

El smash

Cuándo ejecutarlo

Intentarán este golpe cuando estando en la red, la pelota quede delante. La idea es que estén próximos a la red para intentar la definición. Si están retrocediendo o incómodos, no podrán darle la precisión y potencia necesarias para ejecutar este golpe correctamente.

Deben apuntar a la pared de fondo del rival y si es posible en línea recta desde su posición como para tener el menor recorrido de la bola y de esa forma traerla a su campo de manera más eficaz.

COMO EJECUTARLO

LA PREPARACIÓN DEL GOLPE

LA POSICIÓN DEL CUERPO Deberán estar de costado a la pelota con los pies separados no más de 30 cm uno del otro y en línea a la dirección por la que viene la pelota. Esta les deberá quedar adelante y arriba de ustedes.

LOS BRAZOS Al mismo tiempo en el que se perfilan a la pelota, deberán llevar la paleta arriba de la cabeza con el codo levemente flexionado y el brazo libre extendido señalando hacia arriba y adelante, indicando el punto de impacto en donde buscarán la pelota.

EL PUNTO DE IMPACTO

Este deberá ser arriba y delante de ustedes (en la línea entre su cabeza y el lugar a donde intentarán dirigir la bola), de esta forma podrán extender totalmente el brazo lo que les dará mayor potencia y por impactar en el punto más alto obtendrán el mayor ángulo posible para que la bola entre a la pared de fondo del rival y tienda a levantar.

EL MOVIMIENTO PARA IMPACTAR LA BOLA

Una vez realizados los pasos de preparación previos al impacto, deberán ajustar la distancia con algunos pasos de ajuste para llegar a la pelota en el lugar y momento indicado. Estos pasos son cortos y de costado, manteniendo en todo momento la posición que tenían una vez preparado el golpe.

EL IMPACTO

Ahora solo queda iniciar el movimiento del brazo para impactar la bola. Bajen la paleta pasando la misma por detrás de la cabeza como si se estuvieran peinando, y luego extiendan el brazo hacia arriba y adelante por encima de la cabeza llegando al punto de impacto. Este movimiento del brazo es a máxima velocidad, desde el momento que bajan la paleta dándole terminación hacia adelante, girando los hombros para quedar de frente al impactar y prácticamente de espaldas en la terminación del movimiento.

ERRORES COMUNES

- Hacer fuerza en vez de darle velocidad al movimiento.
- Impactar muy adelante a la pelota.
- Impactar muy atrás (pasarse).
- No impactar de lleno a la bola.