" al rival (*ver figura 3*). Hablen entre cada punto y muéstrense como un equipo "indestructible".

14 Caminen juntos en la cancha

Durante un partido, es mayor la cantidad de tiempo que uno no está en juego, donde caminan, se acomodan para el próximo punto, cambian de lado, etc. La sensación de equipo los hará más fuertes, será entonces, como los vean, caminando juntos, hablando, preparando la próxima jugada, festejando y alentándose, sobretodo en los peores momentos.

15 Calibre" su globo

Muchas veces, juegan en canchas distintas, al aire libre o bien con techos con mayor o menor altura. Por ello, use un armado corto para ese globo y una mayor terminación, para darle más altura y mayor profundidad. ■

JORGE NICOLINI

FOTO 3
