

Golpes de dificultad:

La víbora

Continuando con los golpes que nos dan mayores problemas a la hora de ejecutarlos, vamos a hablar de uno que es de los más agresivos de éste deporte: "La víbora".

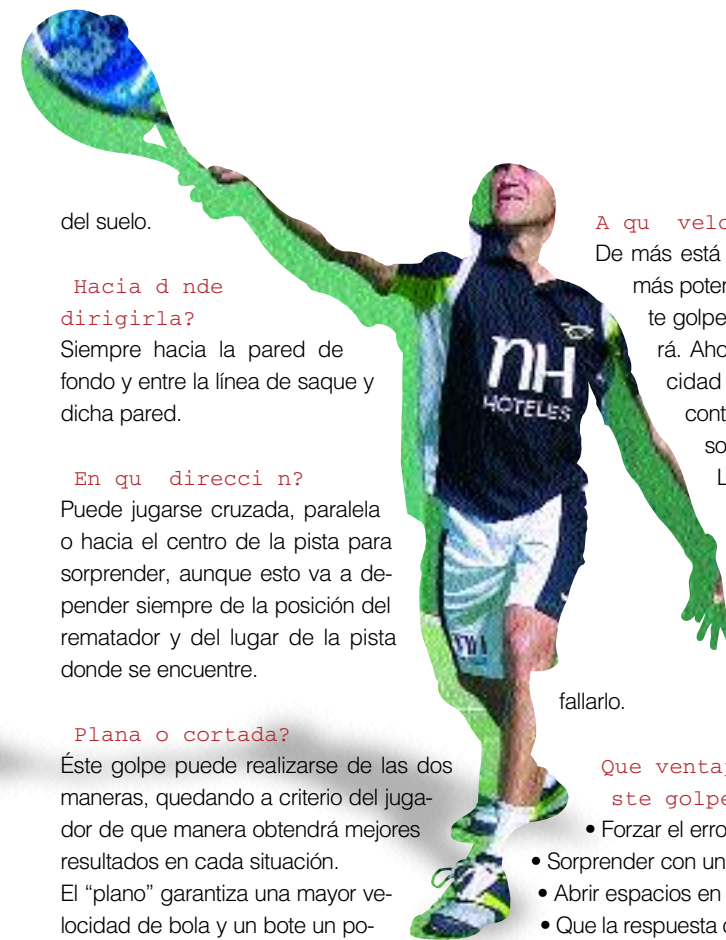
Este golpe de velocidad se considera un remate intermedio entre la bandeja y el smash fuerte o de definición. Es un golpe que puede usarse para definir algunos puntos, aunque su función más importante es la de "forzar el error" del adversario.

NORMALMENTE, ES UTILIZADO POR AQUELLOS JUGADORES

que no poseen un remate muy potente para definir, o bien, por los que sí lo tienen pero no lo pueden poner en práctica por alguna razón concreta, como la humedad, un viento fuerte, las bolas pesadas, mucho frío, etcétera.

Por qué víbora?

Su nombre se debe a que cuando la bola sale de la pared lo hace bien baja y al ras



del suelo.

Hacia dónde dirigirla?

Siempre hacia la pared de fondo y entre la línea de saque y dicha pared.

En qué dirección?

Puede jugarse cruzada, paralela o hacia el centro de la pista para sorprender, aunque esto va a depender siempre de la posición del rematador y del lugar de la pista donde se encuentre.

Plana o cortada?

Este golpe puede realizarse de las dos maneras, quedando a criterio del jugador de que manera obtendrá mejores resultados en cada situación.

El "plano" garantiza una mayor velocidad de bola y un bote un poco más alto después de salir de la pared, por lo que puede ser empleado en los casos en que se esté en condiciones de darle bastante potencia al golpe. Es menos "controlable" que el cortado, ya que cuando se lo utiliza, generalmente, es muy fuerte para intentar la definición.

El "cortado" si bien tiene una menor velocidad de bola, garantiza un bote muy bajo, lo que provocará una mayor dificultad para la defensa del jugador rival.

Lugar del impacto?

Se debe golpear al costado y un poco adelante del cuerpo y a la altura de la cabeza.

Recordemos que para que la bola salga bien baja y cerca del suelo, el ángulo de entrada tendrá que ser el menor posible.

A qué velocidad?

De más está decir que cuanto más potencia se le dé a éste golpe, más efectivo será. Ahora "nuestra" velocidad dependerá del control que tengamos sobre la bola.

Lo ideal es tener el control sobre éste golpe, a la velocidad que nos proporcione los mejores resultados sin

fallarlo.

Qué ventajas obtenemos con este golpe?

