

món ^{LLEIDA} pádel

REVISTA GRATUÏTA PER A CLUBS DE PÀDEL

Núm. 9 | NOVENBRE-DESEMBRE 2019 | monpadel.cat



**DÉJAME
EN EL CLUB**
NO ME LLEVES A CASA

NOUS TEMPS, NOVES PALES

JUSTN 2020



JUSTN
padel

justten.es

Direcció i Edició

Cristóbal García
Esteve Pintó

Disseny

patitus.com

Publicitat

Sílvia González

Fotografia de portada

ARKOSPORTS

Fotografia

ARKOSPORTS

Impressió

printdigital.cat

677 44 64 85

info@monpadel.cat

monpadel.cat

Segueix-nos



Dipòsit Legal: B 24708-2018

Queda prohibida la reproducció total o parcial d'aquesta publicació, per qualsevol mitjà o procediment, sense comptar amb l'autorització prèvia, expressa i per escrit de MónPàdel. Tota forma d'utilització no autoritzada serà perseguida amb el que estableix la Llei europea de drets d'autor. Els articles, així com el contingut, el seu estil i els opinions expressades en ells, són responsabilitat dels autors i no reflecteixen l'opinió de MónPàdel.



index

Juan Alday	4
Treball de transferència	8
Oscar Agea	10
Relats Solidaris	14
Dolor de Maluc	16
Just Ten	20
World Padel Tour	26



Juan Alday





Juan Alday

entrenador i coach de pàdel del WPT

Qui és "Juancito" Alday?

M'agrada que em diguis "Juancito", perquè així em deien de petit. Tinc gairebé 46 anys, m'he dedicat tota la vida al món de l'esport, però no sempre el pàdel ha estat la meva feina principal. Al pàdel em dedico amb una pas sió desenfrenada, pateixo moltíssim, però alhora em fa molt feliç. La meva vida d'entrenador és com una novel·la constant.

Portes gairebé 30 anys vinculat al pàdel i només tens 46 anys, què t'aporta?

Jo estava jugant a tennis, però m'agradava una noia que jugava al pàdel, així que la realitat és que vaig començar per lligar amb ella, als 16 anys.

A partir d'aquí el meu primer torneig va ser un desastre, gairebé m'expulsen perquè vaig trencar una pala i em vaig enfadar amb tothom. Vaig continuar com a entrenador i la veritat és que tinc la sort d'estar vinculat de moltes maneres i gaudir, no ho canviaria per res.

El 1997 vas venir per dos mesos a Espanya, però va ser el 2002 quan ja et vas instal·lar, què et va fer prendre la decisió?

El 1997 vaig venir a Marbella, estranyava moltíssim a la meva família i vaig tornar al meu país. Va ser el 2002 quan vaig venir definitivament, sóc molt exigent i vaig estar preparant-me molt físicament i mentalment, ja que volia dedicar-me únicament al pàdel i volia quedar-me aquí.

Vas ser jugador, però no vas arribar a triomfar, amb la teva experiència d'ara, què creus que li faltava al "Juancito" jugador?

Molt bona pregunta. Al meu jo jugador li faltava cap, tenia joc, tàcticament era molt bo, però no era molt valent. Crec que em va faltar, el que jo estic aportant actualment als meus jugadors, confiança, que sàpiguen guiar-te, que formin part de la teva vida.

El meu mentor va ser "el negro Miranda" però no era el concepte que avui tenim d'un entre-

nador. Anys enrere, quasi no hi havia entrenadors, tenies un tècnic que et donava informació, però no un entrenador que et donés suport i estigués amb tu dins i fora de pista. El meu cas com a jugador, no acceptava les derrotes, les rebia molt malament, era molt perfeccionista i el meu cap em bloquejava.

Avui dia és essencial que un jugador tingui un suport psicològic. En el meu equip tenim una psicòloga amb la qual parlo cada dia i comentem la situació de les nostres noies.

Bela i tu us coneixeu des dels 12 anys, i sobre els 35, el vas entrenar durant 3 anys, què et va quedar d'aquella època?

Bela va venir a viure a Barcelona i quan ens vam conèixer, un dia parlant, vam decidir que seria el seu entrenador. El graciós és que va ser el meu primer jugador. Li vaig comentar que a la part tàctica no podia ajudar-lo massa, no per falta de coneixement, sinó perquè era el número 1. Crec que ens vam ajudar mútuament en la part tècnica, ja que em va ensenyar a entendre com es guanya, com s'entrena, la forma de tenir intensitat cada dia i com no es poden posar excuses.

Actualment en els meus entrenaments, la forma en com tracto als meus jugadors, és gràcies a Bela. Els meus dos formadors mentals són Bela i Àlex Corretja, dues persones amb un nivell d'exigència màxim. Evidentment, sense Bela no podria haver estat entrenador, cada coseta que em va dir me la guardo. Va ser dur per a mi, jo no tenia experiència i ell era el número 1. El seu comportament va ser molt bo amb mi, li estaré agraït sempre.

Com a entrenador argentí a Espanya, esteu molt ben valorats, per què?

