

LA TÀCTICA EN EL PÀDEL

INTRODUCCIÓN:

El Padel, es un deporte fácil de jugar. No requiere de mucha técnica. Adquieren más importancia la táctica del juego y la anticipación que se logra al dominar las paredes. No es necesario ejecutar golpes de precisión técnica, como se utilizan en deportes más complejos como el tenis o el golf.

El jugador se suele sentir liberado de la técnica y es consciente que con otras virtudes puede igualarse al jugador técnico. En Argentina, (país donde el padel es popular, y que por cierto, lejos de las creencias de la gente, no fue aquí dónde se originó nuestro deporte, sino en Méjico) grandes tenistas han jugado al padel profesional sin ningún éxito, y en cambio, tenistas con menos nivel, pero con otras virtudes, han sido los grandes campeones de nuestro deporte.

En este monográfico vamos a ver aspectos extremadamente importantes sobre el juego, los movimientos en pareja, las zonas de la pista y los lugares hacia dónde debemos dirigir nuestros golpes.

Sé, que a primera vista, hablar de “táctica” puede parecer aburrido o algo complejo, pero es necesario tocar el tema ya que como reza el título en la portada, sacaremos un mayor partido a nuestras habilidades puramente técnicas utilizando estos consejos.

ENTRENAMIENTO TÁCTICO

Una de las áreas dónde más ha evolucionado el padel es en la variedad de jugadas que pueden darse en la disputa de un partido. Hoy en día ya no es suficiente el talento del jugador para determinar el resultado, es necesario trabajar numerosas posibilidades tácticas, tanto de los rivales como las nuestras propias. Ante un golpe realizado se analizan no sólo las posibles respuestas, sino también las más probables en porcentajes y las más lógicas tácticamente.

Es lógico pensar que si se ha jugado una volea sobre nuestros rivales con rebote en dos paredes y efecto cortado, cuya salida tras impactar en el suelo estará por debajo de las rodillas, la devolución más normal sea un globo con dirección cruzada. Ante esta consideración tenemos, por un lado, prevista la respuesta de nuestros rivales y, por el otro, el conocimiento de la táctica, que nos permite anticiparnos y decidir que el siguiente golpe que realizaremos será un remate. Después, la altura y la profundidad que lleve el globo nos indicará el tipo de remate que podremos realizar.

Muchas de las respuestas y soluciones en nuestro juego se deben trabajar en los entrenamientos. La definición de un punto o de una jugada en la alta competición viene determinada porque alguna pelota de nuestro contrincante se haya quedado corta o éste haya realizado un golpe contrario a la táctica, que lleva implícito un alto grado de riesgo en su aplicación, y sobre todo, porque hemos sabido aprovechar esa situación.

El talento propio de un jugador **es válido para situaciones concretas, pero no resuelve un partido** o una competición.

Conviene recordar que son dos los jugadores que conforman el equipo. Si uno sube a la red, el otro debe acompañarle para que no se pierda la posición y los rivales carguen las devoluciones sobre el jugador que se quedó más retrasado, obligando al jugador que había subido a volar a retroceder rápidamente. Ante esta situación es necesario recordar la posición de **"limpiaparabrisas"**, que permite a los jugadores **cubrir los huecos** y dirigirse hacia donde se ha jugado la pelota con el fin de poder cubrir los tiros paralelos y cruzados de nuestros rivales.

Si un globo se quedó corto, son los dos los que deben abrir sus posiciones en espera de los rebotes de la pelota en las paredes de fondo o laterales.



Según vayáis conociendo más sobre nuestro deporte, llegaréis a numerosas conclusiones, y cada vez más a menudo **manejaréis más conceptos tácticos**. Por ejemplo, si los rivales son de gran estatura (tiene su centro de gravedad más alejado del suelo, por tanto suelen “coordinar peor sus movimientos”) y juegan bien por alto, debemos alternar golpes bajos planos o golpes envueltos para obligarles a jugar voleas bajas, que después podamos atacar con voleas ligeramente altas.

