VERSIÓN ESPAÑOL

BARCELONA

MÓN PÀDEL

REVISTA GRATUITA PARA CLUBS DE PÁDEL

Núm. 4 | ENERO-FEBRERO 2019 | monpadel.cat

DÉJAME EN EL CLUB

NO ME LLEVES A CASA

© ARKO SPORTS

1.ª PRUEBA

PADEL INDOOR GAVÀ

CIRCUITO GAES '19

DEL 12 AL 19 DE ENERO

PADEL INDOOR GAVA

CIRCUITO GAES PADEL

CATEGORÍAS

1.ª M/F - PALAS LORD
2.ª M/F - JAMÓN
3.ª M/F - PALETERO
4.ª M/F - MOCHILA MIZUNO
2.ª MIXTA - FIN DE SEMANA BMW
3.ª MIXTA - MOCHILA MIZUNO
4.ª MIXTA - MOCHILA MIZUNO

PARTIDOS A 3 SETS

27 EUROS – 1 CATEGORÍA
40 EUROS – 2 CATEGORÍAS

WELCOME PACK

CON CAMISETA OFICIAL DEL CIRCUITO

AGUA, CHUCHES Y FRUTA DURANTE EL TORNEO PARA LOS JUGADORES

INFORMACIÓN E INSCRIPCIONES

687 74 75 50
PADELMANAGER APP
CIRCUITOGAESPADEL.COM

PATROCINADOR OFICIAL

GAES Centros Auditivos

PATROCINADOR PRINCIPAL

LORD

PATROCINADORES

Mizuno · Unilever · Estrella Damm · Barcelona Premium · Gelateria · Veri

COLABORADORES

Avanade · IKG · NutriSport · Nova energia · Tiro y Retiro · Les Rotes · Sports Editorial · Mundopuyat · Enforma · EJS · OXO · Beach Sports · Munich

Núm. 4 | ENERO-FEBRERO 2019

Dirección y Edición
Esteve Pintó
Cristóbal García

Diseño
patitus.com

Publicidad
Sílvia González

Fotografia de portada
ARKO SPORTS

Fotografia
ARKO SPORTS y pulpopadel.com

Impresión
printdigital.cat

606 15 76 48 · 677 44 64 85
info@monpadel.cat
monpadel.cat

Síguenos

índice

la entrevista
gemma triay 4

preparación física
trabajo de fuerza 9

salud en el pádel
esguince de tobillo 13

pádel en silla de ruedas
use martínez 15

reglamento
regla 3, 4, 5, 6 y 7 19

especial
expomon 23

federació catalana de pàdel
informa 27

Depósito Legal : **B 24708-2018**

Queda prohibida la reproducción total o parcial de esta publicación, por cualquier medio o procedimiento, sin contar con la autorización previa, expresa y por escrito de MónPàdel. Toda forma de utilización no autorizada será perseguida con lo establecido en la Ley europea de derechos de autor. Los artículos, así como el contenido, su estilo y los opiniones expresadas en ellos, son responsabilidad de los autores y no reflejan la opinión de MónPàdel.

© ARKO SPORTS
gemma triay

gemma triay

Número 5 Ranking WPT Femenino

Nombre : Gemma Triay Pons
Lugar de nacimiento : Mahón, 1992
Altura : 1,73cm
Compañero : Lucía Sainz Pelegri
Posición de juego : Revés

Acaba la temporada 2018 y la que fue galardonada como mejor jugadora del circuito WPT 2017, nos concede esta entrevista después de varias semanas intentándolo por motivos profesionales. Nos confiesa que ha sido un año muy positivo y que está deseando que comience la nueva temporada.

Eres ex-tenista, ¿Por qué lo dejaste?

Lo dejé porque tuve una lesión en el abdominal que me dejó fuera de la competición 1 año. La vuelta fue complicada y no terminaba de estar bien y decidí dejarlo y centrarme en la selectividad.

¿Por qué vino una menorquina a Barcelona?

Fui para estudiar una carrera y para reencontrarme otra vez con mis amigas de la infancia ya que con 14 años me fuí a vivir a Mallorca a un centro de alto rendimiento y estábamos separadas.

¿Quién te propuso dedicarte profesionalmente?

Empecé a jugar al pádel después de 2 años sin hacer nada de deporte. Lo que tenía claro era que si empezaba a jugar era para competir y jugar profesionalmente ya que echaba de menos la competición. Mis inicios fueron en Masnou y los que me guiaron y animaron a empezar fueron Jake y Josan.

¿Qué diferencias hay entre el tenis y el pádel?

Principalmente que el pádel es un deporte de equipo y el tenis individual. Entonces en tema de comunicación es totalmente diferente ya que en el padel te tienes que comunicar con tu compañero/a y en el tenis estas solo. A nivel de técnica hay golpes que se pueden parecer como el smash o la volea pero es bastante diferente. En el pádel todo es más rápido porque las distancias son más cortas por lo que los golpes tienen que ser mas cortos en cambio en el tenis los golpes son bastante amplios.

¿Cuánto tiempo le dedicas físicamente?

Entre 1h y 1h30 diaria.

MF

MARCELA FERRARI
PADEL

¿JUEGAS?

VEN AL CLUB LAIETÀ DE BARCELONA Y APÚNTATE YA A NUESTRA ESCUELA DE PÁDEL

¡CONTÁCTANOS!

- Cursos organizados por edades y niveles.
- Infórmate sobre el **Programa Internacional** y la **Escuela adaptada**.
- Si necesitas organizar un evento deportivo, no dudes en contactar con nosotros.

MÁS DE 10 AÑOS DE EXPERIENCIA

MF

c.e. laietà 1922 · HEAD · PadelBarcellona.it

MARCELA FERRARI PADEL
c/ Pintor Ribalta 2-8 (Barcelona - 08028
Tel. 934 486 350 I school@mferraripadel.com
www.mferraripadel.com

gemma triay

Número 5 Ranking WPT Femenino

¿Cuál es tu mejor golpe?

Smash X3

¿Qué consejo le darías a las nuevas generaciones?