Crec que a Argentina anàvem quinze anys avançats a Espanya, hi havia un boom molt bèstia, et diria que gairebé més de què tenim actualment. Un altre motiu que crec que destacava la diferència, era l'ensenyament, hi ha molt bons formadors i universitats a Argentina. Vivíem el pàdel amb molta passió.

Juan Alday

entrenador i coach de pàdel del WPT

Actualment a Espanya hi ha molt bons entrenadors, com ara Ramiro Choya i Jorge Martínez.

Actualment diria que s'està aparellant la situació que hi ha a Espanya amb la que fa anys tenia l'Argentina i és pels anys de trajectòria que porta el pàdel implantat aquí.

A nivell Europeu hi ha hagut una evolució i creixement molt important en el pàdel, com ho veus?

El meravellós del pàdel és que el 100% de les persones poden jugar, sentir-se còmodes i gairebé tots podrien guanyar una copa. Li estan donant una opció a una persona que mai va fer res a guanyar setena, aquest valor és brutal. El pàdel fins i tot ha cuidat més al jugador amateur que al professional. Com a club de pàdel, si vols que et funcioni, no només pots tenir a quatre jugadors bons, has de tenir cura dels 300 que van a aquest club. Sóc partidari de donar el mateix premi a un jugador de 2a que a un de 5a.

El pàdel és apte per a qualsevol persona i aquest hàndicap no ho pot oferir cap altre esport.

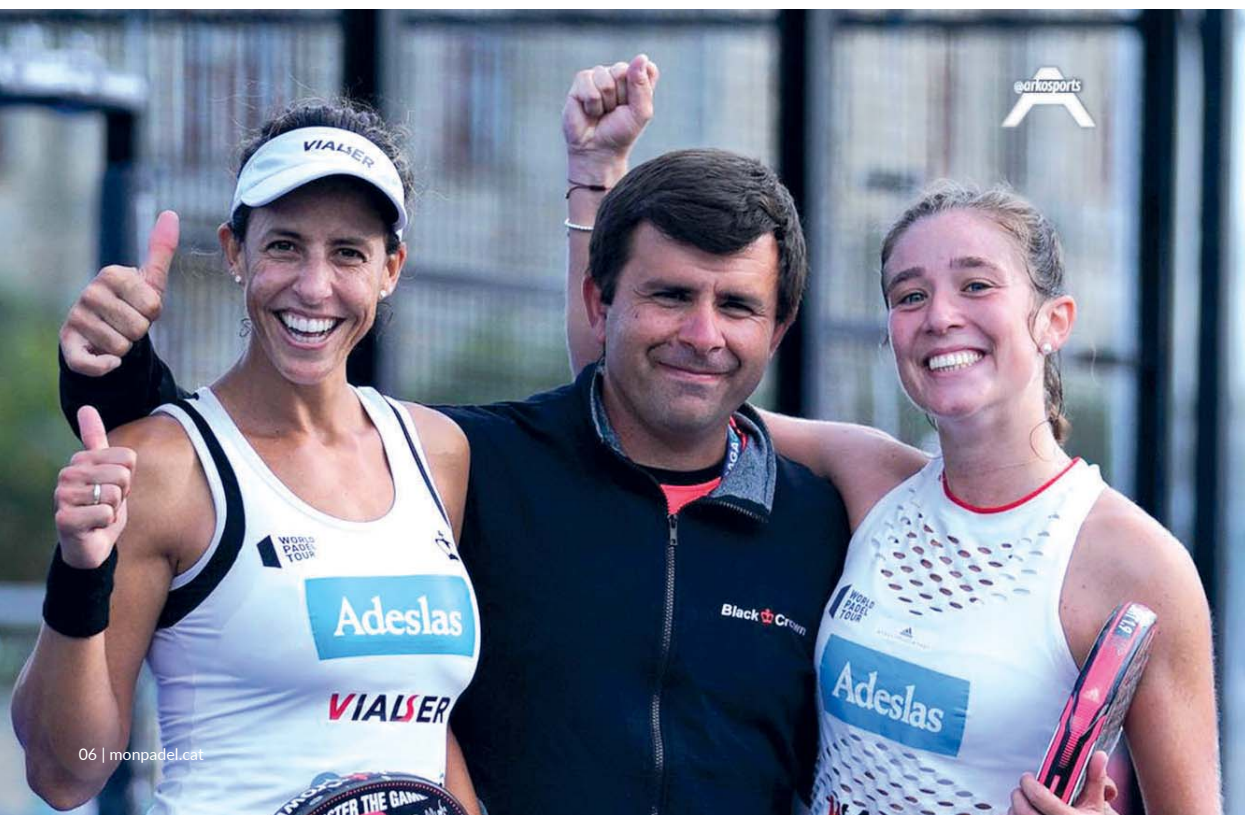
Avui dia utilitzem la paraula "Coach" unida a la d'entrenador, creus que són conceptes que van de la mà?

Per ser coach has de ser un bon entrenador, però per ser entrenador no necessàriament has de ser Coach.

