CATALUNYA CENTRAL

MÓN PÀDEL

REVISTA GRATUÏTA PER A CLUBS DE PÀDEL

Núm. 4 | GENER-FEBRER 2019 | monpadel.cat

DEIXA'M AL CLUB

NO M'EMPORTIS 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 · Barcelona Premium · gelateria · VERI

COLABORADORES

Nutrisport · TIRO Y RETIRO · ENFORMA · MUNICH

Núm. 4 | GENER-FEBRER 2019

Direcció i Edició
Esteve Pintó
Cristóbal García

Disseny
patitus.com

Publicitat
Sílvia González

Fotografia de portada
ARKO SPORTS

Fotografia
ARKO SPORTS i pulpopadel.com

Impressió
printdigital.cat

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

Segueix-nos

índex

l'entrevista
gemma triay 4

preparació física
treball de força 9

salut al pàdel
esquinç de turmell 13

pàdel en cadira de rodes
use martínez 15

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

empreses amb el pàdel
expomon 23

federació catalana de pàdel
informa 27

Dipòsit Legal : **B 24708-2018**

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

gemma triay

© ARKO SPORTS

gemma triay

Número 5 Rànquing WPT Femení

Nom : Gemma Triay Pons
Lloc de naixament : Mahón, 1992
Alçada : 1,73cm
Parella de joc : Lucía Sainz Pelegri
Posició de joc : Revés

Acaba la temporada 2018 i la que va ser guardonada com a millor jugadora del circuit WPT 2017, ens concedeix aquesta entrevista després de diverses setmanes intentant-ho per motius professionals. Ens confessa que ha estat un any molt positiu i que està desitjant que comenci la nova temporada.

Ets ex-tennista, per què ho vas deixar?

Ho vaig deixar perquè vaig tenir una lesió en l'abdominal que em va deixar fora de la competició 1 any. La tornada va ser complicada i no acabava d'estar bé i vaig decidir deixar-ho i centrar-me en la selectivitat.

Per què va venir una menorquina a Barcelona?

Va ser per estudiar una carrera i per retrobar-me una altra vegada amb les meves amigues de la infància ja que amb 14 anys em vaig anar a viure a Mallorca a un centre d'alt rendiment i estàvem separades.

Qui et va proposar dedicar-te professionalment al pàdel?

Vaig començar a jugar al pàdel després de 2 anys sense fer gens d'esport. El que tenia clar era que si començava a jugar era per competir i jugar professionalment ja que trobava a faltar la competició. Els meus inicis van ser al Masnou i els que em van guiar i van animar a començar van ser Jake i Josan.

Quines diferències hi ha entre el tennis i el pàdel?

Principalment que el pàdel és un esport d'equip i el tennis individual. Llavors en tema de comunicació és totalment diferent ja que en el pàdel t'has de comunicar amb el teu company/a i en el tennis no. A nivell de tècnica hi ha cops que es poden semblar com l'smash o la volea però és bastant diferent. En el pàdel tot és més ràpid perquè les distàncies són més curtes, per tant els cops han de ser mes curts en canvi en el tennis els cops són bastant amplis.

Quant temps li dediques físicament?

Entre 1h i 1,30h diàries.

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 | school@mferraripadel.com
www.mferraripadel.com

gemma triay

Número 5 Rànquing WPT Femení

Quin és el teu millor cop?

Smash X3.

Quin consell li donaries a les noves generacions?

Que gaudeixin entrenant. Que facin cas al seu entrenador. Ara estan en una etapa on han de créixer i aprendre com a esponges. Cada company que tinguin és una oportunitat així que aprofitin el màxim de cadascun i que es preocupin més de millorar ells mateixos i no tant dels resultats. Quan es treballa bé els resultats arriben sols.

Alguna mania abans d'un partit important?

Faig els mateixos rols sempre que el partit anterior si l'he guanyat. Em poso l'equipament "guanyador", és a dir, el que m'ha donat sort en el campionat anterior.

Vius del pàdel?

Sí, per sort podem viure del pàdel gràcies a que els sponsors ens donen un suport incondicional. Estem molt agraïdes a cadascun d'ells.

A quin jugador t'agradaria reptar?

Daniel Sanyo Gutiérrez.

Quin balanç professional fas d'aquest 2018?

Molt positiu. Comencem la temporada que millor impossible i sembla com que l'últim, que no ha anat tan tan bé, tapi això de tot l'any.