Que disfruten entrenando. Que hagan caso a su entrenador. Ahora están en una etapa donde tienen que crecer y aprender como esponjas. Cada compañero que tengan es una oportunidad así que aprovechen el máximo de cada uno y que se preocupen más de mejorar ellos mismos y no tanto de los resultados. Cuando se trabaja bien los resultados llegan solos.

¿Alguna manía antes de un partido importante?

Hago los mismos roles siempre y cuando el partido anterior lo he ganado. Me pongo la equipación "ganadora", es decir, la que me haya dado suerte en el campeonato anterior.

¿Vives del pádel?

Si, por suerte podemos vivir del pádel gracias a que los sponsors nos dan un apoyo incondicional. Estamos muy agradecidas a cada uno de ellos.

¿A qué jugador te gustaría retar?

Daniel Sanyo Gutierrez

¿Qué balance profesional haces de este 2018?

Muy positivo. Empezamos la temporada mejor imposible y parece como que lo último, que no ha ido tan tan bien, tape lo de todo el año.

Pero la realidad es que con el equipo hemos valorado el año y somos conscientes de la buena temporada que hemos hecho. Eso si, no nos conformamos solo con esto, por lo que el 2019 iremos a por más.

Sil González
Mónpàdel

PERSONAL

Hobbies
Ir al cine, de compras, cocinar

Una cualidad y un defecto
Una cualidad: soy perfeccionista
Un defecto: me gusta tener la razón

Mar o Montaña
Mar

Un libro
Open de André Agassi

Una pelicula
El guerrero pacífico o Bohemian Rapsody

La última vez que has llorado de alegría
Hade pocos días por cualquier chorrada con mi família

Un lugar para vivir
Ahora Barcelona. Mallorca dentro de unos años

Una palabra que te defina
Competitiva

3 deseos
Que la salud nos acompañe, llegar al número 1 y que el pádel siga creciendo y llegue a ser un deporte olímpico.

Como te gustaría que te recordasen
Como una jugadora con un juego versátil pero sobretodo como una jugadora humilde, buena gente, cercana y honrada en la pista.

trabajo de fuerza

trabajo de fuerza

El trabajo de fuerza tiene múltiples beneficios a nivel físico y eso implica mejoras a nivel de rendimiento. Una de las mas importantes es que disminuye el riesgo de lesión. Esto tiene una fácil explicación al trabajar la fuerza muscular desarrollamos una mejor estructura muscular corporal y eso implica a que estamos mejor compensados, más equilibrados y mejor predispuestos para movimientos explosivos a los que nos somete nuestro querido y amado deporte.

No es necesario sesiones maratonianas en el gym, pero si una buena rutina muscular semanal, trabajando por grupos musculares. Este seria un buen ejemplo a seguir.

LUNES **Pectoral y tríceps**	3 ejercicios de cada 4 series de 10 repeticiones	· press banca 4x10 · fondos de tríceps en banco 4x10 · press banca inclinado4x10 · tríceps en polea 4x10 · aperturas en polea 4x10 · flexiones diamante 4x10
MIÉRCOLES **Pierna y hombro**	3 ejercicios de cada 4 series de 10 repeticiones	· sentadillas 4x10 · pájaro con mancuerna 4x10 · lunge con salto 4x10 · press militar 4x10 · prensa 4x10 · remo al mentón con barra 4x10
VIERNES **Espalda y bíceps**	3 ejercicios de cada 4 series de 10 repeticiones	· dominadas 4x10 · bíceps martillo 4x10 · serruchos mancuernas 4x10 · bíceps polea 4x10 · remo agarre alto 4x10 · bíceps concentrado 4x10

Estos entrenamientos musculares están pensados para sesiones de 40-45 minutos máximo ya que es más que suficiente. Muchos preguntareis por el peso, pues bien el peso es relativo porque va cambiando ya que hay que ir aumentando cuando eres capaz de acabar sin problemas todos las series y repeticiones que te marca el entrenamiento .

Hay miles de combinaciones y sistemas de entrenamiento y no hay uno mejor que otro ya que depende del objetivo habrá que ir cambiando, un sistema muy bueno es ir cambiando cada seis u ocho semanas para sorprender al cuerpo y no se adapte.

Otro de mis consejos para el artículo de hoy es que como si sois principiantes o nivel avanzado contactéis con un profesional que os ayudará y os dará el punto de calidad que marca la diferencia .

XAVI PELEGRÍ DURAN
Preparador físico, Entrenador personal
y Dietista deportivo

pascal BOX®

10%

DE DESCUENTO

AL COMPRAR TU
PASCAL BOX 3B

CÓDIGO DTO.
PBMONPADEL

SOLO EN
PASCALBOX.COM

rebajas

30% 40% 50%

rebeld®
LIFESTYLE

rebeld.es

esguince de tobillo

esguince de tobillo

Hoy hablaremos del esguince de tobillo. Creo que puede ser la lesión más concurrida entre todos los deportes, pero hoy la centraremos en el pádel. Os hablaré de posibles causas, diferentes diagnósticos, como recuperar la lesión y qué opciones podemos tener para evitarla.

En primer lugar vamos a hacer un poco de refresco de la anatomía del tobillo, de sus ligamentos. Hasta hace poco en la parte externa de tobillo, que suele ser la zona afectada en estos esguinces, encontrábamos el ligamento colateral lateral donde diferenciábamos 3 ligamentos diferentes, el peroneoastragalino anterior y posterior y el peroneocalcaneo. Estudios recientes de la UB han demostrado otra estructura ligamentosa denominada ligamento fibulotalocalcaneo lateral. Este se encuentra dentro de la articulación del tobillo, lo que hace que no se pueda regenerar por sí mismo, pudiendo explicar así que un gran porcentaje de esguinces se perpetúen en el tiempo, llegando a ser crónicos y provocando inestabilidad debido a la ruptura de este.

Las situaciones más típicas de esguince de tobillo en el pádel son una vuelta de revés que llegamos tarde y por el exceso de velocidad en la frenada el tobillo cede o bien un cambio de sentido rápido donde el tobillo no es lo suficientemente hábil para soportar este estrés. También puede ser por pisar al compañero o una pelota, por lo tanto es importante tener todo controlado.