En el meu cas no té res a veure quan sóc entrenador i / o quan sóc coach. En els entrenaments s'entrena el que no surt i es juga amb la qual cosa sí surt. Sóc molt incisiu en el que no funciona però en el partit també ho sóc amb les que sí funcionen. El canvi de cervell ha de ser molt molt important, ja que no té res a veure una cosa amb l'altra.

La realitat d'un entrenament és viure la tensió del partit. Quan ataco els dic -vull saber com et pressiones quan estàs jugant, ja que és quan ets més agressiu.

La primera vegada que em sento amb els meus alumnes, estan esperant els meus crits, la meua pressió i queixes de per què van perdre aquesta bola i quan els faig de coach, arriben amb por (no sóc dolent, eh, rialles), però a la banqueta és diferent, aquí hi ha la diferència.



Juan Alday

entrenador i coach de pàdel del WPT

La teva mare és psicòloga, creus que et va inculcar aquest concepte d'anàlisi emocional que avui en dia, tu imparteixes amb els teus jugadors?

Totalment. Vaig tenir la sort de viure en un poble i la meva mare tenia la llibertat de venir dues hores a casa a dinar i en aquesta estona em comentava coses i les seves anàlisis psicològics dels seus pacients, sense revelar mai els seus noms. Tota la meva vida va estar vinculada a històries i vivències psicològiques.

Amb la nostra psicòloga de l'equip, està encantada amb mi, ja que m'obro amb molta facilitat.

Per a mi el joc té a veure amb les sensacions, amb l'estat que tens en aquest moment. Si un aconsegueix tenir un estat en el qual funcioni molt millor, tindrà més èxit. Això es crea amb rutines i formes de joc. No és el mateix una persona totalment accelerada que a sobre li exigeixis que li pegui a tot el que vegi, ja que arribarà a un nivell d'ansietat molt alt.

Per a mi és interessant dir a qui poder pressionar i de quina manera, per poder decidir si a aquesta persona li falta definició però que passaria si intentés definir.

Cris Garcia

Mónpàdel



PERSONAL

Juan Alday

Buenos Aires, 1973

@juanaldaypadel

Què no toleres en una amistat?

No complir les teves promeses. Deixar d'anar pel costat que vènies anant.

2 defectes

Sóc força paranoic i tinc molt mal humor

Música o lectura?

Música

Última vegada que vas plorar d'alegria?

Quan vam guanyar el primer torneig d'aquest any (WPT Marbella)

El dia o la nit?

El dia.

Si et donessin 3 desitjos ...

Avui en dia no necessito res, per a mi tot està complet.

Com t'agradaria que et recordessin?

Un home apassionat, un bon tipus

Macarrons o croquetes?

Macarrons

Senderisme a la muntanya o pinya colada a la platja?

Senderisme a la muntanya.





Treball de transferència

Treballs de transferència

XAVI PELEGRÍ DURAN | Preparador físic, Entrenador personal i Dietista esportiu

El treball de transferència és perfecte per guanyar explosivitat i velocitat en el pàdel, això ens permetrà imprimir velocitat i força en els nostres cops d'atac i també recuperar boles en defensa que abans eren impossible.

Què és la transferència en l'esport?

Hi ha diferents tipus de transferència: la positiva, la negativa i la neutra, però bàsicament la que sol treballar més en l'esport és la fase positiva, que consisteix a adaptar exercicis físics concrets que t'ajuden a millorar el moviment concret del cop que triïs en aquest cas de pàdel.

Per exemple: Està comprovat que els esquats amb pes lleuger augmenten el rendiment de l'esprint.

Ara posarem un exemple d'entrenament de transferència que ajuda a millorar la rematada, un dels cops que més agrada utilitzar tant en amateurs com a professionals.

La transferència per millorar la rematada es treballa bàsicament amb exercicis d'abdominal i de pectoral perquè són aquests grups musculars els que s'activen per fer una rematada en bones condicions.

ENTRENAMENT

5 flexions a terra normals
5 flexions plicomètriques (amb picada de mans)
10 abdominals superiors amb cames aixecades

Aquests tres exercicis seguits sense descans. Quan acabem la sèrie dels tres exercicis farem 6 boles de rematada en carro.

Això compondria una sèrie, de la qual anem fer 4 en total. Descans el temps corresponent entre cada sèrie perquè ens permeti completar-la amb garanties.

Les flexions i les abdominals no són tan divertides com treure-la per tres o emportar-se la bola però és el que ens permet fer-ho amb més facilitat.

Ànims pegadors !!!!!



**L'ÚNIC PROGRAMA
DE RÀDIO SOBRE PÀDEL
A BARCELONA**



Oscar Agéa





Oscar Agea

8 años numero 1 d'Espanya de pàdel en cadira de rodes

Qui és Oscar Agea?

Sóc un jugador de pàdel en cadira de rodes. No sóc professional perquè no guanyo diners amb això, però som professionals perquè dediquem el mateix temps que ells.

He estat 8 anys número 1 i ara he decidit trencar la meua parella amb Edorta, ja que ho guanyàvem tot i calia donar-li una volta a l'circuit.

Hi ha molta rivalitat entre nosaltres, però som grans amics i ara és molt bonic poder fer finals de tres hores i mitja, amb molta feina i esforç.

