

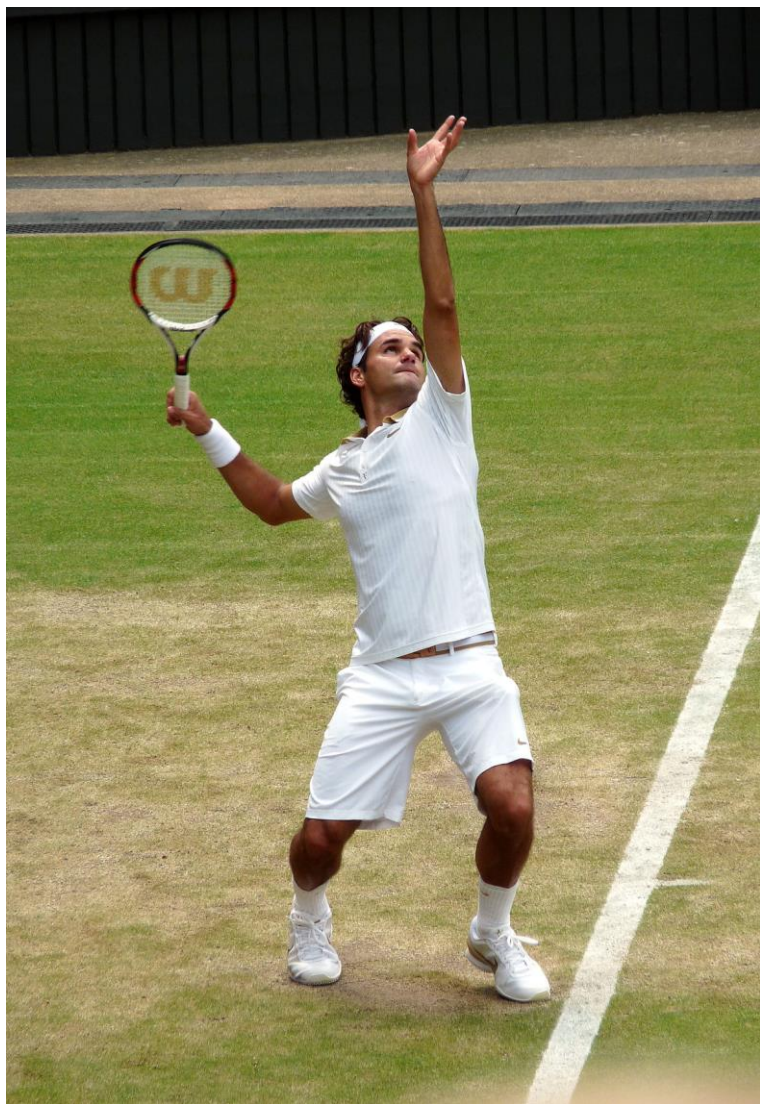


DEPARTAMENTO DEPORTE Y RECREACIÓN

CLUB HARRODS GATH & CHAVES

Cuadernillo 5

Tenis



#EquipoHarrods

CHARLA SOBRE TENIS CON TUBITO

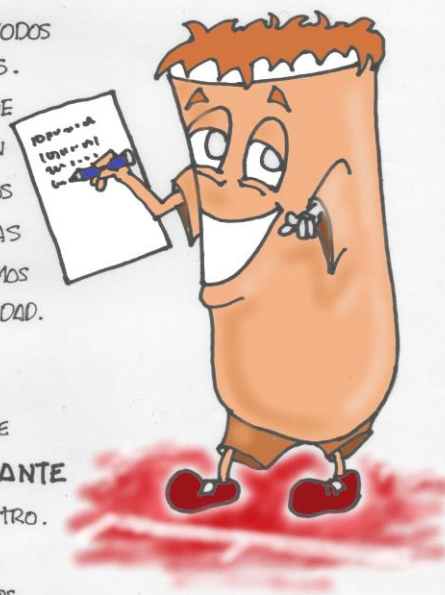
PAG 0



PROLOGO

P: CUAL ES EL OBJETIVO DE ESTE CUADERNILLO?