La táctica también nos recomienda no arriesgar en el saque, porque si realizamos habitualmente segundos servicios estaremos más presionados y los rivales podrán restar como comodidad, no solo con globos, sino también devoluciones bajas y planas sobre el centro de la pista, obligando a devoluciones a la altura de los pies, nada cómodas en general. De la misma manera, no conviene abusar de las paredes constantemente, porque los rivales pueden meterse más en la red y cerrar más ángulos sobre posibles devoluciones.

Siempre que la **pelota jugada por nuestros rivales se quede corta** delante de la línea de saque, **deberemos anticiparnos e intentar tomar la iniciativa**.

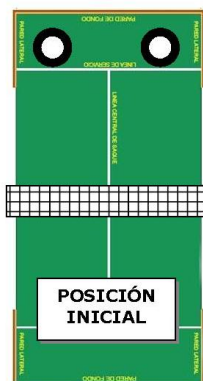
En resumen, conviene siempre afrontar los partidos con una táctica predeterminada y trabajada. Ésta se podrá ir variando en función de cómo vaya el tanteo. Si ya se ha jugado contra una pareja en otras ocasiones, se tendrá más información y se podrá plantear mejor la estrategia a seguir. Si hemos **“leído”** (cuadernillos “Rubio” para verano ☺) bien el partido y aplicado adecuadamente la táctica, será difícil que se nos escape la victoria.

UBICACIONES EN LA PISTA:

Como habréis visto en “nuestro rincón” en la pista del club, hace unas semanas, coloqué un esquema sobre las zonas de la pista y los golpes más aconsejables a realizar en cada una de ellas (también adjuntado como “anexo” al final de este monográfico).

La posición ideal en la **defensa** es en el **fondo de la pista**, entre la línea de saque y la pared de fondo cerca de la pared lateral. Los jugadores se colocan **delante del Rincón** (en la esquina de las paredes) que es lo más difícil de dominar.

La **zona del centro** de la pared **queda libre**, ya que el rebote de pared es fácil de coger.



¿Por qué es la posición ideal?

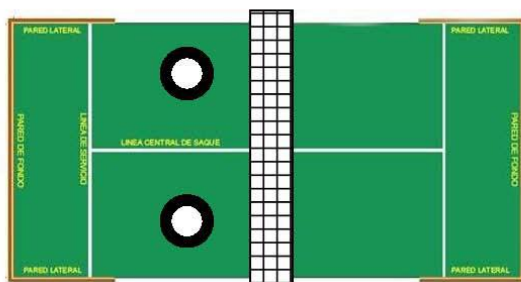
La mayoría de las pelotas botan sobre la línea de saque o unos centímetros detrás. Si el jugador estuviese colocado en la línea, pegaría retrocediendo la mayoría de las veces, o se vería obligado a dejar que la pelota botara en la pared, haciendo un uso innecesario de ella. En esta “posición ideal” el jugador cogerá todas las pelotas que boten delante de él sin abusar de la pared, logrando un juego de fondo rápido y ofensivo. Las pelotas más profundas las tomará con ayuda de la pared. Además al estar cerca de la pared de fondo, más pelotas podremos contraatacar, porque nos van a quedar la mayoría de ellos delante del cuerpo.

ASPECTOS TÁCTICOS GENERALES:

El padel es un deporte de **paciencia**. La escasa historia de este deporte nos muestra que los grandes campeones no juegan al límite, sino que defienden y **esperan el fallo del contrario o el momento óptimo** para contraatacar.

Jugar al límite es una equivocación. No hay ángulos que permitan no alcanzar las pelotas. En el padel siempre hay una pared o una verja que salva cualquier pelota. Jugar al límite sólo produce que erremos y perdamos fácilmente.

La táctica de este juego, se basa en **estar en la zona de ataque, el mayor tiempo posible** y en las mejores condiciones (zona de ataque = cerca de la red). Cuando una pareja está en la zona defensiva (fondopista) durante mucho tiempo tiene más posibilidades de perder el punto, las dificultades que se pueden encontrar son varias, aunque básicamente son los rebote en las paredes y en las verjas.