- Forzar el error del rival.
- Sorprender con un tiro rápido.
- Abrir espacios en la defensa.
- Que la respuesta del adversario sea siempre desde abajo hacia arriba.

TÉCNICA DE EJECUCIÓN (JUGADOR DIESTRO)

Preparación

- El primer movimiento que realizaremos será un medio giro hacia atrás por la derecha, para quedar bien de lado.
- Al mismo tiempo llevaremos la pala atrás de la cabeza con el brazo en semi-flexión.
- Las piernas separadas y algo flexionadas, para conseguir mayor equilibrio y mayor velocidad de desplazamiento.
- El movimiento del cuerpo hacia atrás se debe realizar con el centro de gravedad bajo y con el peso en la pierna derecha, para llegar lo más rápido a la bola.
- Con la mano libre se debe apuntar la

El golpe de víbora con salto, es una variante característica de Sebastián Nerone.



"LA BOLA HAY QUE DIRIGIRLA SIEMPRE HACIA LA PARED DE FONDO, ENTRE LA LÍNEA DE SAQUE Y DICHA PARED"



LOS CONSEJOS PROFESIONALES DE SEBASTIÁN NERONE

- Es un tiro de ataque que se ejecuta desde la línea de saque hacia posiciones ofensivas, ya que hacerlo desde más atrás perdería efectividad.
- Es importante tomar la pelota adelante de nuestro cuerpo para poder imprimirle todo el peso del mismo volcándonos hacia adelante.
- A la pelota, si la miramos como un reloj, deberíamos impactarla a las 3 (para los diestros), a las 9 (para los devotos de Juan Martín y Pablito Lima), para que produzca el efecto de "arrastre".
- No ejecutarla con la máxima potencia, porque se pierde control. Es preferible hacerla más lenta pero que quede bien baja, sobre los pies del rival.
- No saltar!! Solo si es necesario para evitar desplazamientos largos hacia el terreno del compañero. Si es inevitable, lo recomendable es jugar una pelota con efecto y a media velocidad para recuperar posiciones ofensivas.



bola adelante y al costado del cuerpo.

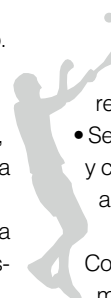
Impacto

- Al llegar a colocarnos detrás de la bola, comenzamos a pasar la raqueta recta hacia delante.
- El movimiento es de dentro hacia fuera del cuerpo, y pasando el peso del mismo hacia la pierna izquierda.
- Se busca impactar adelante, a la derecha y a la altura de la cabeza.

Terminación

- Después de golpear, el cuerpo continúa hacia delante en la misma dirección del tiro.
- Se "cae" finalmente sobre la pierna derecha y con la raqueta finalizando su recorrido a la altura del hombro izquierdo.

Como última referencia, y para comprender mejor la técnica de este golpe, podemos "asociar" la víbora con un lanzamiento. Recordemos que éste es un movimiento "natural", innato en el hombre, y



Fases de la correcta ejecución del golpe: preparación, impacto y terminación.

VÍBORA PLANA AL CENTRO

[1Atacantes 1Defensores]

Se utiliza para sorprender al rival, con una bola muy rápida que abre poco y sale bien baja sin dar mucho rebote.



VÍBORA CORTADA EN DIAGONAL

[1Atacantes 1Defensores]

Es la más utilizada y en ésta, la bola sale muy baja y hacia fuera, alejándose cada vez más del jugador adversario.



"ES IMPORTANTE TOMAR LA PELOTA ADELANTE DE NUESTRO CUERPO PARA PODER IMPRIMIRLE TODO EL PESO DEL MISMO VOLCÁNDONOS HACIA ADELANTE"

realizándolo conscientemente observaremos que nos encontramos ante un movimiento técnico similar al de la víbora. Cuando deseéis asimilar este golpe, os aconsejo coger una bola con la mano y pensar en lanzarla muy lejos. De ésta forma veréis que, la posición de las piernas, el peso del cuerpo atrás, la preparación

del brazo con el codo apuntando a la pared, y el movimiento hacia adelante siguiendo la bola... son muy similares al gesto que realizamos. n

MÁXIMO CASTELLOTE

CURSO PARA FORMACIÓN DE MONITORES DE PÁDEL

TÍTULO OFICIAL DE LA A.P.A.

Impartido por:
Prof. Jorge Nic...
Prof. Máximo Castellote

15, 16 y 17 de junio

LUGAR: Club ATP...

(Avda. Condessa de Chinch...
107 28660 Boadilla del M...
Madrid)



CONTACTO EN:

Mail:
escoladepadel@hotmail.com

Mvil. 606 59 51 43

MÁS INFORMACIÓN EN