



Cómo Jugar EN BLOQUE



Esta vez nos vamos a referir a un tema que suele provocar muchas dudas en una pareja. Como sabemos, lo ideal en el pádel es que los dos jugadores se encuentren siempre en la misma posición, es decir, o los dos atrás en posición de defensa, o los dos adelante en posición de ataque.

UNA VEZ COMPRENDIDO ESTO, LO PRIMERO QUE SE DEBE TENER EN CUENTA, es como cubrir bien todos los espacios en la pista sin dejar lugares "abiertos". Para eso se debe jugar en bloque en las dos posiciones, intentando mantener siempre la misma distancia entre los dos jugadores.

Ya sea en defensa o en la red, debemos movernos juntos todo el tiempo de un lado al otro siguiendo la trayectoria de la bola. Como vemos en la foto 1, cuando la jugadora del revés va a cubrir la paralela, la compañera debe moverse también para cubrir el centro de la pista. Si la bola le viniera a la jugadora del revés, esta debería jugar paralelo o como mucho al centro, para mantener bien cubierta la red. En caso de que esta jugadora decidiera jugar cruzado, estaría "vendiendo" a su compañera, que se encuentra muy cerca de ella. Cuando la bola fue jugada sobre el centro de la pista, las dos jugadoras en ataque deben cubrir el medio, ya que es el lugar por donde podría venir la respuesta de las rivales.

Los lugares que quedarían descubiertos serían las dos diagonales, que aunque los rivales quisieran jugar la bola por allí, estarían arriesgando demasiado.

FOTO 1



FOTO 2



FOTO 3



Cuando se cubre el centro de la pista, más allá de quien vaya a golpear, las dos raquetas deben estar cerca. Es decir, que la que golpea esté delante y la de la compañera se encuentre detrás por las dudas (foto 2).

Este movimiento de cobertura del centro se repite muchísimas veces en un juego,

provocando dudas en los jugadores en cuanto a quién debería golpear.

Si la bola es golpeada por alguno de los defensores desde la zona central de la pista las opciones de los atacantes serán:

- 1 Respetar las diagonales: esto significa que si golpea el jugador del revés en defensa, la obligación de cubrir el centro es del jugador del revés en ataque. Y lo mismo en caso contrario si golpeará el de derecha.
- 2 Si la bola viene desde el centro, lo aconsejable es que cubra el centro el jugador del lado del revés por ser diestro. En caso de que haya un zurdo en la pareja, podría golpear cualquiera de los dos.
- 3 Otra opción, es cuando la bola viene por el centro a gran velocidad, por lo que la

prioridad en este caso es del que primero llega a golpear.

- 4 Y en caso de que exista un previo acuerdo entre los dos jugadores, para que sea uno de los dos quién vaya a cubrir siempre el centro de la pista.

Y cuando la bola se encuentra en el otro ángulo de la pista, la jugadora de derecha va a cubrir su paralela, y la

compañera se debe desplazar a cubrir en centro (foto 3).

Esta sería la forma de moverse en bloque para cubrir correctamente la red en posición de ataque. Los desplazamientos serían como los de un "limpiaparabrisas" (limpia vidrios) de un coche, que se mueven de un lado a otro manteniendo siempre la misma distancia entre sí.

PRÓXIMOS CURSOS DE MAXI CASTELLOTE Y JORGE NICOLINI

CURSOS DE MONITORES:

MADRID: 9, 10 y 11 de julio • BLANES (GERONA): 16, 17 y 18 de julio

PRÓXIMOS CURSOS SEPTIEMBRE:

Entrenadores en Madrid y Monitores en Tenerife.

Contacto:

663987570

cursos@padelalmaximo.com



CURSUS PADEL 16/17 MONITORES GERONA

Jorge Nicolini
 Club: Padel Costa Brava Indoor
 Calle: Suroeste 14, 77
 17100 - Blanes - Gerona
 Teléfono: 97224423
 www.padelalmaximo.com

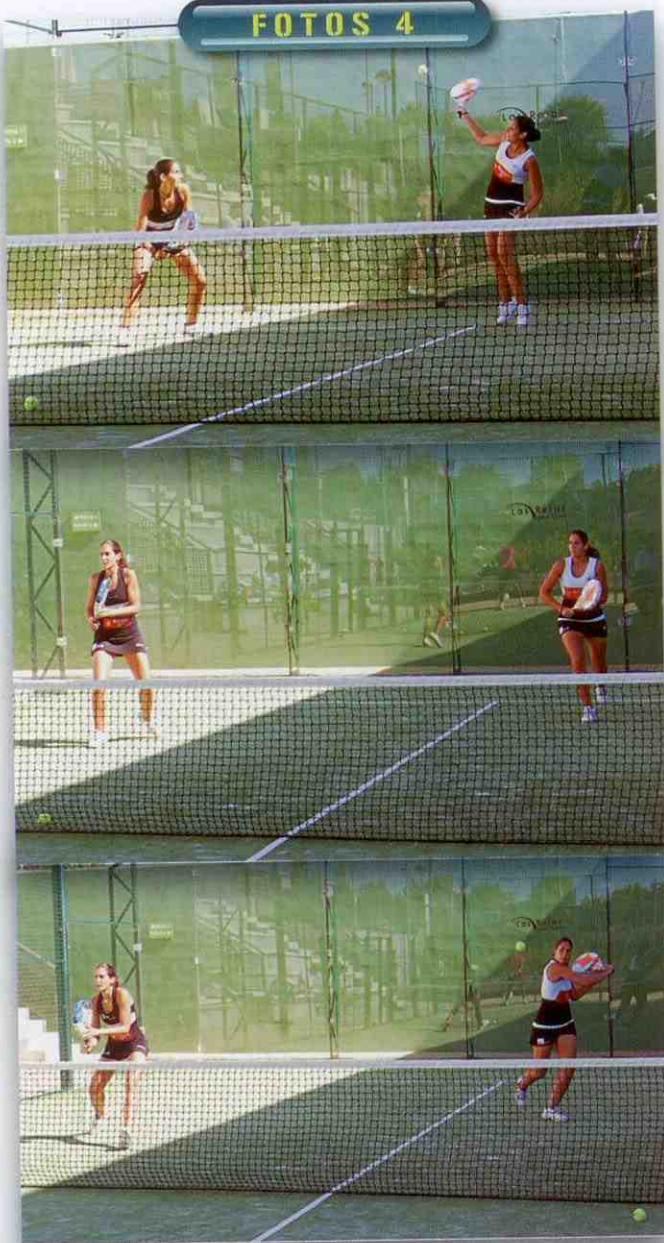
Maxi Castellet
 Club: Padel Costa Brava Indoor
 Calle: Suroeste 14, 77
 17100 - Blanes - Gerona
 Teléfono: 97224423
 www.padelalmaximo.com