Però la realitat és que amb l'equip hem valorat l'any i som conscients de la bona temporada que hem fet. Això sí, no ens conformem només amb això, per la qual cosa el 2019 anirem per més.

Sil González
Mónpàdel

PERSONAL

Hobbies
Anar al cinema, de compres, cuinar

Una qualitat i un defecte
Una qualitat: sóc perfeccionista
Un defecte: m'agrada tenir la raó

Mar o Muntanya
Mar

Un llibre
Open d'André Agassi

una pelicula
El guerrero pacífico o Bohemian Rapsody

L'última vegada que has plorat d'alegria
Fa pocs dies per qualsevol xorrada amb la meva família

Un lloc per viure
Ara Barcelona. Mallorca dins d'uns anys

Una paraula que et defineixi
Competitiva

3 desitjos
Que la salut ens acompanyi, arribar al número 1 i que el pàdel segueixi creixent i arribi a ser un esport olímpic.

Com t'agradaria que et recordessin
Com una jugadora amb un joc versàtil però sobretot com una jugadora humil, bona gent, propera i honrada a la pista.

treball de força

treball de força

El treball de força té múltiples beneficis a nivell físic i això implica millores a nivell de rendiment. Una de les mes importants és que disminueix el risc de lesió. Això té una fàcil explicació. En treballar la força muscular desenvolupem una millor estructura muscular corporal i això implica el fet que estem millor compensats, més equilibrats i millor predisposats per a moviments explosius als quals ens sotmet el nostre volgut i estimat esport.

No és necessari sessions maratonianes al gym, però sí una bona rutina muscular setmanal, treballant per grups musculars. Aquest seria un bon exemple a seguir.

DILLUNS **Pectoral i tríceps**	3 exercicis de cada 4 sèries de 10 repeticions	· Press banca 4x10 · Fons de tríceps en banc 4x10 · Press banca inclinat 4x10 · Tríceps en politja 4x10 · Obertures en politja 4x10 · Flexions diamant 4x10
DIMECRES **Cama i espatlla**	3 exercicis de cada 4 sèries de 10 repeticions	· Esquat 4x10 · Ocell amb manuelles 4x10 · Lunge amb salt 4x10 · Press militar 4x10 · Premsa 4x10 · Rem a la barbeta amb barra 4x10
DIVENDRES **Esquena i bíceps**	3 exercicis de cada 4 sèries de 10 repeticions	· Dominades 4x10 · Bíceps martell 4x10 · Xerracs manuelles 4x10 · Bíceps politja 4x10 · Rem adherència alt 4x10 · Bíceps concentrat 4x10

Aquests entrenaments musculars estan pensats per a sessions de 40-45 minuts màxim ja que és més que suficient. Molts us preguntareu pel pes, doncs bé el pes és relatiu perquè va canviant ja que cal anar augmentant quan ets capaç d'acabar sense problemes tots les sèries i repeticions que et marca l'entrenament.

Hi ha milers de combinacions i sistemes d'entrenament i no n'hi ha un millor que l'altre ja que depèn de l'objectiu. Caldrà anar canviant. Un sistema molt bo és anar canviant cada sis o vuit setmanes per sorprendre el cos i que no s'adapti.

Un altre dels meus consells per l'article d'avui és que tan si sou principiants o nivell avançat contacteu amb un professional que us ajudarà i us donarà el punt de qualitat que marca la diferència.

XAVI PELEGRÍ DURAN
Preparador físic, Entrenador personal
i Dietista esportiu

pascal BOX®
10%
DE DESCUENTO
AL COMPRAR TU
PASCAL BOX 3B
CÓDIGO DTO.
PBMONPADEL
SOLO EN
PASCALBOX.COM
pascal BOX

rebajas

30% 40% 50%

esguinç de turmell

esquinç de turmell

Avui parlarem de l'esquinç de turmell. Crec que pot ser la lesió més concorreguda entre tots els esports, però avui la centrarem en el pàdel. Us parlaré de possibles causes, diferents diagnòstics, com recuperar la lesió i quines opcions podem tenir per a evitar-la.

