



Convención Internacional de entrenamiento

# PADEL

*Madrid 2011*

  
CIUDAD DE LA RAQUETA



En nombre de ERR Sports, nos es grato invitarles cordialmente a asistir y a contribuir a la 1ª Convención Internacional de Entrenamiento de Pádel que se celebrará en Madrid el 10 y 11 de Diciembre de 2011. Esperamos que su participación nos ayude a hacer de esta reunión una experiencia estimulante y a la vez propulsora de un nuevo punto de encuentro en este deporte en firme crecimiento.

La convención abarcará una amplia visión del área de entrenamiento específico de Pádel, sus aspectos técnicos, preparación física específica y la actuación de otras disciplinas como la psicología deportiva y la nutrición, desde sus aspectos teóricos y aplicación práctica. La convención está diseñada para promover al máximo la discusión metodología y la interacción personal. Para información adicional, pueden visitar nuestro perfil en Facebook: [www.facebook.com/convencionpadel](http://www.facebook.com/convencionpadel) o por correo a [convencionpadel@gmail.com](mailto:convencionpadel@gmail.com)

Coincidiendo con un año donde el Pádel se desarrolla cada vez desde el profesionalismo con el crecimiento de patrocinadores y con un circuito consolidado, y desde el amateurismo con un mayor número de aficionados que lo practican diariamente, se pretende que la convención sea un evento memorable para todos los participantes, no sólo por su programa sino por la calidad de los disertantes y por su excepcional ubicación. El club LA CIUDAD DE LA RAQUETA está considerado como uno de los mejores clubes de Madrid, la que hoy podemos llamar la capital del Pádel mundial.

Ponentes de reconocido prestigio han confirmado su participación y junto con los más de 100 participantes que esperamos y vuestra colaboración, la 1ª CIEP permitirá promover las bases para exponer métodos de entrenamiento específicos de un deporte que hasta el último tiempo se ha servido de los métodos de otros deportes como el tenis, dándole mayor prestigio y especificidad como deporte.

En el presente documento os mostramos la información relevante así como las diferentes opciones de participación que hemos considerado que pueden ser de vuestro interés; no obstante cualquier tipo de contribución es bienvenida y si pensáis en otra modalidad, no dudéis en remitirnos vuestras sugerencias.

Esperamos sinceramente poder darle la bienvenida a Madrid el próximo Diciembre del 2011.

## COMITÉ ORGANIZADOR

1º CIEP



## DATOS GENERALES

**Fechas de la Convención:** 10 y 11 de Diciembre 2011

**Lugar:** Madrid

**Sede:** Club Ciudad de la Raqueta

**Dirección de la Sede:** C/ Monasterio de El Paular 2, Montecarmelo. Madrid

**Organiza y convoca:** ERR Sports

### EXHIBICIÓN

**MONTAJE** Viernes, 9 de Diciembre 16:00 a 21:00 horas

**DESMONTAJE** Lunes, 12 de Diciembre 10:00 a 14:00 horas

### ACTIVIDADES

#### **Sábado 10 de Diciembre 2011 :**

Entrega documentación 08:00 a 08:45 horas

Conferencia Inaugural 08:45 a 09:00 horas

Conferencias teóricas 09:00 a 13:00 horas

Conferencias practicas 13:00 a 19.30 horas

Mesa redonda 19.30 a 20.30 horas

#### **Domingo 11 de Diciembre 2011 :**

Conferencias teóricas 09:00 a 13:00 horas

Conferencias practicas 13:00 a 19.30 horas

Mesa redonda 19.30 a 20.30 horas

Cierre del Evento 20.30 horas



A través de una encuesta realizada a nivel nacional, con personas de entre 18 y 55 años, se llevó a cabo un pormenorizado análisis de la situación actual del pádel a nivel amateur y las perspectivas de desarrollo del pádel profesional.

El despegue en la práctica del pádel se inició en el año 2006 y sigue en constante crecimiento. Teniendo en cuenta el incremento registrado en los últimos tres años, se concluye que en los próximos cinco años se duplicará el número de practicantes, pasando de los 2 millones actuales a 4 millones.