Per què estàs en cadira de rodes?

A causa d'una mala formació del fetus, no he tingut els problemes d'altres companys amb accidents de moto o cotxe.

Per què vas decidir dedicar-te al pàdel i no a un altre esport?

He estat professional 11 anys en bàsquet en cadira i causa d'un problema renal, vaig haver de fer diàlisi durant set anys i mig, però finalment gràcies al meu germà van poder trasplantar-me el seu ronyó.

Aquesta situació va minvar el meu estat físic, però en el 2010 vaig començar a entrenar com agafar la pala i donar-li a la cadira alhora (que no és fàcil) i des de llavors no he parat.

També acostumo a fer exhibicions per tot el territori nacional per ensenyar el que és el pàdel en cadira i que també es poden fer moltes filigranes en una cadira de rodes.

En els esdeveniments més grans en els que haureu pogut veure'ns són al World Padel Tour



rebeld[®]

L I F E S T Y L E



Sudaderas de estilo urbano

www.rebeld.es



on hem realitzat petites exhibicions en què hem intentat donar a conèixer aquesta modalitat de pàdel.

Què us falta en el pàdel adaptat?

Sempre tot es basa en diners. Per exemple a Argentina m'estan continuament demanant que realitzarà un clínic i evidentment no puc costejar-estar quinze dies amb ells, em fa molta pena, que per temes econòmics no puguem jugar entre companys d'altres països i donar a conèixer el nostre treball. Tot el nostre esforç és altruista i ens agrairia que les marques també s'involucressin amb nosaltres.

És molt important donar-nos a conèixer, ja que som part d'aquest empenta que altres companys necessiten per sortir i provar el nostre esport.

Us sentiu recolzats per les institucions?

Nosaltres mateixos som la Federació a Silla, els nostres recursos són mínims però intentem que arribin a tots els companys. Precisament fa un temps que els pocs diners que es destinava a premis dels tres o quatre que érem, es dividís entre tots per ajudar-nos als desplaçaments, gasolina i altres despeses que generen els tornejos.

Són les marques les que ens ajuden amb material i altres, però actualment som més de 175 fitxes a tot Espanya, però a poc a poc el nostre pàdel va creixent més i més.

Silvia González
Mónpàdel

PERSONAL

Oscar Agea
Madrid, 1980
@oscaragea

Què no toleres en una amistat?
La mentida

Dos defectes
El competitiu que sóc amb els meus companys i el perfeccionista que sóc amb mi mateix.

Tres desitjos
Que el pàdel fos internacional, que em respectessin les meves lesions i que la meva filla sigui feliç.

El dia o la nit?
El dia

Sèries o pel·lícules?
Sèries, les que decideix la meva dona (rialles)

Com t'agradaria que et recordessin?
Com un lluitador

Última vegada que vas plorar d'alegria?
Sóc molt ploroner i m'emocionen les petites coses.

Macarrons o croquetes?
Macarrons

Un llibre?
La biografia d'Irene Villa, una gran amiga i persona. Us recomano llegir-lo, us sorprendrà !!!





RELATS SOLIDARIS DE L'ESPORT



Relats Solidaris de l'Esport

Qui és Oriol Domènech?

Sóc periodista, vaig treballar durant 19 anys en el Món Esportiu seguint l'actualitat del FC Barcelona i des de fa tres sóc el Director de Comunicació d'una empresa de representació de futbolistes i esdeveniments esportius, Mitja Base Sports, liderada per Pere Guardiola, germà de Pep Guardiola.

Quan i per què neix 'Relats Solidaris de l'Esport'?

Relats Solidaris com a llibre neix fa 15 anys, en una clàssica trobada de periodistes esportius, amb Sergi Mas, Marcos López i Xavi Torres al capdavant. Pensem que amb molt poc treball, un breu relat relacionat amb l'esport, entre tots podríem aportar molt a la societat.

Comencem amb la primera edició, però després de comprovar l'èxit i la repercussió del llibre, però sobretot els diners recaptats, pensem que havíem de donar-li continuïtat.

Actualment, portem ja 15 llibres en els quals hem col·laborat més de 50 periodistes. Cada dia som més i en cada edició alguns hem de renunciar a escriure perquè puguin incorporar-se nous companys.

També ens ha ajudat molt els padrins que hem tingut, gairebé tots futbolistes del Barça, com en aquest últim any el porter Marc-André Ter Stegen.

Quins relats podem trobar?

Són relats lliures relacionats amb el món de l'esport. A vegades, el llibre ha coincidit amb un Mundial o uns Jocs Olímpics i hem fitat una mica el tema dels relats. En general, són situacions que hem viscut els propis periodistes o històries sobre esportistes pels quals sentim admiració.

On va els diners recaptats?

Cada any es destina a una entitat diferent. Pot ser per a un departament concret d'un hospital, per a recerca, per a associacions de famílies afectades per malalties minoritàries, ONG's com fa dos anys Proactiva Open Arms o unes altres que centren la seva labor en la integració de nens desfavorits, com aquest últim any la Fundació Pari Manel.

Recaptem diners al marge de la venda del llibre?