Una vez explicado vamos a ver cómo lo podemos tratar. Lo primero que hay que hacer cuando nos torcemos el pie es poner hielo, tanto apretado posible para evitar el exceso de inflamación, aproximadamente unos 20 minutos. Después dejaremos un vendaje compresivo 24 horas para evitar que se produzca mucha inflamación. Si se hincha mucho sería recomendable hacer una radiografía ya que a veces el esguince puede conllevar un arrancamiento óseo y el tratamiento varía mucho.

En caso de que no haya afectación ósea, lo que tenemos que tener claro es que el reposo no nos favorecerá en ningún aspecto. A las 24 horas deberíamos comenzar la recuperación, realizando drenaje linfático para favorecer el retorno venoso, INDIBA en atérmia para empezar a activar los mecanismos de reparación tisular y un poco de trabajo activo, simplemente unas pequeñas contracciones musculares isométricas para ir acostumbrando a la fibra que se debe regenerar a crecer correctamente.

La velocidad de recuperación dependerá de qué afectación ligamentosa tengamos. Puede ser un esguince de primer, segundo o tercer grado. En función del grado tendremos mas ligamentos afectados.

También tendremos que valorar todas las estructuras adyacentes, ya sean ligamentos, articulaciones, tendones o músculos.

Una vez valorado y diagnosticado empezaremos a tratar. Lo primero que buscaremos es reducir al máximo la inflamación, e iremos aumentando la carga siempre controlada y evitando el dolor. Es muy importante empezar rápidamente la movilización, cuanto más precoz sea más posibilidades de éxito tendremos.

Si hay mucho dolor puede estar indicado caminar con muletas para evitar el apoyo total del pie, pero nunca tenerlo en descarga total.

A partir de aquí como en todas las rehabilitaciones iremos aumentando el grado de dificultad de los ejercicios, así como la carga y los tiempos de exposición al ejercicio. Iremos introduciendo ejercicios específicos del pádel, e introduciendo diferentes elementos externos que puedan ayudarnos a asimilar las complicaciones que nos puede presentar un partido de pádel.

En un esguince de primer grado en 15 días deberíamos poder jugar con un poco de molestia, con un tape rígido, aunque en esta lesión es difícil pronosticar la vuelta ya que se puede alargar mucho la recuperación, y más ahora sabiendo que el nuevo ligamento encontrado puede que nunca se recupere del todo. Por lo tanto a trabajar en su rehabilitación y confiar en el fisioterapeuta que le guiará en este proceso.

También es muy importante ser conscientes de que los esguinces de tobillo, se pueden evitar, al menos evitar la sobreexposición a padecerlos, entrenando nuestro sistema propioceptivo y reforzando la musculatura que nos da estabilidad a la pierna, como por ejemplo el glúteo medio o bien los peroneos. Es aquí donde tenemos mucho que decir los fisioterapeutas, readaptadores y licenciados en ciencias de la actividad física y el deporte.

Marc Caballé
Fisioterapeuta Col·legiat 5887
Director Actyum Salut, Manresa (BCN)

use martínez

use martínez

20º en la Clasificación General del Ranking Nacional de Pádel en Silla de Ruedas 2018

Nombre : Eusebio Martínez Cerdán
Lugar de nacimiento : Valencia, 1977
Pareja de juego : Sin pareja fija
Posición de juego : Revés
Facebook y Twuitter : Use Martinez
Instagram : use_martinez_

Lo conocimos en una exhibición hace algunas semanas y nos dió su palabra para realizar esta entrevista. Un tipo apasionado del pádel que no descansa en su empeño de mejorar cada dia. Un tipo alegre y abierto. Un tipo sin complejos. En definitiva, un GRAN tipo, sin duda.

¿Cuál es el motivo por el que estás en una silla?

Por un accidente de tráfico en el verano del 2003, por el cual tuve una lesión medular a la altura del pecho.

¿Qué fué lo que te animó a jugar al pádel?

Practiqué varios deportes adaptados desde el accidente, como natación, tenis, baloncesto y otros deportes adaptados que te invitan a probar cuando tienes una discapacidad. Con el tiempo, empezó a tener auge el pádel en silla en Valencia y, a través de unos compañeros en silla que lo practicaban, me invitaron a probarlo. Como venía del tenis me enganché rápidamente hasta el día de hoy que sigo jugando, entrenando y compitiendo. De todo esto ya hará unos cinco años.

¿Cuantas horas entrenas a la semana?

Pues depende, entre 6h y 9h e incluso a veces más, porque entrenamos y jugamos partidos en varios clubs de Valencia y hacemos mínimo 3 días por semana.

¿Llevas algún tipo de preparación o nutrición específica?

La verdad es que no, intento cuidarme, pero tampoco me privo de cosas.

¿Crees que el pádel en silla tiene la repercusión necesaria?

Desgraciadamente no y en general todos los deportes adaptados suelen tener ese problema como también le pasa al deporte femenino, que no tienen repercusión a nivel nacional como tienen otros deportes. Sí que hay algunos deportes más reconocidos como el baloncesto o natación, pero el pádel en silla es aún nuevo, le falta mucho. La verdad es que no estaría nada mal que la FEDDF (Federación Española de Deportes para personas con Discapacidad Física) nos ayude y potencie aún más el pádel en silla de ruedas, ya que hay otros deportes que no lo necesitan tanto y están en primera línea.

Qué consejo le darías a alguien que se encuentra por primera vez en una silla

Que practique un deporte, el que sea. A cada uno se le puede dar bien uno u otro y si no es así hoy en día tenemos oportunidades para probarlos prácticamente todos. Lo principal es dedicarle tiempo y disfrutar. Nuestro hándicap es que cuanto menos haces menos puedes así que practicar cualquier deporte es bueno para nosotros. Estoy seguro de que ese deporte se lo devolverá con salud física y mental.

¿Qué te aporta el pádel?