Casi 26 millones de personas se encuentran en la franja considerada en el informe, entre 18 y 55 años, de las cuales el 8% son jugadores habituales y ocasionales de pádel. Un 7,3% son practicantes esporádicos, es decir que por lo menos han jugado una vez en el año, y un 22,5% son considerados susceptibles, lo cual significa que están abiertos a probarlo.

En concreto, aproximadamente 2 millones de personas juegan al pádel de forma habitual (más de una vez a la semana) u ocasional (más de una vez al mes) y casi 1,8 millones lo hacen esporádicamente (alguna vez al año), lo que suma una cifra cercana a los 4 millones de jugadores.

### **Un cambio social**

Del informe también se desprende que en los últimos 6 años ha producido una paulatina “democratización” del pádel. Lo que se venía considerando un deporte practicado por las élites económicas o sociales se ha ampliado a las clases medias de manera exponencial.

En el año 2004, el perfil del jugador de pádel era más elitista y de edades más maduras. Un 31% pertenecía a la alta sociedad y el 23% tenía entre 45 y 55 años.

Seis años después, las cifras muestran un perfil más amplio y rejuvenecido, perteneciendo el 62% a clase media y media-alta, mientras que el 66% de los practicantes tienen entre 20 y 45 años.

Es muy significativo el incremento en el número de mujeres que juegan al pádel, que representan más del 35 % de los practicantes, principalmente en las edades comprendidas entre 20 y 35 años.

### **Más practicantes en Andalucía y Madrid**

Con relación a la situación geográfica, Andalucía y Madrid encabezan el ranking de jugadores habituales y ocasionales, en tanto Cataluña y Madrid tienen la mayor cantidad de practicantes esporádicos.

El pádel es considerado un deporte muy entretenido y sociable, siendo los principales frenos para su práctica la falta de compañeros o el desconocimiento de sus reglas. La realización de clinics y la socialización son los puntos claves para iniciar a los indecisos.

El amplio informe hace referencia también al pádel profesional, su difusión y el impacto de los programas de televisión dedicados a este deporte, aunque sigue siendo internet la herramienta más utilizada para informarse sobre todo lo relacionado al mundo del pádel. En particular, resaltan como valores asociados al circuito Pádel Pro tour.

## CIUDAD DE LA RAQUETA

### Bienvenido

Una Ciudad de la Raqueta, en Madrid, en el barrio de Montecarmelo, donde el referente es el deporte de raqueta, abierta al público, sin necesidad de ser socio ni tener que abonar cuotas de entada o de mantenimiento. Desde colegios, empresas, particulares de cualquier nivel, todos podrán disfrutar de una de las instalaciones de raqueta más moderna y completas de Europa.



### INSTALACIONES

Una gran Ciudad tiene sus monumentos, en Ciudad de la Raqueta, también los queremos tener, y hemos apostado por la calidad, el diseño y la innovación, construyendo un estadio que acoge 2 pistas centrales de Tenis y Pádel, con capacidad para 2000 personas, 1.500 metros de amplias zonas comunes, 3 vestuarios, rampa de acceso para vehículos etc.

El placer de jugar en un magnifico estadio, de ser testigo de importantes eventos, o de organizar un evento de empresa, también es posible en tu Ciudad.

10 pistas cubiertas iluminadas con el mejor césped artificial Grand Slam de Desso Sports.

8 pistas iluminadas con el césped artificial Grand Slam.

2 piscinas descubiertas ( una de niños).

Zona de Restauración.

Tienda deportiva.

Sala multiusos.

Parking vigilado.



## **PONENTES**

### **Miguel Sciorilli**

Miguel es el Coach de las dos parejas Nº1 del ranking mundial.

Es el director de la sección técnica de Pádel en [MARCA.COM](http://MARCA.COM) y columnista en la revista "Space Pádel" y "Pádel Absolute",.

Ha escrito más de 200 artículos técnicos para todos los niveles.

Ha estado como responsable de



la programación didáctica del programa de Canal Plus "MAS QUE PADEL".