En primer lloc farem una mica de refresc de l'anatomia del turmell, dels seus lligaments. Fins fa poc en la part externa de turmell, que sol ser la zona afectada en aquests esquinços, trobàvem el lligament col·lateral lateral on diferenciàvem 3 lligaments diferents, el peroneoastragalino anterior i posterior i el peroneocalcaneo. Estudis recents de la UB han demostrat una altra estructura ligamentosa denominada lligament fibulotalocalcaneo lateral. Aquest es troba dins de l'articulació del turmell, la qual cosa fa que no es pugui regenerar per si mateix, podent explicar així que un gran percentatge d'esquinços es perpetuïn en el temps, arribant a ser crònics i provocant inestabilitat a causa de la ruptura d'aquest.

Les situacions més típiques d'esquinç de turmell en el pàdel són una volta de revés que arribem tard i per l'excés de velocitat en la frenada el turmell cedeix o bé un canvi de sentit ràpid on el turmell no és prou hàbil per a suportar aquest estrès. També pot ser per trepitjar al company o una pilota, per tant és important tenir tot controlat.

Una vegada explicat veurem com ho podem tractar. El primer que cal fer quan ens torcem el peu és posar gel, punt atapeït possible per a evitar l'excés d'inflamació, aproximadament uns 20 minutos. Després deixarem un embenatge compressiu 24 hores per a evitar que es produeixi molta inflamació. Si s'infla molt seria recomanable fer una radiografia ja que a vegades l'esquinç pot comportar un arrancamiento ossi i el tractament varia molt.

En cas que no hi hagi afectació òssia, el que hem de tenir clar és que el repòs no ens afavorirà en cap aspecte. A les 24 hores hauríem de començar la recuperació, realitzant drenatge limfàtic per a afavorir el retorn venós, INDIBA en atérmia per a començar a activar els mecanismes de reparació tissular i una mica de treball actiu, simplement unes petites contraccions musculars isomètriques per a anar acostumant a la fibra que s'ha de regenerar a créixer correctament.

La velocitat de recuperació dependrà de quina afectació ligamentosa tinguem. Pot ser un esquinç de primer, segon o tercer grau. En funció del grau tindrem mes lligaments afectats.

També haurem de valorar totes les estructures adjacents, ja siguin lligaments, articulacions, tendons o músculs.

Una vegada valorat i diagnosticat començarem a tractar. El primer que buscarem és reduir al màxim la inflamació, i anirem augmentant la càrrega sempre controlada i evitant el dolor. És molt important començar ràpidament la mobilització, com més precoç sigui més possibilitats d'èxit tindrem.

Si hi ha molt de dolor pot estar indicat caminar amb crosses per a evitar el suport total del peu, però mai tenir-lo en descàrrega total.

A partir d'aquí com en totes les rehabilitacions anirem augmentant el grau de dificultat dels exercicis, així com la càrrega i els temps d'exposició a l'exercici. Anirem introduint exercicis específics del pàdel, i introduint diferents elements externs que puguin ajudar-nos a assimilar les complicacions que ens pot presentar un partit de pàdel

En un esquinç de primer grau en 15 dies hauríem de poder jugar amb una mica de molèstia, amb un tapi rígid, encara que en aquesta lesió és difícil pronosticar la volta ja que es pot allargar molt la recuperació, i més ara sabent que el nou lligament oposat pot ser que mai es recuperi del tot. Per tant a treballar en la seva rehabilitació i confiar en el fisioterapeuta que li guiarà en aquest procés.

També és molt important ser conscients que els esquinços de turmell, es poden evitar, almenys evitar la sobreexposició a patir-los, entrenant el nostre sistema propioceptiu i reforçant la musculatura que ens dóna estabilitat a la cama, com per exemple el gluti mitjà o bé els peroneos. És aquí on tenim molt a dir els fisioterapeutes, readaptadores i llicenciats en ciències de l'activitat física i l'esport.

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

use martínez

use martínez

20è en la Classificació General del Rànquing Nacional de Pàdel en Cadira de Rodes 2018

Nom : Eusebio Martínez Cerdán
Lloc de naixament : Valencia, 1977
Parella de joc : Sense parella fixa
Posició de joc : Revés
Facebook i Twuitter : Use Martinez
Instagram : use_martinez_

El vam conèixer en una exhibició fa algunes setmanes i ens va donar la seva paraula per a realitzar aquesta entrevista. Un tipus apassionat del pàdel que no descansa en el seu afany de millorar cada dia. Un tipus alegre i obert. Un tipus sense complexos. En definitiva, un GRAN tipus, sens dubte.

Quin és el motiu pel qual estàs en una cadira?