Sí, un dels esdeveniments més importants és el que ens ocupa, el Torneig Relats Solidaris de pàdel. També organitzem concerts i alguna subhasta.

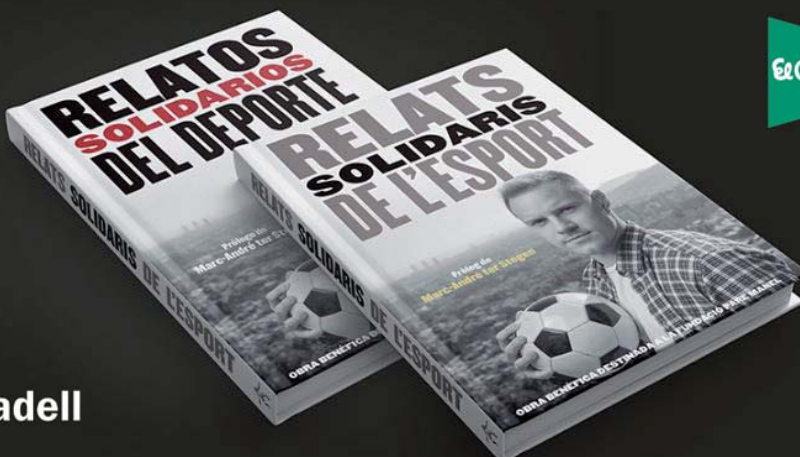
El torneig de pàdel va néixer amb la idea de fer-lo anual, després passem a organitzar dues, un a l'estiu i un altre per Nadal, i des de fa tres o quatre anys, ja celebrem quatre o cinc tornejos per temporada. L'últim d'aquesta temporada serà dimarts que ve 17 de desembre en el David Lloyd's de Barcelona.

La recaptació va creixent i entre inscripcions i patrocinadors ja aconseguim els 8.000 euros. I el nombre d'esportistes il·lustres que juguen també va en augment. Hi ha alguns que ens han donat suport des del primer dia, com Fran González, el jugador amb més títols del torneig, Enric Masip, Albert Luque, Julio Salines, Angoy, César Córdoba... i hi ha uns altres que s'han anat incorporant amb el pas dels anys com Carles Puyol i Patrick Kluivert. També han participat jugadors de pàdel com Pablo Lima, Ricky Martínez, Martín Sánchez Piñero, Marc Quílez, Gemma Triay, Lucía Sainz o Ari Sánchez.

Sil González

Mónpàdel

De venda exclusiva a



Patrocina

Sabadell

Dolor de maluc



Dolor de maluc

MARC CABALLÉ | Fisioterapeuta Col·legiat 5887 | Director Actyum Salut, Manresa (BCN)

Avui us parlarem de la "impingement" de maluc. Sol ser un dolor crònic, profund, a la zona inguinal, que empitjora i l'activitat física, pot requerir una flexió important de maluc, en moviments de rotació i amb l'impacte. També pot sorgir molèsties en períodes llargs de sedestació. Una part del dolor inguinal també és possible que el dolor s'irradiï al cap genoll, al maluc i que estigui poc identificat en un punt concret.

En caminar no sol afectar massa, en estadis molt avançats de la lesió pot ser que sí. La mobilitat del maluc sí que es queda limitada sobretot en flexió, rotació interna i adducció de la cama, la posició d'estirament gluti per exemple. És habitual que vagi acompanyat de dolor o sobrecàrregues als adductors, glutis, psoes, pectíneo i musculatura pertrocanterà, i també dificultat en els moviments que impliquin extensió del maluc.

El impingement de maluc, correctament dit impingement femoro-acetabular (FAI) es provoca per un contacte repetitiu i anormal entre la zona de cap del fèmur i l'acetàbul que és la part de la pelvis on s'articula el cap de fèmur. Així es genera una mica de les parts toves provocant la inflamació. Normalment el dolor sol aparèixer a les 24 hores post activitat i que si no tractem, amb el temps, es produirà una important limitació funcional i una degeneració articular.

La millor manera de diagnosticar aquesta lesió és la Resonància Nuclear Magnètica (RNM), tot i que normalment quan surt el dolor la lesió ja fa temps que està instaurada. Per tant, el millor tractament pel maluc és la prevenció, tant a nivell de mobilitat articular com a nivell de treball muscular, ja sigui treball diana (de la zona afectada) o bé treball compensatori.

Un cop tenim el impingement instaurat i diagnosticat, haurem d'iniciar el treball de fisioteràpia, inicialment intentant reduir al màxim la inflamació, per exemple amb INDIBA, recuperant tot l'arc articular, amb mobilitzacions i estiraments tant a nivell local com de les estructures adjacents (lumbars, extremitat inferior...), valorar l'estat muscular com a possibles contractures derivades de posicions errònies per dolor, i tractar-les quan sigui necessari.

Un cop el dolor hagi millorat i el maluc es mogui amb força normalitat incidirem molt més en la fase de la feina muscular, intentant augmentar la càrrega i la intensitat dels

entrenaments, perquè, a poc a poc, anar aprofundint en els entrenaments de pàdel per retornar a les pistes en un estat òptim de forma física, evitant així recaigudes de la lesió.