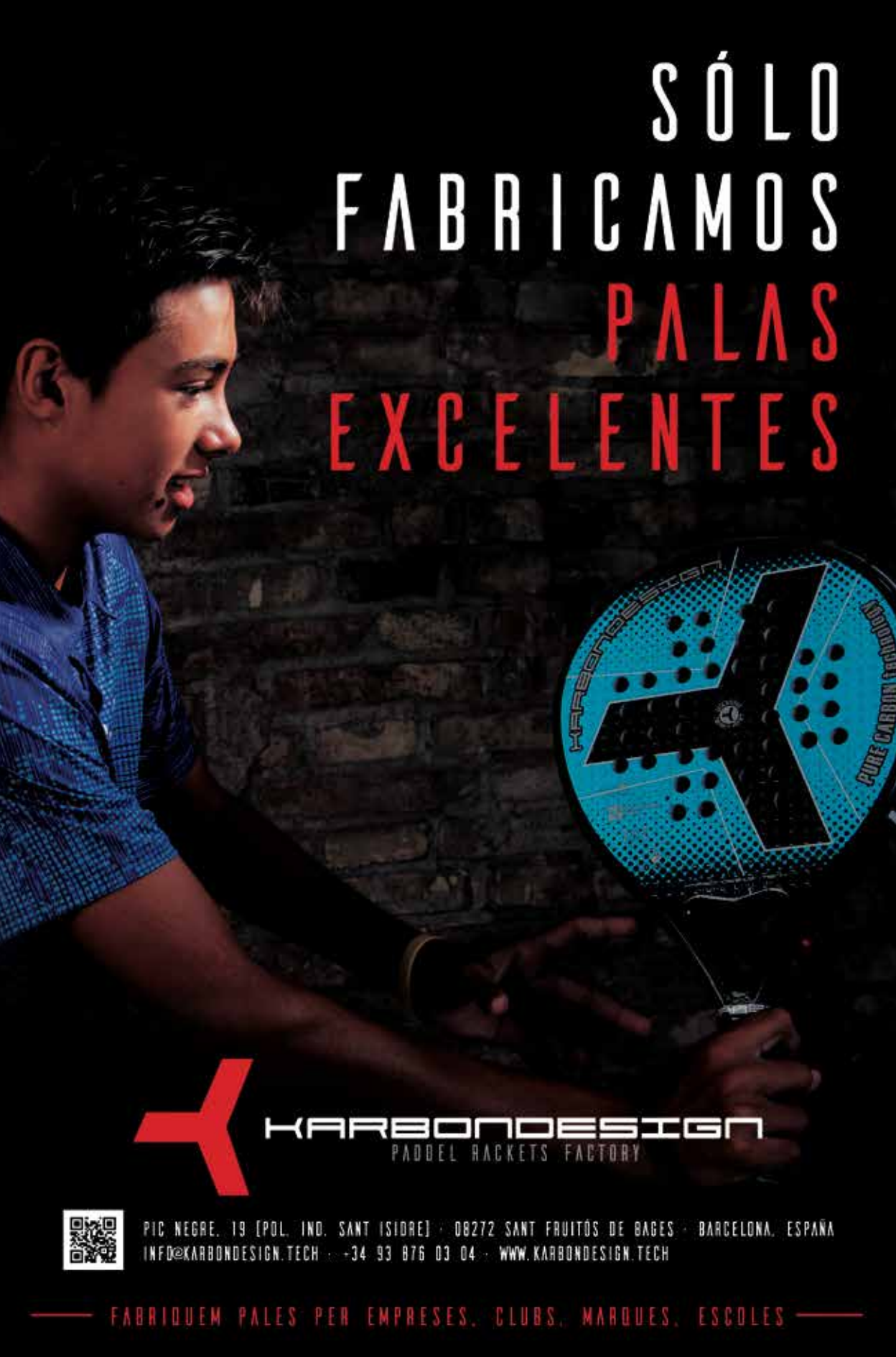
Me aporta mucho, como la mayoría de los deportes que he practicado me ha aportado esfuerzo físico y ser más competitivo. El pádel, a diferencia del tenis o la natación que yo había probado, lo que más tiene es compañerismo tanto dentro como fuera de la pista, además del buen ambiente que hay en el circuito nacional.

¿Cuál es tu próximo reto?

El que me marqué desde el principio, mejorar más cada día y estar entre los 10 primeros del ranking nacional. Mi mejor puesto en la clasificación general del ranking nacional fue una 7ª posición. Se está poniendo el circuito muy competitivo y cada vez hay mejores jugadores, gente que empieza de nuevo y lo coge rápido, así que para mí estar entre los 10 primeros es todo un logro.

¿Qué cambiarias del mundo del pádel?

Del pádel a pie, nada, porque es un deporte que


SÓLO
FABRICAMOS
PALAS
EXCELENTES
KARBONDESIGN
PADDEL 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
FABRIQUEM PALES PER EMPRESES, CLUBS, MARQUES, ESCOLES

use martínez

20º en la Clasificación General del Ranking Nacional de Pádel en Silla de Ruedas 2018

aún está en auge. De nuestro mundo del pádel adaptado me gustaría, como la anterior pregunta, que hubiera más repercusión lógicamente, porque gracias a eso tendríamos más patrocinios, más ayudas y esto es algo que cuesta bastante dinero a la hora de competir y viajar para poder ir a todos los torneos, teniendo en cuenta que tenemos torneos en todas las puntas de España y zona centro. También nos encantaría ser reconocidos como jugadores en la misma Federación Española de Pádel.

¿Qué tal el pádel por Valencia?

Llevamos muchos años siendo un número grande de jugadores, entre 25 y 30, de los cuales 12 somos los que competimos a nivel nacional. La verdad es que somos de las comunidades que más jugadores activos tiene y que siga así!

Tenemos nuestro propio circuito a través de la FPCV (Federación de Pádel de la Comunidad Valenciana) con 6 torneos y un Master. Solemos entrenar en varios clubs aunque mi club de referencia es Family Sport Center de Beniparrel donde se han realizado los últimos Open del Circuito Nacional de Pádel en Silla en Valencia.

¿Colaboras con alguna fundación?

Actualmente no, pero a lo largo de estos años sí que he colaborado con varias fundaciones y asociaciones, siempre estoy abierto a cualquier ayuda a nivel de hacer eventos o exhibiciones.

¿Trabajas? ¿A qué te dedicas?

Desde el accidente no trabajo. Me dedico principalmente al deporte, asociaciones y colaboraciones.

¿Profesional de referencia?

En principio no me sale ninguno ahora, pero te podría decir muchos, tanto masculinos como femeninos. Para mi cualquier profesional que sude su camiseta en su trabajo tiene mi respeto y admiración.