Actualmente realiza cursos de capacitación y asesoramiento para clubes con su método de trabajo.

#### **Disertación Miguel Sciorilli**

#### **“Diseño y puesta en práctica de ejercicios y juegos condicionados en el Pádel”**

Los ejercicios, drills o juegos son uno de los puntos, sino el más importante en los que están interesados los monitores-entrenadores de Pádel.

En esta presentación se explica los puntos a tener en cuenta para su diseño hasta llegar a la puesta en práctica, comenzando desde el análisis de lo que le ocurre jugando hasta los diferentes desafíos óptimos para cada jugador.

Esto se aplica a jugadores de todos los niveles ya que el punto clave está en las distintas jugadas que se dan según el tipo de alumno que tenemos.





## Paulo Maccari

Licenciado en Kinesiología y Fisiatría

fisioterapeuta

Osteópata C.O

Especialista en Rehabilitación Deportiva

Fisioterapeuta del Club Boca Jr. (Argentina)

Osteópata de la Selección Argentina de Baloncesto

Director de la Clínica de Fisioterapia Maccari Sports. (Fuenlabrada-Madrid)



### Disertación Paulo Maccari

**“Influencia de la columna en la producción de lesiones en deportistas de alto rendimiento”**

## **Gustavo Balquinta**

Entrenador físico de la selección argentina de pádel de juveniles desde el año 2003 a la actualidad

Entrenador físico de las selecciones de argentina de profesionales desde el año 2008

Entrenador físico de Agustín Gómez Silingo y Maxi Grabiell en argentina

Actualmente dirige e imparte el curso de entrenador físico de pádel

Escribe en su columna de Pádel On-line de [padelcenter.com](http://padelcenter.com) y otros sitios web. Colabora en la revista Planeta Padel con notas de preparación física

Es Director del gimnasio Regatas Gym y entrenador personal de jugadores profesionales y de selección juvenil.



### **Disertación Gustavo Balquinta**

#### **“En el Pádel todo es fuerza”**

¿por qué, cómo y para qué entrenar la fuerza?



La fuerza como principal capacidad física, serán desarrolladas desde sus distintos tipos, desde la teoría y la practica con ejercicios y planes de entrenamiento. Movimientos dinámicos la clave del entrenamiento multiestímulo. La cargada de potencia como ejercicio más importante. Trabajos de propiocepción para entrenar la fuerza.

## **Roberto Antonio Bourdet**

- Profesor de Educación Física Ipef Córdoba, Argentina.

Homologación Universidad Politécnica de Madrid. INEF.

Licenciado en Actividades Físicas y Deportivas.

- Entrenador Nivel III U.A.R (Unión Argentina de Rugby).

- Entrenador Nacional de Rugby (Federación Española de Rugby).



Entrenador IRB nivel I Coach de Coachs.

### **Padel:**

Actualmente preparador Físico de los siguientes profesionales, jugadores del Padel Pro Tour:

- Cristian Gutiérrez ,Maximiliano Grabiél ,Matías Díaz , Bebe Auguste. Miguel Lamperti , Gastón Malacalza.

Y de las siguientes jugadoras del Padel Pro Tour:

- Carolina Navarro. Cecilia Reyter. Vanesa Zamora. Celeste Paz.

### **Disertación Roberto Antonio Bourdet**

#### **“Coordinación”.**

La coordinación como eje fundamental para el ahorro de movimiento y energía.

Coordinación consciente e inconsciente.

La coordinación como herramienta para la concentración.

Coordinación gruesa y coordinación fina.

Coordinación del tren inferior, del tren superior y coordinación entre el tren superior e inferior.

## Jorge Martínez

- Director Técnico de la Federación Española de Pádel (2000-2004)
- Seleccionador nacional España (2000-2004)
- Actual Seleccionador de Brasil (2 años)



- Entrenador y coach de numerosos jugadores profesionales de primera fila como son: Sebastián Nerone, Hernán “Bebe” Auguste, Cristian Gutiérrez, Pablo Lima, Roberto Gatiker, Pitu Losada, Juan Mieres, Chico Gomes, Jordi Muñoz, Fernando Poggi, Aday Santana, Michelle Treptow, Begoña Garralda, etc.
- Actual Director del Área de Pádel del Club Sport Reebok La Finca.
- Y, con anterioridad: Club López Maeso, Club Jarama, Universidad Autónoma de Madrid, Club Alameda...