A l'ésser una lesió de llarg recorregut sol haver patrons de moviment erronis molt instaurats, per tant serà molt important valorar biomecànicament al pacient i incidir en la correcció dels possibles desequilibris que pugui presentar.

Molt important serà evitar activitats que desencadenin el mecanisme lesional com a impacte repetitiu i rotacions excessives, restaurar la mobilitat activa del segment lumbopèlvic i també treballar la mobilitat tant del genoll com de turmell. També incidirem sovint en com podem regular el treball de flexibilització del maluc i de tota la musculatura del voltant, per evitar les recaigudes.

Esperem haver-vos ajudat.

Salut i pàdel!



FABRICAMOS PARA
EMPRESAS
ESCUELAS
MARCAS
CLUBS



KARBONDESIGN
PADDLE RACKETS FACTORY



PIC NEGRE, 19 [POL. IND. SANT ISIDRE] · 08272 SANT FRUITÓS DE BAGES · BARCELONA, ESPAÑA
INFO@KARBONDESIGN.TECH · +34 93 876 03 04 · WWW.KARBONDESIGN.TECH

ESCUELA

INICIACIÓN Y PERFECCIONAMIENTO

PÁDEL EN SILLA



**Club Esportiu
Pàdel Adaptat**
Catalunya
cepacatalunya.com

¡VEN A PROBAR EL PÁDEL EN SILLA!

El deporte es esencial
para nuestro cuerpo
y el pádel es
ejercicio + diversión

¿YA HAS JUGADO AL PÁDEL EN SILLA?

Perfecciona tu
juego con la
escuela avanzada y
los mejores entrenadores

INFÓRMATE

678 520 088



info@cepacatalunya.com

LUGAR (Gavà)



padelarium
PADEL & FRIENDS

¡HAZTE SOCIO!

Escuela GRATIS para los
socios del Club Esportiu de
Pàdel Adaptat Catalunya 2017



Just Ten



Us presentem a Pablo Velat, director general de Just Ten, una empresa que es consolida amb una nova filosofia i estratègia, situada a Manresa (Barcelona).

Quina és la vostra filosofia?

"La nostra filosofia té una base disruptiva i canalla".

A nivell de pales, som una marca molt trenca-dora pel que fa a disseny, la calavera és una de les nostres principals característiques identificatives i si ens posem a comparar amb altres pales del sector, no n'hi ha cap que tingui una icona gamberro com el nostre.

Si haguéssim de transmetre un concepte a una fotografia, seria amb 4 jugadors asseguts en una pista de pàdel, amb unes olives i les cer-veses, la filosofia del bon rotllo i passar-ho bé.

Les nostres pales estan fabricades artesanalment i totalment manuals, una a una. Sempre hem apostat per materials d'alta gamma i per l'alt control de qualitat i, evidentment, per la fabricació a Catalunya.

En què es basa la vostra línia de producte?

Actualment tenim 3 línies de producte:

En primer lloc les pales són el nostre principal reclam, de la qual cosa a nivell de facturació parlem d'un 75%.

D'altra banda tenim un 10% corresponent a la part tèxtil masculina i femenina. A diferència d'altres marques, la nostra producció i materials són fabricats totalment a Espanya, col·laborant amb l'economia local. El% restant, es basa en la línia d'accessoris, que són repartits en productes de gran volum, com paleters i motxilles i en els de volum inferior: canelleres, protectors de pales, mitjons ...

El 2019, ens hem centrat molt en el terreny internacional i volem continuar creixent en 2020. Actualment Just Ten creix més d'un 70% internacionalment i tenim contacte amb països

com la Xina, Polònia, Colòmbia, Costa Rica, per exportar les nostres pales. Els països esmentats estan molt interessats en les pales fabricades artesanalment i exclusivament centrades en el pàdel, ja que ells solen treballar amb marques que treballen diferents esports i no únicament fan pales de pàdel.

En què et fixes perquè un jugador li promoci- ni la seva marca?

Quan patrocinem un jugador o entrenador, busquem que estigui d'acord amb els nostres valors com a marca i que sigui un referent dins del sector.

Actualment tenim a Marcela Ferrari i Miguel Sciorilli, dos grans entrenadors dins d'aquest món.

D'altra banda, tenim jugadors de la lliga catalana, com Gerard Godó, que porta una evolució molt important.

Justament patrocinem els tops 3-5 de cada país, com és el cas del número 1 suec i apostem molt



VOLS ANUNCIAR-TE A LA NOSTRA REVISTA?

**ARRIBEM A TOTS ELS CLUBS DE PÀDEL I
BOTIGUES ESPECIALITZADES DE CATALUNYA
AMB MÉS DE 100.000 IMPACTES MENSUALS**

✉ comercial@monpadel.cat

☎ 601 630 420

mónpàdel

REVISTA GRATUÏTA PER A CLUBS DE PÀDEL

**ETS UN CLUB DE PÀDEL O
BOTIGA ESPECIALITZADA I
VOLS REBRE
LA NOSTRA REVISTA?**

✉ info@monpadel.cat

☎ 677 44 64 85

fort per jugadors francesos i italians, que són els top 5 del rànquing del seu país.