No puedo dejar pasar esta oportunidad sin mencionar y dar las gracias a Juan Vicente Xavó de Atmósfera Sport Xavó de Catarroja, quien me ha facilitado el poder practicar este deporte que me apasiona aportándome todo el material deportivo que he necesitado, a Francisco Pérez Galisteo de Family Sport Center y a David Fernández de 7padelvlc como clubs de referencia en Valencia.

Sil González
Mónpàdel

ACADEMIA
PABLO AYMÀ
PÁDEL PRO TRAINING

CLASES INDIVIDUALES Y EN GRUPO

INICIACIÓN · INTERMEDIO · AVANZADO

ESCUELA ADULTOS Y MENORES

FORMACIÓN MONITORES PÁDEL

ENTRENAMIENTO COMPETICIÓN

ROSSIGNOL · MUNICH · EXPOMON · 03 · sarsa

INFORMACIÓN:
Tel / Whats 661 413 375 - 637 740 080
Email: gestion@pabloayma.com
www.pabloayma.com

NOS PODRÁS ENCONTRAR EN:
Sant Just Pàdel Club, Terrassa Club Pàdel, Nou Pàdel Franqueses, Indoor FrontAir, CTC Bonastre

regla 3. posición de los jugadores

Cada pareja de jugadores se colocará en cada uno de los campos, ubicados a uno y otro lado de la red. El jugador que ponga la pelota en juego es el que saca (servidor) y el que contesta el que resta (restador).

El jugador que recibe puede colocarse en cualquier lugar de su campo, al igual que su compañero y el compañero del servidor.

regla 4. elección de campo y servicio

La elección de campo y el derecho a ser el que saque o el que reste en el primer juego, se decidirá por sorteo. La pareja que gane el sorteo podrá elegir entre:

a) Sacar o restar, en cuyo caso la otra pareja elegirá el campo
b) El campo, en cuyo caso la otra pareja elegirá el derecho a servir o restar
c) Solicitar a sus contrarios que elijan primero.

Una vez decidido orden de saque y campo ambas parejas le comunicarán al Árbitro quien va a ser el primer sacador y el primer restador.

regla 5. cambios de campo

Las parejas cambiarán de campo cuando la suma de los juegos disputados de cada set sea número impar. En el "tie break" los jugadores cambiarán de campo cada 6 tantos.

Si se comete un error y no se produce el cambio de campo, los jugadores corregirán dicha situación tan pronto como sea descubierto el error, siguiendo el orden correcto. Todos los tantos contados antes de advertirse el error son válidos. En el caso en que al apercibirse del error se hubiese ya realizado un primer servicio en falta solo se tendrá derecho a un servicio más.

regla 6. el saque o servicio

Todos los puntos se inician con el saque. Si el primer saque es fallido se dispondrá de una segunda oportunidad. El saque debe efectuarse de la siguiente manera:

a) El que lo ejecute (el servidor) deberá estar en el momento de inicio del servicio con ambos pies detrás de la línea de saque, entre la prolongación imaginaria de la línea central de saque y la pared lateral (Recuadro de Saque) y que los mismos permanezcan en ese espacio hasta que la pelota sea golpeada.

b) El servidor botará la pelota en el suelo para efectuar el saque dentro del recuadro de saque en que se encuentre.

c) El servidor queda obligado a no tocar con los pies la línea de saque, ni la línea imaginaria continuación de la línea central.

LION
FEEL THE WILD SIDE
PRESENTAMOS
NUEVA
COLECCIÓN
LIONPADEL
2019
RENUEVA TU PALA!
#LION2019MP
Código promocional para la web oficial de Lionpadel
www.lionpadel.com
Válido hasta el 28 de Febrero de 2019.

d) En el momento de golpear la pelota en el saque, esta deberá estar a la altura o por debajo de la cintura, y el jugador debe tener al menos un pie en contacto con el suelo.

e) La pelota golpeada deberá pasar por encima de la red hacia el recuadro de recepción de saque situado en el otro campo, en línea diagonal, haciendo que el primer bote se produzca en dicho recuadro, que incluye las líneas que lo delimitan, y en primer lugar realizará el servicio sobre el recuadro de recepción de saque que esté situado a su izquierda y, terminado el punto, el siguiente servicio sobre el de su derecha, procediendo a partir de este momento alternativamente.

f) Al sacar, el jugador no podrá andar, correr o saltar. Se estimará que el jugador no ha cambiado de posición aunque realice pequeños movimientos con los pies que no afecte a la posición adoptada inicialmente.

g) En el momento de impactar la pelota o en un intento fallido con intención de golpearla, el saque se considerará efectuado.

h) Si un saque es ejecutado inadvertidamente desde el recuadro de saque no correspondiente, el error de posición deberá ser corregido tan pronto como se descubra. Todos los tantos obtenidos en tal situación son válidos, pero si ha habido una sola falta de saque antes de apercibirse, esta debe ser tenida en cuenta.

i) La pareja que tenga el derecho a servir en el primer juego de cada set, decidirá cual de los componentes de la misma comenzará a servir. A su vez, al terminar el primer juego, la pareja que ha venido restando pasará a sacar eligiendo el jugador que debe hacerlo y así alternativamente durante todos los juegos de un set. Una vez establecido el orden de servicio, este no puede ser alterado hasta el comienzo del siguiente set.

j) Si un jugador saca fuera de su turno, el que hubiera tenido que sacar debe hacerlo en cuanto se descubra el error. Todos los tantos contados antes de advertirse el error son válidos, pero si ha habido una sola falta de saque antes de apercibirse, ésta no debe ser tenida en cuenta. En el caso de que antes de apercibirse del error se haya terminado el juego, el orden de saque permanecerá tal como ha sido alterado, hasta la finalización del set.

k) El sacador no efectuará el servicio hasta que el restador no esté preparado. No obstante, el restador se adaptará al ritmo razonable del sacador y estará listo para recibir el servicio cuando el sacador lo esté para efectuarlo.

l) No se podrá alegar no haber estado listo para restar un servicio si se ha intentado devolverlo. Si se demuestra que el restador no estaba preparado, tampoco se podrá cantar falta.