### Disertación Jorge Martínez

#### “Movimientos de transición y toma de decisiones”

Ejercicios individuales y en pareja .

## Toni Martínez

Licenciado en Ciencias de la Actividad Física y el Deporte

Máster en Alto Rendimiento Deportivo

Máster en nutrición deportiva

Máster especialista en Fuerza

Máster en Readaptación físico-deportiva



Preparador físico de deportistas:

Pádel: Fernando Belasteguín, Juan Martín Díaz, Enric Company

Tenis: Félix Mantilla, Sergi Bruguera, María José Martínez, Lourdes Domínguez, Núria Llagostera, Arantxa Parra, Laura Pous,...

Otros deportes: fútbol, voleibol, atletismo,...

Director del departamento de preparación física y readaptación del Centro Internacional de Rehabilitación del Deportista (CIRD)

Autor del libro: La Tonificación Muscular. Editorial Paidotribo

### Disertación Toni Martínez

**“Propuesta de entrenamiento de la velocidad para jugadores de pádel”**

En el deporte profesional de hoy en día, la diferencia entre el éxito y el fracaso lo marca las pequeñas fracciones de tiempo en las cuales los deportistas son capaces de realizar sus movimientos. Estas fracciones de tiempo van a depender fundamentalmente de la velocidad de cada deportista.

En la exposición intentaremos explicar qué tipo de velocidad y que propuestas se pueden llevar a cabo para entrenar esta capacidad derivada de la fuerza, para jugadores de pádel.

## **José Ramón Gutiérrez**

Entrenador nacional de musculación y fitness.

Entrenador personal certificado ace, instructor trx certificado, miembro del equipo de formación feda Madrid.

En su larga trayectoria profesional ha trabajado como director técnico, entrenador personal y preparador físico en diversos centros deportivos.

Ha sido entrenador personal entre otros de la jugadora de pádel profesional Vanessa Martínez y Fernando Poggi