Actualment el sector de l'pàdel és molt competitiu, contra què lluiteu?

Evidentment tots lluitem amb la competència, però nosaltres som partidaris d'ella, ja que si és sana, és bona.

Personalment crec que no lluitem tant contra les altres marques, sinó contra la forma de fer. Avui dia el pàdel és el segon esport més practicat a Espanya, però a nivell de negoci no representa aquest volum i es deu al fet que hi ha molt "malestarismo", hi ha monitors que venen sota mà i els e-commerce no respecten els preus i les marques.

Per a mi, tota aquesta pirateria que existeix, és la guerra constant contra la qual lluitem tots, però som les marques els que tenim la responsabilitat de parar-lo.

Quins projectes teniu a curt termini?

L'estratègia que portem aquest any de cara a l'any 2020, és una mica diferent de la que teníem. Anteriorment llançàvem entre dues i tres col·leccions anuals. Per al 2020 i per primera vegada, tindrem una única col·lecció amb un nou disseny. Aquest desembre, ja estarà disponible

en els nostres punts de venda.

Una característica de Just Ten, és la nostra línia BASALT, la gamma més alta, ho barregem amb el carboni, un component que en general la resta de marques no utilitza, el que ens diferencia. També sempre havíem treballat en aquesta col·lecció per la qualitat, el que implicava un preu més elevat.

Per primera vegada tindrem una pala molt més econòmica, amb un preu que rondarà els 140 €. Amb aquesta millora de preu, volem apropar-nos a un públic que teníem descuidat.

Anteriorment la nostra estratègia era posicionar-nos en un nivell més professional i actualment volem expandir-nos i arribar a més jugadors.

Sil González

Mónpàdel



CURSO FORMACIÓN MONITOR DE PÁDEL 14 Y 15 DICIEMBRE

LUGAR: CLUB FRONTAIR CONGRESS (SANT BOI)

DIRIGIDO E IMPARTIDO POR: PABLO AYMÀ

CONTENIDO DEL CURSO:
Metodología, técnica, táctica. ejercicios de golpeo, corrección de errores, planificación de clases y grupos, batería de ejercicios, módulo de coaching, material didáctico grabación en pista y análisis final.

PROGRAMA DE ACTIVIDADES

Sábado de 10 a 14 hs - 15:30 a 19 hs
Metodología y teoría (aula)

Aplicación de la metodología (pista)

Domingo 10 a 14 hs - 15:30 a 19 hs
Aplicación de la metodología (pista)

Correcciones: baterías ejercicios

Filmación: evaluación final.

Cierre del curso (preguntas y comentarios)

PRECIO DEL CURSO: 420€ / PERSONA

PLAZAS LIMITADAS SUBVENCIONADAS 270€ / PERSONA

INFORMACIÓN E INSCRIPCIONES:
Tel / whats 661 413 375 - 637 740 080
Email: gestion@pabloayma.com



EL CURSO INCLUYE:
Material didáctico y multimedia;
Obsequio bienvenida, refrigerios,
informe evaluativo y de orientación
personalizado de cada asistente,
email de consulta permanente

 **ROSSIGNOL**

   
sarsa


EXPOMON

03
construcciones i manteniments, s.l.


MUNICH

SLAM CLUB



escuela de pádel

Inscripciones obertes

93 777 04 30

Inici de temporada: 16 de setembre



WORLD PADEL TOUR

OPEN

CÓRDOBA

12-17 Novembre



OPEN

SAO PAULO

19-24 Novembre



OPEN

MEXICO

26 Novembre - 1 Dicembre



MASTER

BARCELONA

19-22 Dicembre



worldpadeltour.com

Més d'1 any després, les bessones tornen a regnar



372 dies després, Majo i Mapi Sánchez Alayeto aconsegueixen imposar-se en una prova World Padel Tour. Des dels seus inicis, al circuit World Padel Tour, les germanes Majo i Mapi Sánchez Alayeto, han anat construint un palmarès de llegenda temporalment rere temporada. Al llarg d'aquestes nou últimes campanyes, les bessones han disputat un total de 235 partits, obtenint 199 triomfs. Números, que els han servit per aconseguir ni més ni menys que 29 tornejos i sumar 4 campanyes com números 1 del rànquing mundial. Un domini, que repeten en la passada campanya 2018, en què les "Bessones Atòmikas" aconsegueixen retenir aquesta posició de privilegi per segon any consecutiu. Al llarg de tot aquest període, Majo i Mapi, sempre havien aconseguit compartir destí.

Un trajecte marcat per l'èxit i un percentatge de victòries superior a l'84%. Una regularitat competitiva sempre marcada per triomfs en les grans cites. Ningú podia imaginar ara fa un any i deu dies, que el seu triomf al Portugal Padel Màster 2018, seria l'última victòria d'una parella de llegenda en més de 372 dies. Aquell diumenge 23 de setembre de 2018, Majo i Mapi, aconsegueixen vèncer Gemma Triay i Lucía Sainz a la final del Màster portuguès per 0-6, 6-4 i 7-5, després de gairebé 3 hores de batalla. Un triomf agònic, ja que Mapi Sánchez Alayeto, qui ja havia estat a punt d'abandonar el torneig en les rondes prèvies, estava lesionada de l'espatlla i va disputar aquella final clarament minvada en les seves facultats.