R: ES UNA AYUDA PARA TODOS LOS QUE JOEGAN AL TENIS. CUANDO TENEMOS DUDAS DE COMO VAMOS A ENCARAR UN PARTIDO, TENER ELEMENTOS QUE NOS AYUDEN A VER LAS SITUACIONES QUE ENFRENTAMOS CON UN POCO MAS DE CLARIDAD. AQUI TRATAMOS DE VOLCAR TODAS LAS PREGUNTAS QUE SE HACE UNA PERSONA QUE JUEGA TENIS, ANTES - DURANTE Y DESPUES DE UN ENCUENTRO. ESPERAMOS QUE SEA UTIL Y QUE PONGAN EN PRACTICA ESTOS CONCEPTOS



ATENTAMENTE "Tubito"



CHARLA SOBRE TENIS CON TUBITO

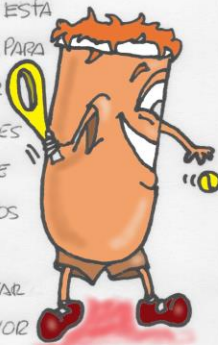


P: que HACEMOS CUANDO NUESTROS GOLPES MAS CONFIABLES NOS ABANDONAN ?

R: HAY QUE DARSE CUENTA RAPIDO

DE LO QUE NOS ESTA SUCEDIENDO, PARA PODER ORDENAR NUESTROS GOLPES TRANQUILOS y DE A POCO, TENEMOS QUE VOLVER AL

(A-B-C) GOLPEAR LA BOLA LA MAYOR CANTIDAD DE VECES POSIBLE y CONCENTRARNOS EN EL MOVIMIENTO DE CADA GOLPE, PARA IR TOMANDO RITMO y CONFIANZA NUEVAMENTE. RECIEN CUANDO ESTAMOS MAS SEGUROS y SUPERAMOS ESE MOMENTO, PODEMOS VER LO QUE ESTA PASANDO EN EL JUEGO. TODAVIA NO ESTAMOS EN POSICION



DE TOMAR RIESGOS y DEBEMOS VER QUE NOS ESTA HACIENDO EL RIVAL, PARA PODER NIVELAR EL PARTIDO. RECIEN AQUI PODEMOS ELABORAR UN PLAN que NEUTRALICE AL OTRO, SI DA EL RESULTADO ESPERADO NO LO ABANDONAMOS, PERO MUCHO CUIDANDO y A ESTAR ATENTOS PORQUE EL ADVERSARIO VA A QUERER VOLVER A MANDAR EN EL JUEGO y HAY QUE EVITARLO.

HAY QUE IR SUMANDO PUNTOS DE A POCO. SOBRETUDO RECUERDEN QUE NO SIEMPRE SE GANA UN PARTIDO CUANDO COMO A UNO LE GUSTA, TAMBIEN HAY QUE PODER JUGAR. COMO AL OTRO NO LE GUSTA QUE LE JUEGUES.



#EquipoHarrods





#EquipoHarrods

CHARLA SOBRE TENIS CON TUBITO

PAG 7



P: QUE FUNCION DEBE CUMPLIR CADA JUGADOR EN EL DOBLE?

R: ES IDEAL QUE AMBOS JUGADORES CONOZCAN SUS HABILIDADES INDIVIDUALES SI NO TAMBIEN LA DE SU COMPAÑERO, ASI PODRAN UBICARSE DEL LADO DE LA CANCHA EN DONDE PUEDAN SER MAS EFECTIVOS.

ES MUY IMPORTANTE, QUE EL QUE SE UBIQUE DE LA IZQUIERDA, NO SOLO DEBE DEVOLVER EL SAQUE MUY BIEN, TAMBIEN SER CONCIENTE QUE DE ESE LADO SE DEFINEN LOS GAMES EN SU MAYORIA.

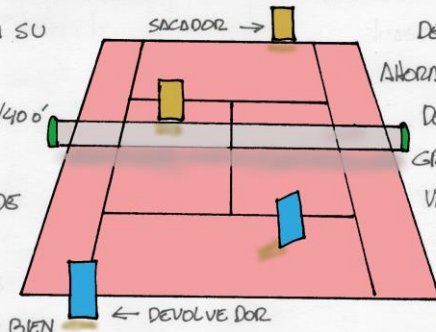
POR EJEMPLO (30/40 ó 40/0 ó 40/30). EL QUE JUEGA DE LA DERECHA TAMBIEN DEBE DEVOLVER MUY BIEN

ASI EVITA QUE EL COMPAÑERO TENGA MAS PRESION AL DEVOLVER.

LOGICO QUE ESTO ES IDEAL, PERO NO SIEMPRE RESULTA FACIL Y HAY QUE IR ACOMODANDOSE AL DESARROLLO DEL JUEGO.

LOS PARTIDOS SON A 3 SETS, ASI QUE TENEMOS EL PRIMER SET PARA INTENTAR VER LAS FALLAS DEL RIVAL Y LAS NUESTRAS, ASI PODER TENER UN PLAN QUE QUEREMOS NOS DE BUEN RESULTADO Y SI NO ES ASI, NOS QUEDA EL SEGUNDO SET PARA HACER LAS CORRECCIONES DE ACUERDO AL DESARROLLO DEL JUEGO.