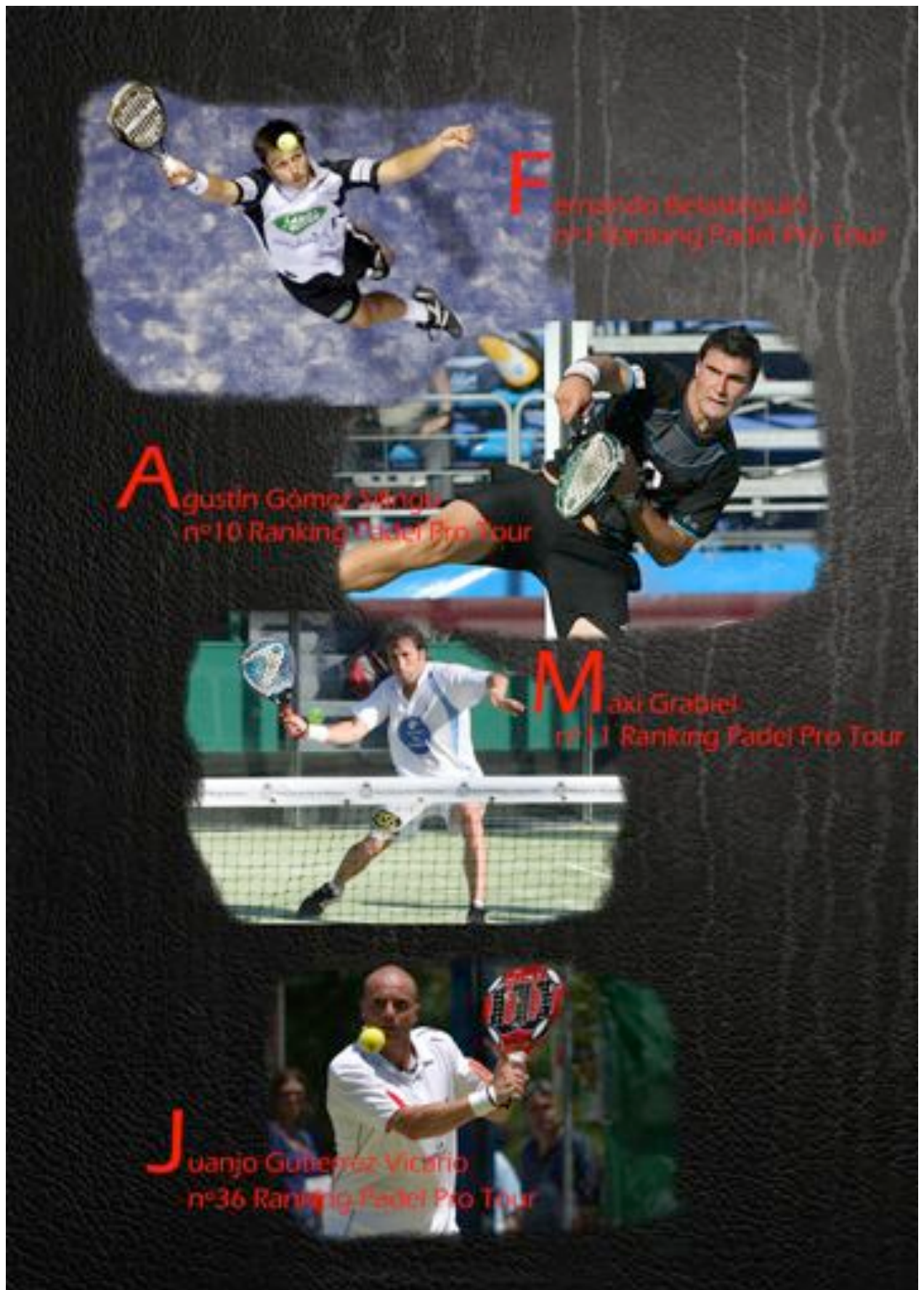
Actualmente es el director técnico del centro wellness fitness 2u.

Es un gran apasionado del entrenamiento personal y experto en entrenamiento funcional, y por supuesto gran conocedor del mundo de la nutrición y suplementación deportiva y titulado.



**Disertación José Ramón Gutiérrez**

**“ El aporte nutricional en la actividad del pádel”**





## REPERCUSION MEDIATICA





## Impreso de Inscripción

Convención Internacional de Entrenamiento de Pádel

APELLIDOS \_\_\_\_\_

NOMBRE \_\_\_\_\_

DIRECCIÓN \_\_\_\_\_

NÚMERO DE TELÉFONO \_\_\_\_\_

PROFESION \_\_\_\_\_

E-MAIL \_\_\_\_\_

### INSCRIPCIÓN

**Antes 15 de Noviembre**

**Hasta el 1 de Diciembre**

**Después 1 de Diciembre**

**200€**

**230€**

**260€**

Tras la recepción del impreso de inscripción y el resguardo de la transferencia bancaria se confirmará la inscripción en la convención. La fecha límite para la recepción de solicitudes de inscripción es el 2 de Diciembre de 2011.

#### DATOS BANCARIOS

Banco: Caja Madrid

Nº de Cuenta: 2038 4203 56 3000230356

Concepto: (Nombre y Apellido)

### PARA MÁS INFORMACIÓN

CIUDAD DE LA RAQUETA  
Calle Monasterio de El Paular 2, Montecarmelo 28049, Madrid.



[convencionpadel@gmail.com](mailto:convencionpadel@gmail.com)

## SECRETARÍA TÉCNICA Y ORGANIZACIÓN

Juan M. Rodriguez – 662 458 209

[juanma@padelsalus.com](mailto:juanma@padelsalus.com)

Heli Romero – 615 921 321

[helicillo@hotmail.com](mailto:helicillo@hotmail.com)

## PÁGINA WEB

[www.facebook.com/convencionpadel](http://www.facebook.com/convencionpadel)