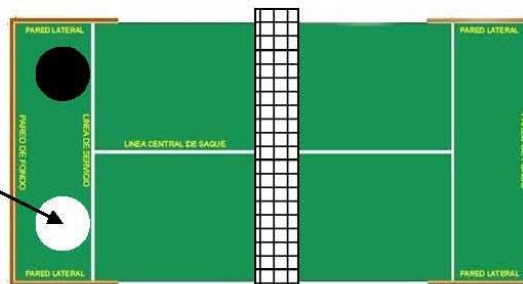


**UBICACIÓN DE LA
PAREJA EN ZONA
OFENSIVA**

En la zona ofensiva, cada jugador se colocará en el **centro de su zona** y a **2 metros por detrás de la red**. (básicamente igual que en zona defensiva).

Si en la pareja hubiese un **jugador zurdo**, deberá colocarse como se señala en el dibujo, y aunque tenga algunas dificultades para restar el saque, será mejor esta posición ya que los dos jugadores tendrán las mismas posibilidades de **cubrir el centro de la pista**.

UBICACIÓN DEL JUGADOR ZURDO

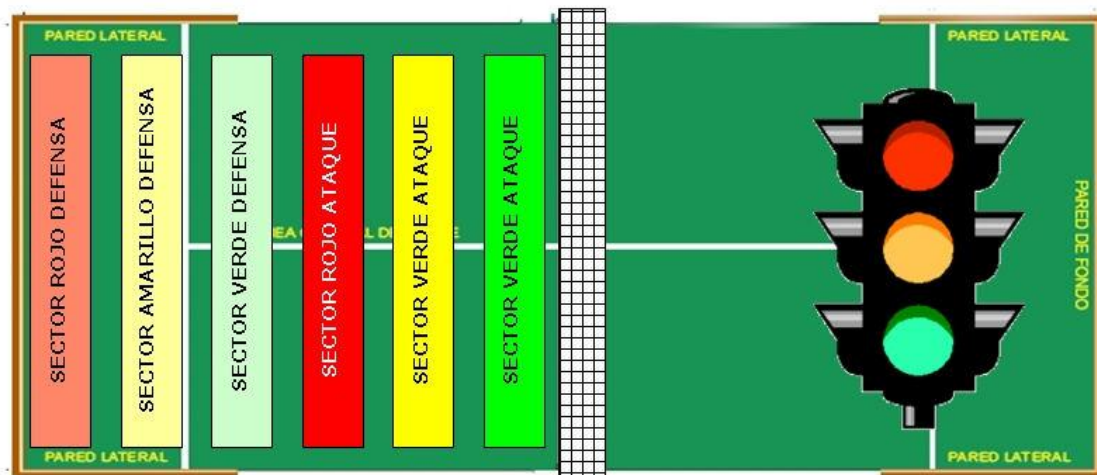


SI LOS RIVALES REALIZAN UN GOLPEO A LA ZONA DEL CENTRO, IRÁ A POR ELLA AQUEL DE LA PAREJA QUE ESTÉ MÁS CÓMODO, AUNQUE TAMBIÉN EN GENERAL SUELE IR EL JUGADOR QUE TIENE SU DERECHA POR EL CENTRO.



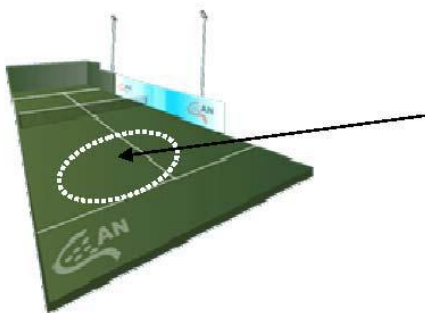
En la foto observamos el caso contrario. El jugador que golpea la bola lo hace de revés, aunque tenga "preferencia" su compañera (con su derecha), pero su posición para alcanzarla era más cómoda.

A continuación he desarrollado un esquema, que creo puede ayudaros a entender las zonas de la pista y los conceptos técnico-tácticos que cada una encierra.



Simplemente señalar que las 3 primeras (comenzando por la izquierda) son sectores defensivos, y las 3 siguientes, sectores ofensivos.