Información: www.padelalmaximo.com

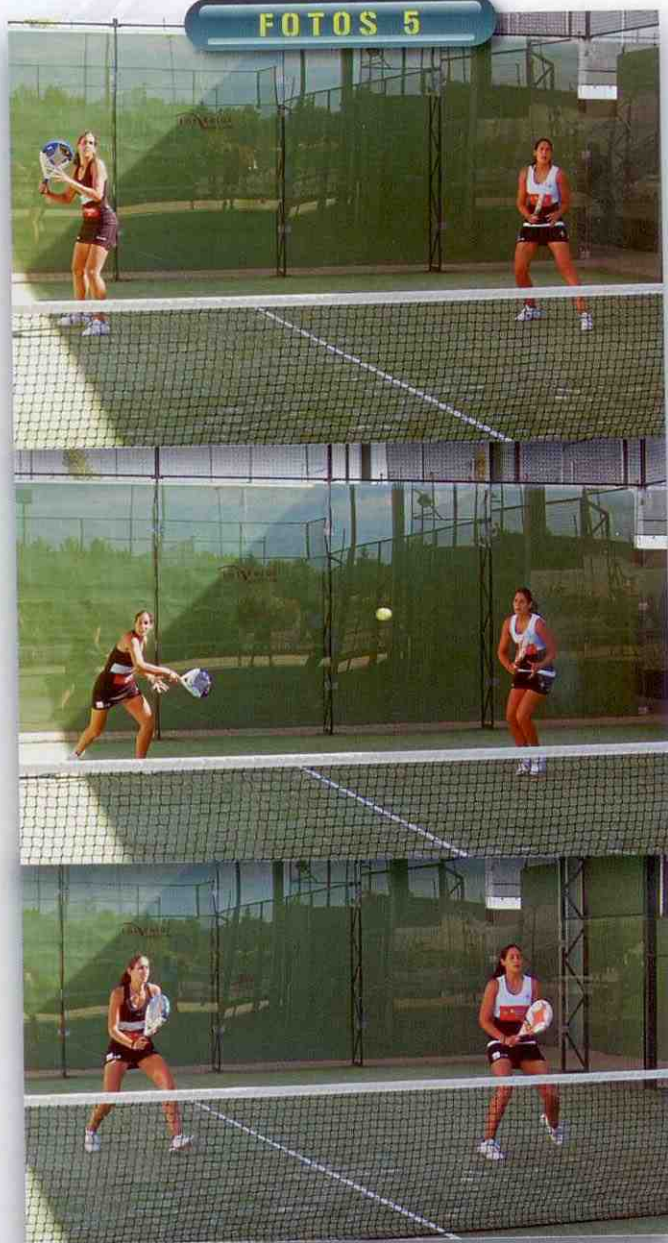
Padel
 de Máximo



FOTOS 4



FOTOS 5



Cuando una de las jugadoras en la red debe retroceder para correr un globo, la compañera debe retroceder también unos pasos para mantenerse cerca. En caso de que esta jugadora golpee de bandeja, las dos jugadoras que se encuentran retrasadas deben subir juntas a cubrir la red de la misma manera que se explicó anteriormente (fotos 4).

Este tipo de movimientos, además de mantener a los jugadores bien activados, va a ayudar mucho para cubrir la red siempre en movimiento y preparados. No olvidemos que la falta de "activación" en uno de los

grandes problemas a que nos enfrentamos cuando estamos entrando poco en juego. De esta manera, estando siempre en movimiento acompañando a nuestro compañero, estaremos preparados para entrar en juego cuando nos venga la bola. Los movimientos en bloque, van a ayudar también en los casos en que el jugador que va a golpear decide cambiar la dirección de su tiro. Con previo aviso a su compañero, el jugador que va a golpear la bandeja cambia la dirección del golpe, y los dos juntos se dirigen hacia esa zona a cubrir la red (fotos 5).

También puede ocurrir que el jugador que retrocede para golpear de bandeja, ve que no llega cómodo a la bola y decide dejarla pasar. Con este tipo de movimiento, como el compañero está cerca de él, no tendrá problemas en ubicarse enseguida en posición de defensa. Lo importante aquí va a ser estar siempre cerca del compañero, ya sea para cubrirlo en alguna situación o para subir juntos en bloque a tomar la red. ■

MÁXIMO CASTELLOTE