Gemma i Lucía cinquen dupla que triomfa aquest curs



La segona edició de l'WOpen de World Padel Tour, el Santander WOpen 2019, assistia a l'ressorgir d'una de les parelles més rellevants del circuit en les últimes campanyes, Gemma Triay i Lucía Sainz, posaven fi a una llarga etapa sense títols i més aconsegueixen sumar els seus noms al de quatre duples que aquest curs han aconseguit aixecar algun títol. Un fet que demostra que ens trobem davant la temporada més oberta i disputada de la història del padel professional femení. Mai abans fins a la data, 5 binomis diferents, havien aconseguit posar el seu segell en una cita de màxim nivell.

Tampoc mai abans, 3 d'aquests títols els havien alçat parelles que no partien per rànquing entre les quatre primeres duples del torneig. Així va ser en els casos de Paula Josepmaria i Ana Catarina Nogueira, en els de Majo i Mapi Sánchez Alayeto i en aquest recent triomf de Gemma i Lucía. Indicadors clars que parlen amb nitidesa del que obert que hi ha el circuit femení. Tan obert, que no existeixen precedents en una temporada professional de trobar fins a cinc binomis campions en un curs.

Brussel·les va gaudir novament del millor pàdel de l'món

El millor padel del món va tornar a aterrar a Brussel·les del 26 al 29 de setembre. Tres dies en què la capital belga es va convertir en el focus d'atenció dels amants d'aquest esport per tercer any consecutiu, amb la celebració de la WPT Brussels Exhibition 2019 en un emblemàtic escenari: la plaça Charles Rogier. Un enclavament privilegiat a escassos metres de jardí botànic, al nucli històric de la ciutat.



@nela.brito

@nawko.es



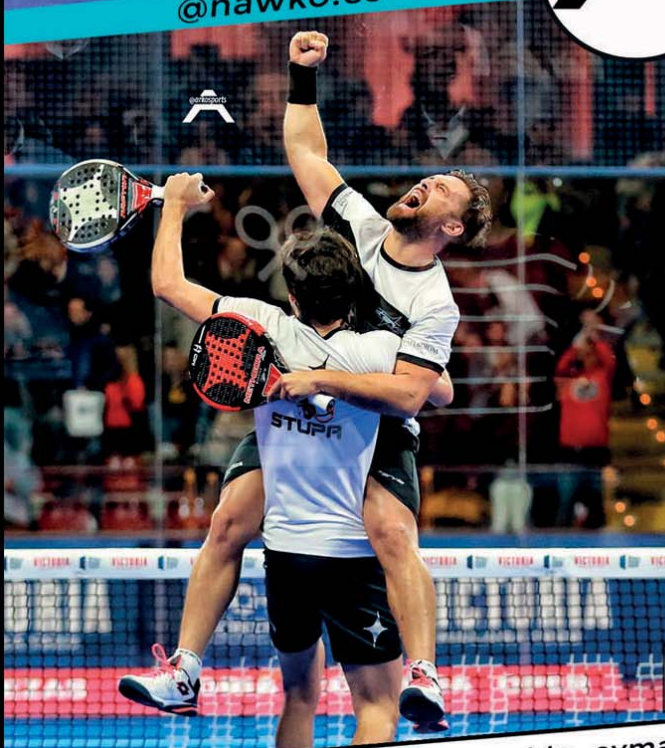
@aranzaosorou

ARKOSPORTS

FOTOGRAFÍA Y VIDEO
DEPORTIVO PROFESIONAL



@arkosports

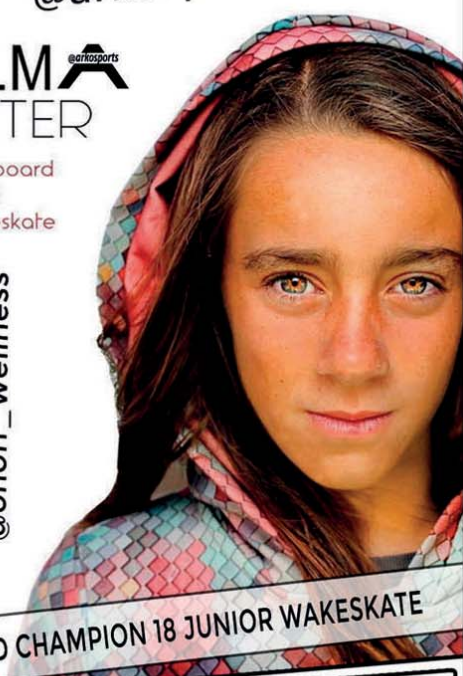


@munichsports @academia_pablo_ayma

TELMA CESTER

Wakeboard
&
Wakeskate

@telmacester
@onoff_wellness



WORLD CHAMPION 18 JUNIOR WAKESKATE



@central.cash