El color marca de alguna manera los golpes que voy a realizar, si me encuentro en una zona roja, tendré que tener precaución y asegurar mis tiros (sin arriesgar en exceso). En cambio en zonas verdes, me encontraré en disposición de ser más agresivo y realizar golpes ganadores. De ahí que solamos recurrir al simil del semáforo (Teoría del semáforo).



LAS ZONAS AMARILLAS
(Intermedias) SON ÁREAS DE PASO, SON CONOCIDAS COMO **"TIERRA DE NADIE"**. TENDREMOS QUE HACER UNA **TRANSICIÓN RÁPIDA** A TRAVÉS DE ELLAS PARA ALCANZAR LAS ZONAS VERDES DE ATAQUE.

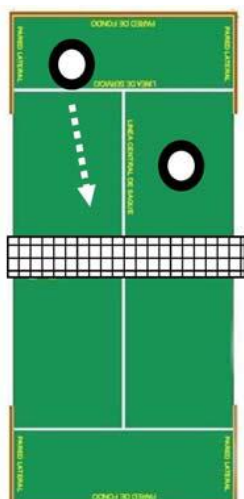
MOVIMIENTOS EN PAREJA:

En el pádel, de nada te sirve tener unos golpes impresionantes si no sabes jugar en pareja. Debes compenetrarte muy bien con tu pareja, si quieres hacer un buen papel en los partidos.

EN EL SAQUE:

El que saca, en el fondo de la pista, por detrás de la línea de saque. Su compañero se situará próximo a la red, aproximadamente a 1'50 o a 2 metros de ella (es realmente importante la posición que adopte este jugador, debe estar en tensión, posición de referencia adecuada... cabeza de la pala arriba, peso del cuerpo sobre la punta de los pies...)

Nada más sacar, el jugador debe subir a la red corriendo en diagonal para de este modo cubrir el medio de la pista (es dónde suelen ir la mayoría de los golpes). Este es un aspecto importante que se nos suele pasar por alto, nos quedamos "dormidos" en el fondo, mientras nuestro compañero/a se encuentra en posición de ataque.

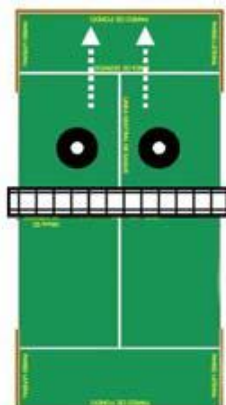


HAY QUE **MANTENER** CUANTO MÁS TIEMPO MEJOR, LA **POSICIÓN EN LA RED** (Sector Verde de Ataque). ES AQUÍ DÓNDE **TOMAREMOS LA INICIATIVA** Y PODREMOS GANAR MÁS FACILMENTE LOS PUNTOS.



“SI NOS PASAN CON UN GLOBO”:

Debéis retroceder los dos a la vez hacia la pared, sin perder de vista nunca a la pelota. Un error frecuente es darse la vuelta y correr hacia la pared sin mirar la bola, con lo que se pierde ubicación. Esperar que el globo baje, que bote contra la pared de fondo y entonces se golpea de drive o revés según venga.



REPASO DE CONCEPTOS BÁSICOS (Movimientos en Pareja):

- Como hemos visto en las sesiones, la pareja forma un bloque. Normalmente hay que moverse a la vez que te compañero/a: los dos delante, los dos detrás, hacia la derecha o hacia la izquierda (movimiento de limpiaparabrisas), como si estuvierais unidos por una cuerda. DE ESTA MANERA **SE CUBRE LA MAYOR PARTE DE LA PISTA** Y AL RIVAL LE ES MÁS DIFÍCIL BUSCAR UN HUECO.
- La compenetración entre vosotros debe ser fundamental. Saber lo que tiene que hacer cada uno en cada momento. Sabemos que si **una bola viene por el medio** (donde van la mayoría de los golpes), el que se encarga de golpearla es que **viene cruzado**. Esto podéis acordarlo vosotros antes del partido.
- Cada vez las parejas se complementan más. Por ejemplo, uno puede ser agresivo y otro más defensivo. Por otro lado, sería **ideal** que **uno** fuera **diestro** y el **otro** compañero **zurdo**.