regla 7. falta de servicio

30€
INSCRIPCIÓ

TORNEIG EXPOMON

15, 16, 17 FEBRER

MASCULÍ 3 CATEGORIES // FEMENÍ 2 CATEGORIES

NOVA CATEGORIA
PÀDEL INCLUSIU (CADIRA DE RODES + DE PEU)

OBJECTIU SOLIDARI:
aconseguir diners per comprar cadira de rodes esportiva

ACTIVITATS PARAL·LELES
Welcome pack
Esmorzar - Degustació d'ostres
Degustació de pernil
Vermut - Cava - Vi
Cocteler GinTònics - Coques

Clínic Pablo Aymà

EXPOMON · Padel 7

Inscripcions: www.pulpopadel.com

ORGANITZACIÓ D'EVENTS I ESDEVENIMENTS DE PÀDEL
TECNIFICACIÓ DE TORNEJOS

619 715 632 | info@pulpopadel.com | www.pulpopadel.com

expomon

empresa especializada en la producción y montaje de exposiciones

Inauguramos sección visitando a Jordi Padrós, gerente de Expomon, una empresa dedicada en la producción y el montaje de exposiciones y que a la vez organiza eventos y torneos de pádel de una forma totalmente profesional cuidando los más pequeños detalles y del cual se está hablando mucho a la comarca del Bages.

¿A que se dedica Expomon?

Expomon se dedica a la producción y montaje de exposiciones. Basura todo tipo de mobiliario con todo tipo de materiales. Cuando un cliente o una institución quiere exponer algo nosotros se los hacemos este tipo de producciones expositivas.

Los trabajos nos pueden llegar de diferentes formas. Podemos crear cualquier exposición de cero, es decir, que el cliente tenga un espacio concreto y quiere que le montemos algún tipo de exposición temática; o bien, que el cliente lleve el diseño en concreto y nosotros nos encargamos de la producción. Nos encargamos de todo: vitrinas, muebles, tierra iluminación, techos, paredes, audiovisuales, etc.

Nuestros espacios expositivos son : Museos, Centes de interpretación, Exposiciones temporales, Exposiciones permanentes, Exposiciones itinerantes, Obra civil, Comercios, Showrooms, Stand, Acontecimientos y más ...

El mundo de las exposiciones es muy amplio, podemos hacer desde una sala de arte, un stand, una tienda, un escaparates, una iluminación, etc.

A partir de un espacio en blanca basura cualquier tipo de exposición, esto se llama Servicio 360°, desde la idea hasta el montaje, nos encargamos de todos los detalles del proyecto.

Si el diseño nos viene de un cliente externo, convertimos sus planos en constructivos mediante nuestros profesionales.

Nuestro objetivo es ayudar al hecho que la producción de una pieza o conjunto de piezas sea óptima, anticipando las dificultades, simplificando diseños y siempre respetando su funcionalidad.

Asesoramos y rediseñamos los productos o diseños con software y técnicas especializadas que permitirán reducir los costes de inversión y a su vez viabilizarán el proceso de la idea a una realidad.

¿Cómo llega Expomon al pádel?

Supongo que como la mayoría. Alguien me invitó hace unos 4 o 5 años a probar el pádel y bien es verdad que estoy muy enganchado. Después en alguna charla alguien me dijo: "Porque no haces un torneo de pádel Expomon y de paso haces mujeres a conocer tu empresa?". Y así fue como empezó todo, sobre todo gracias también al acompañamiento hasta el día de hoy de Justten, que desde el primer torneo confió en nosotros.

expomon

empresa especializada en la producción y montaje de exposiciones

Ya llevamos unos cuántos y hemos intentado en cada torneo mejorar el anterior. Aprovechando las características de Expomon hemos aplicado algunas de nuestras producciones a la hora de crear los torneos, como llevar un mueble expositor dónde hemos instalado una pantalla plana para poder registrar los cuadros de los torneos y un marcador digital.Además, también somos conocidos por todas las actividades paralelas que ofrecemos a estos torneos, almuerzos, meriendas, comidas, degustación de ostras, gintonics y jamones, welcome packs, etc.

Al mes de Noviembre vem organizar el 1.º Open Nacional Ciudad de Gavà de Pádel en Silla y fue todo un éxito.

¿Cómo veis el pádel?

Hoy en día es un deporte en pleno auge. La gente, los jugadores, el único que vuelan es pasárselo bien, quiere ir a un club que tenga las instalaciones be, que después pueda ir al restaurante, hacer la cervecita, quedarse a comer o cenar, etc.

El más difícil son las envidias entre usuarios, entre clubes y entre marcas. Al final es un negocio y cada cual mira por casa suya. Esto puede provocar que acaben cerrando clubes o marcas, ahora mismo esta pasante. El mejor seria que todos vayamos a una por el bien de este deporte. Colaborar entre todos para llegar a un punto que fuera beneficioso por todas las partes. Hacer del pádel un deporte sano.

Habladnos del torneo

Cómo he dicho anteriormente, intentamos mejorar cada torneo. En este nuevo torneo que haremos en febrero los días 15, 16 y 17 al Indoor7 de Santpedor, la gran novedad es añadir una categoría más, la categoría de pádel inclusivo, pádel en silla de ruedas + de pie.

Creemos que entre todos tenemos que hacer más visible el pádel en silla de ruedas y que la gente disfrute viendo su espectacularidad. Os sorprenderá!!!!!

Como estrella invitada y patrocinada por Expomon tendremos la presencia de Pablo Ayma que nos ofrecerá un clínico.

El torneo lo organiza Expomon junto con Justten y Pulpopadel. La parte técnica, audiovisual y fotográfica va a cargo de Pulpopadel, con la aportación de una pantalla para poder visualizar todos los resultados del torneo.

Y los próximos objetivos?

Estamos preparando la emisión en streaming a través de Youtube por las redes sociales, creemos que puedes ser muy interesante por la gente que no puede acudir a los torneos.

También queremos explorar otras comarcas y ofrecer nuestros servicios y experiencia a otros clubes. Ir a buscar clubes más grandes y dar más espectacularidad en los torneos que puedan venir.