ALORA VOY A TRATAR DE SER LO MAS GRAFICO POSIBLE PARA VER POSICIONES DE % Y JUGADAS MAS COMUNES EN DOBLE.





#EquipoHarrods

CHARLA SOBRE TENIS CON TUBITO

PAG 8



LO IDEAL ES HABLAR CON EL COMPAÑERO PARA DECIRLE HACIA DONDE LE VA A SACAR O EL QUE ESTÁ EN LA RED LE PIDA QUE SAQUE A TAL O CUAL GOLPE DEL QUE DEVUELVE. ASÍ AMBOS PUEDEN TENER UNA IDEA DE LO QUE EL OTRO HARÁ CON SU DEVOLUCIÓN.

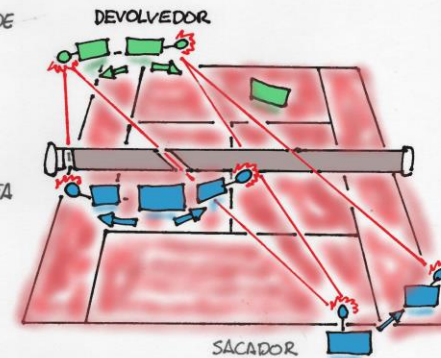
CONVIENE SACAR HACIA LA "T" O SEA EL MEDIO, PARA QUE EL QUE ESTÁ EN LA RED TENGA MÁS OPCIONES DE METERSE Y EN LO POSIBLE DEFINIR EL PUNTO.

PERO SI EL QUE SACA NO TIENE TANTO CONTROL SOBRE SU SAQUE, LO IDEAL ES BUSCAR EL GOLPE MÁS DÉBIL DEL OTRO Y EL QUE ESTÁ EN LA RED, MOVERSE PARA CREAR PRESIÓN Y DUDAS AL QUE DEVUELVE.

P: DONDE DEBE PARARSE EL QUE ESTÁ EN LA RED?

R: DEBE PARARSE DONDE MÁS

FIGURA 1



ESPACIO PUEDA COBRIR DE LA CANCHA, PARA QUE LA DEVOLUCIÓN DEL RIVAL LE LLEGUE MÁS CÓMODA AL COMPAÑERO Y ADemás TENGA MENOS ESPACIO PARA UBICAR SU TIRO.

ES MUY IMPORTANTE QUE EL QUE ESTÁ EN LA RED ESTE ACHUVO PARA CREAR UN OBSTÁCULO AL RIVAL.

EJEMPLO - DIRECCIÓN DEL SAQUE Y POSIBLE DEVOLUCIÓN E INTERCEPCIÓN DEL QUE ESTÁ EN LA RED **FIG 1**





#EquipoHarrods

CHARLA SOBRE TENIS CON TUBITO



P: DEBO ESTAR SIEMPRE EN LA RED CUANDO SACO MI COMPAÑERO?

R: SI, ES LO QUE SE DEBE HACER PARA CERRAR LOS ESPACIOS Y GENERAR PRESION COMO DIJE ANTES.

PERO TODO DEPENDE DE COMO SAQUE NUESTRO COMPAÑERO.

HAY NIVELES DE JUEGO EN EL CUAL QUIEN SACO NO GENERA NINGUN INCONVENIENTE AL QUE DEVUELVE Y ESTE SE SIENTE SEGURO DE PODER DEVOLVER A GUSTO Y CONSERVACION DE TAL MANERA, QUE EL QUE ESTA EN LA RED NO PUEDA INTERVENIR Y APROVECHAR EL SAQUE DE SU COMPAÑERO. **FIG 1**

HABITUALMENTE SE VE ESTA SITUACION DE COMO EL JUGADOR DE LA RED, SIEMPRE QUE NO PUEDE INTERVENIR EN LA JUGADA

Y CUANDO LO HACE, ESTE NO ESTA EL MOMENTO CORRECTO Y POR LO GENERAL COMETE UN ERROR.

RECORDEMOS QUE EL DOBLE ES UN JUEGO EN EQUIPO Y QUE AMBOS JUGADORES SE DEBEN COMPLEMENTAR LO MEJOR POSIBLE.

P: ENTONCES QUE HACEMOS?

R: LO ACONSEJABLE ES ESTAR EN EL FONDO DE LA CANCHA Y ESPERAR A QUE SE PRODUZCA UNA SITUACION PARA PRESIONAR A LOS RIVALES Y PODER SUBIR A TOMAR LA RED E INTENTAR CERRAR EL PUNTO. **FIG 2**

