

Golpes de dificultad:



# La **contrapared**

con Hernán Auguste



Siempre que nos encontremos con la bola detrás de nosotros y cerca de la pared, antes o después de haber rebotado en la misma, y no tengamos cómo golpear hacia delante recurriremos a este tiro hacia atrás. Sin embargo, este golpe es un último recurso posible a utilizar dentro del pádel para devolver la pelota al campo contrario.

**EL GOLPE DE CONTRAPARED REQUIERE DE BASTANTE PRÁCTICA**, puesto que no sólo se trata de pasar la bola hacia el otro campo, sino también de que ésta no le quede fácil a nuestro rival. La mejor opción de lanzarla favorablemente para nosotros es hacerlo muy por encima de la red para que no le quede fácil a nuestros adversarios para ganarnos el punto. Para conseguirlo, debemos apuntar hacia la parte más alta de la pared de fondo, de tal modo que la bola salga hacia arriba y llegue al final del campo rival. Además, no debemos olvidar que éste golpe favorece a los contrarios que cuentan con un buen remate liftado, ya que la bola que viene de la otra pared, lleva el mismo efecto del remate, provocando que

## SITUACIÓN 1

[1Atacantes 1Defensores]

El jugador atacante del revés juega una bandeja cruzada hacia la pared lateral. El jugador en defensa prepara el golpe, espera que la bola rebote en la pared de fondo y realiza una contrapared bien hacia arriba, para que la bola llega al final del campo contrario.



Infografía: www.tres-de.com



## LOS CONSEJOS PARA UNA PERFECTA CONTRAPARED HERNÁN AUGUSTE

- Utilizar este golpe sólo en caso de emergencia. Si podemos jugar hacia delante y colocarnos detrás de la pelota, mejor. Sino podemos lograrlo, utilizamos la contra pared.
- ¥ Armado: pequeño y con la punta de la pala hacia arriba.
- ¥ Golpeo: impactar la bola por debajo, y que esta golpee lo más alto posible en nuestra pared. Esto nos permite que el globo vaya bien alto y al fondo del campo rival, y así complicar su devolución.
- ¥ Terminación: La terminación es bien arriba, y por encima de la cabeza. Así logramos una mayor altitud en el golpe.
- ¥ Piernas: Siempre semiflexionadas, para poder golpear la bola bien por debajo.
- ¥ Dirección: Intentar que sea siempre cruzado y así tendremos más distancia y menos margen de error. En caso de que el jugador cruzado tenga muy buen remate, cambiar a paralelo.

ésta "salte" más aun después del bote en el suelo. Es común ver entre los jugadores principiantes, golpear con el cuerpo muy rígido, hacia delante y con demasiada po-



tencia. Esto no solo provoca que la bola no levante lo suficiente, sino que además puede hacer que éste reciba un pelotazo en el cuerpo.

### TÉCNICA

Si hablamos de su técnica, se trata de un golpe de movimiento amplio, que requiere más aceleración que fuerza. Su preparación es la misma que para un drive, pero la raqueta parte esta vez desde bien abajo y fuera del cuerpo.

Por su parte, las piernas semi flexionadas ayu-

## SITUACIÓN 2

[1Atacantes 1Defensores]

El jugador atacante en posición de derecha, juega una bola lenta sobre el medio de la pista. El jugador en defensa va en busca de la bola y antes que ésta rebote en la pared de fondo, realiza una contrapared bien alta, para conseguir un globo profundo.

También se da mucho la situación en que encontrándonos atacando en la red, el rival nos juega un globo que llega sin mucha fuerza al fondo, por lo que nuestra única forma de responder ésta bola, sería realizando una contrapared. En éste caso no debemos olvidar que los jugadores contrarios ya se encontrarán en posición de ataque, en el momento en que efectuemos nuestro golpe.



Infografía: www.tres-de.com



"DEBEMOS APUNTAR HACIA LA PARTE MÁS ALTA DE LA PARED DE FONDO, DE TAL MODO QUE LA BOLA SALGA HACIA ARRIBA Y LLEGUE AL FINAL DEL CAMPO RIVAL"

realizar el golpe "plano" y con mucha aceleración.

Este golpe no admite otro tipo de efecto, debiéndose realizar siempre plano para lograr una mayor efectividad en el tiro. Recordemos que la mejor opción es golpear, siempre que nos sea posible, hacia delante y no atrás. La contrapared debe ser el último recurso, no sólo por su dificultad técnica, sino también porque, en el caso de ejecutarse de forma incorrecta, podríamos lastimarnos con la raqueta o incluso con la propia bola.

La contrapared de revés, concretamente, es un movimiento muy vistoso, pero posee una técnica compleja y con ello aumenta el riesgo de golpearse con la pelota; por lo tanto, evitaremos usarla si no es absolutamente necesario. n

MÁXIMO CASTELLOTE

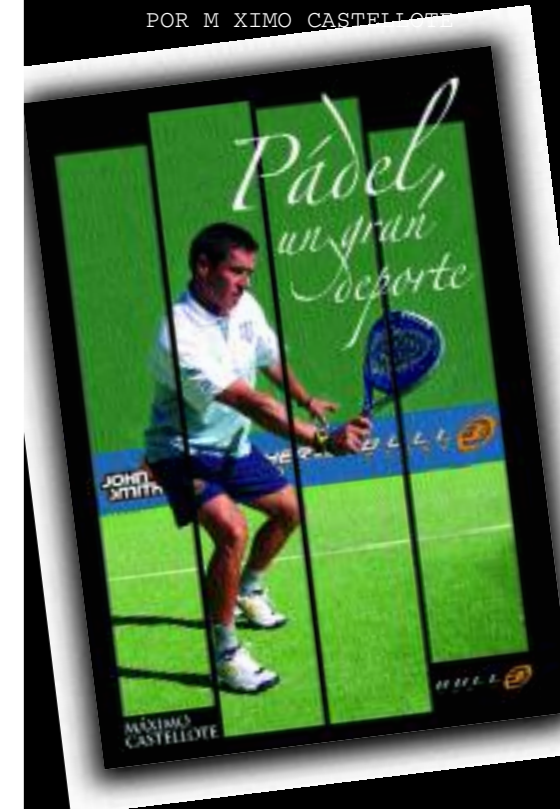
### FORMA DE GOLPEO

Después de estar bien preparados de lado y con la raqueta atrás, esperaremos a que la bola se encuentre por debajo de la altura de nuestra cintura, para



# YA A LA VENTA EL LIBRO: "PÁDEL, UN GRAN DEPORTE"

POR MÁXIMO CASTELLOTE



PUEDES ADQUIRIR EL LIBRO EN EL CORTE INGL S, FNAC, DEPORTES MOY, TIENDAS PADEL SHOP Y CASA DEL LIBRO.

MÁS INFORMACIÓN EN [www.top-padel.com](http://www.top-padel.com)