Cris García
Mónpàdel

EXPOMON

EXPOMON PRODUCCIONS I MUNTATGES, SL
Poligon Industrial Santa Maria
C/Sant Antoni Maria Claret, 13
08271 ARTÉS (Barcelona)

Tel: +34.93.830.66.46
info@expomon.es

SLAM CLUB newsletter

En SlamClub tenemos claro que los aficionados al pádel crecen cada día, sobre todo debido a que se trata de un deporte relativamente joven. Pero, ¿qué sabemos de la historia del pádel?

Son muchas las versiones que encontramos respecto al origen, pero la mayoría apuntan al final del siglo XIX, cuando se practicaban en los barcos ingleses una serie de juegos de raqueta adaptados, que servían de entretenimiento a los pasajeros ante las largas horas de viaje.

Paralelamente, otras teorías apuntan a principios de los años 20, cuando un pastor estadounidense, basándose en el tenis, trasladó el juego en las calles y parques municipales de Nueva York. Delimitó el tamaño de la pista y se empezó a jugar con una pala corta de madera y una bola de caucho. A esta modalidad se le denominó pádel tenis, y en 1922 se creó la primera asociación.

Pero sin duda, la fecha clave para el nacimiento del pádel y el origen del deporte más parecida a como lo conocemos hoy en día, es el 1969. Con un nombre propio como protagonista, el del mexicano Enrique Corcuera.

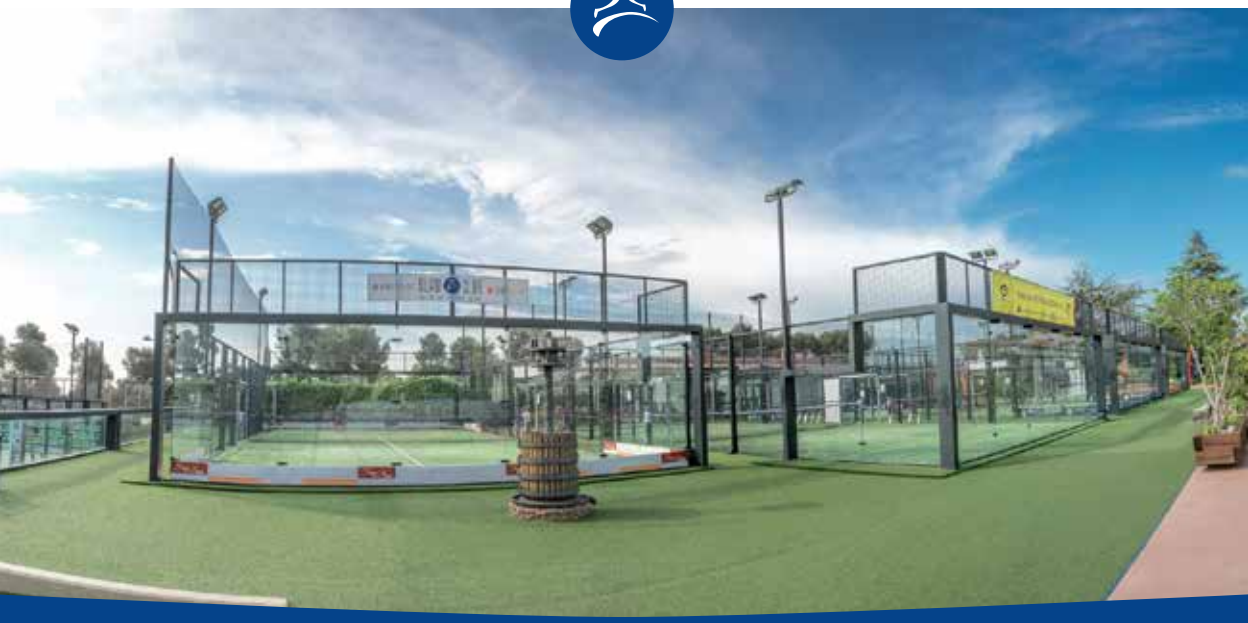
Corcuera tenía una finca en Acapulco en la que quería construir una pista de tenis, pero no contaba con espacio suficiente para la instalación.

Así pues, remodeló parte de la casa y creó una pista de 20 × 10 metros, añadiendo paredes de 3 metros en los extremos, para utilizarlas durante del juego, puso la red en el centro de la pista y acordonó el perímetro con una valla metálica.

Nacía pues lo que se considera la semilla del pádel actual, que comenzaría una rápida evolución hasta el día de hoy. Esta es la versión que tanto la Federación Española de Pádel como la Internacional consideran más acertada.

Si no conocías el origen de tu deporte favorito, seguro que te ha gustado esta historia! Aprovechamos para desearte una gran entrada de año de parte de toda la familia SlamClub!

Hasta la próxima!



¿QUIERES ANUNCIARTE EN NUESTRA REVISTA?

LLEGAMOS A TODOS LOS CLUBS DE PÁDEL Y TIENDAS ESPECIALIZADAS DE CATALUNYA CON MÁS DE 100.000 IMPACTOS MENSUALES

comercial@monpadel.cat 606 15 76 48

MÓN PÀDEL

REVISTA GRATUITA PARA CLUBS DE PÁDEL

¿ERES UN CLUB DE PÁDEL O TIENDA ESPECIALIZADA Y QUIERES RECIBIR NUESTRA REVISTA?

info@monpadel.cat 677 44 64 85

LA FCP COLABORA EN UNA NUEVA EDICIÓN DEL NADAL SOLIDARI

La Federació Catalana de Pàdel (FCP) colabora en una nueva edición del Nadal Solidari. La FCP se ha querido sumar a la magnífica iniciativa que encabeza la Fundació Barcelona Olímpica y ha entregado diferente material deportivo de pádel de la mano de su director técnico, Albert Nogueras.

El Proyecto Nadal Solidari tiene como objetivo poner en relación entidades deportivas de la ciudad de Barcelona y entidades que velan por colectivos desfavorecidos del barrio de la Marina. La FCP se suma así a la Federació Catalana d'Hanbol, la Federació Catalana de Voleibol, el Reial Club de Tennis Barcelona 1899, Federació Catalana de Bàsquet y Special Olympics, entre otros, que también colaboran con esta iniciativa.

EL CIRCUIT BRONZE HEAD PONE PUNTO Y FINAL AL 2018 CON LAS PRUEBAS DE LLEIDA PÀDEL INDOOR Y TERRASSASPORTS

En el Bronze Head del Pàdel Indoor Lleida, Cristóbal Ramírez y Alex Casas derrotaron a Gerard Boquet y Pablo Burdeosper 6-4 y 6-1. En chicas Laia Bonilla y Sonia Colomina doblegaron a Laura Casanova y Sara Fuentes por 6-4 y 6-2.

En cuanto al Bronze del Terrassasports, en hombres Antonio Ríos y Abel Fernández conseguían imponerse por 6-7, 7-5 y 6-4 a Daniel Olle y Daniel Huerta. En categoría femenina Laura Dalmau y Julia Gallifa ganaron por 6-3 y 6-4 a Anna Martínez y Mireia Recasens. En Tercera masculina, Arnau Puyal y Guillem Simón se alzó con el título por 6-3, 2-6 y 6-4 ante los finalistas, la pareja formada por Roger Matalonga y Albert Bladas.

Las pruebas disputadas en Pàdel Indoor Lleida y al Terrassasports fueron las últimas de este 2018 en cuanto al Circuit Bronze Head.

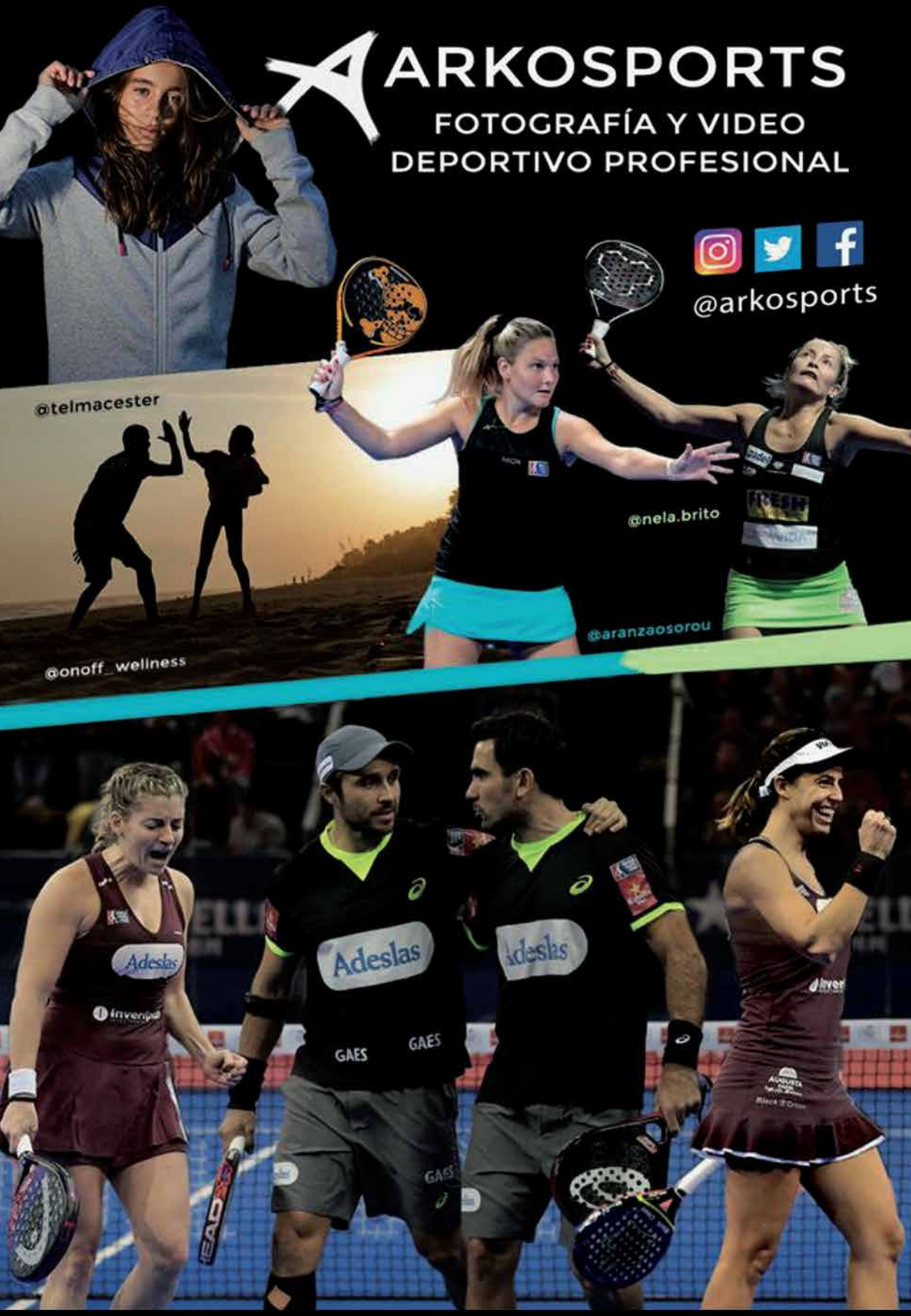
RICKY MARTÍNEZ Y ADRIÀ MERCADAL CAMPEONES DEL ORO EN EL PÀDEL OSONA

La última prueba del Circuit Absolut de 2018 inscribió los nombres de Ricky Martínez y Adrià Mercadal como los de los últimos campeones del año en una de las pruebas del Circuit Absolut de pádel. Los ganadores se han proclamado campeones del Oro disputado en las instalaciones del Pàdel Osona.

Ricky Martínez y Adrià Mercadal se han impuesto a los finalistas, la pareja subcampeona formada por Albert Nogueras y Ferran Insa. Cuando el marcador era de 6-3 y 6-6, Nogueras-Insa se han tenido que retirar por problemas físicos.

Con la prueba celebrada en las pistas del Pàdel Osona el Circuit Absolut 2018 de la Federació Catalana de Pàdel baja el telón del año. La primera prueba del 2019 se ha iniciado en tierras tarraconenses con la disputa del Màster de Tarragona al Global Pàdel Sports de Vila-seca del 13 al 19 de enero.

www.fcpadel.cat
Federació Catalana de Pàdel



Avda del Mar Nª10 Gava Mar 08850 Barcelona (España) Telf. 93 6330950 @arkosports