Per un accident de trànsit a l'estiu del 2003, en el qual vaig tenir una lesió medul·lar a l'altura del pit.

Què va ser el que et va animar a jugar al pàdel?

Vaig practicar diversos esports adaptats des de l'accident, com natació, tennis, bàsquet i altres esports que et conviden a provar quan tens una discapacitat. Amb el temps, va començar a tenir auge el pàdel en cadira a València i, a través d'uns companys en cadira que el practicaven, em van convidar a provar-lo. Com venia del tennis em vaig enganxar ràpidament fins al dia d'avui que continuo jugant, entrenant i competint. De tot això ja farà uns cinc anys.

Quantes hores entrenes a la setmana?

Doncs depèn, entre 6h i 9h i fins i tot a vegades més, perquè entrenem i juguem partits en diversos clubs de València i fem un mínim de 3 dies per setmana.

Portes algun tipus de preparació o nutrició específica?

La veritat és que no, intento cuidar-me, però tampoc em privo de coses.

Creus que el pàdel en cadira té la repercussió necessària?

Desgraciadament no i en general tots els esports adaptats solen tenir aquest problema com també li passa a l'esport femení, que no tenen repercussió a nivell nacional com tenen altres esports. Sí que hi ha alguns esports més reconeguts com el bàsquet o natació, però el pàdel en cadira és encara nou, li falta molt. La veritat és que no estaria res malament que la FEDDF (Federació Espanyola d'Esports per a persones amb Discapacitat Física) ens ajudi i potenciï encara més el pàdel en cadira de rodes, ja que hi ha altres esports que no el necessiten tant i estan en primera línia.

Quin consell li donaries a algú que es troba per primera vegada en una cadira?

Que practiqui un esport, el que sigui. A cadascun se li pot donar bé l'un o l'altre i, si no és així, avui en dia tenim oportunitats per provar-los pràcticament tots. El principal és dedicar-hi temps i gaudir. El nostre handicap és que com menys fas menys pots així que practicar qualsevol esport és bo per a nosaltres. Estic segur que aquest esport li ho retornarà amb salut física i mental.

Què t'aporta el pàdel?

M'aporta molt, com la majoria dels esports que he practicat m'ha aportat esforç físic i ser més competitiu. El pàdel, a diferència del tennis o la natació que jo havia provat, té més companyerisme tant dins com fora de la pista, a més del bon ambient que hi ha en el circuit nacional.

Quin és el teu proper repte?

El que em vaig marcar des del principi, millorar més cada dia i estar entre els 10 primers del rànquing nacional. El meu millor lloc a la classificació general del rànquing nacional va ser una 7a posició. S'està posant el circuit molt competitiu i cada vegada hi ha millors jugadors, gent que comença de nou i l'agafa ràpid, així que per a mi estar entre els 10 primers és tot un assoliment.

Que canviaries del món del pàdel?

Del pàdel a peu, res, perquè és un esport que encara està en auge. Del nostre món del pàdel adaptat m'agradaria, com l'anterior pregunta, que hi hagués més repercussió lògicament, perquè

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

20è en la Classificació General del Rànquing Nacional de Pàdel en Cadira de Rodes 2018

gràcies a això tindríem més patrocinis, més ajudes i això és una cosa que costa bastant diners a l'hora de competir i viatjar per a poder anar a tots els tornejos, tenint en compte que tenim tornejos a tot arreu d'Espanya. També ens encantaria ser reconeguts com a jugadors en la mateixa Federació Espanyola de Pàdel.

Què tal el pàdel per València?

Portem molts anys sent un nombre gran de jugadors, entre 25 i 30, dels quals 12 som els que competim a nivell nacional. La veritat és que som de les comunitats que més jugadors actius té i que segueixi així!

Tenim el nostre propi circuit a través de la FPCV (Federació de Pàdel de la Comunitat Valenciana) amb 6 tornejos i un Màster. Solem entrenar en diversos clubs encara que el meu club de referència és Family Sport Center de Beniparrel on s'han realitzat els últims Open del Circuit Nacional de Pàdel a Silla a València.

Col·labores amb alguna fundació?

Actualment no, però al llarg d'aquests anys sí que he col·laborat amb diverses fundacions i associacions, sempre estic obert a qualsevol ajuda a nivell de fer esdeveniments o exhibicions.

Treballes? A què et dediques?

Des de l'accident no treballo. Em dedico principalment a l'esport, associacions i col·laboracions.

Professional de referència?

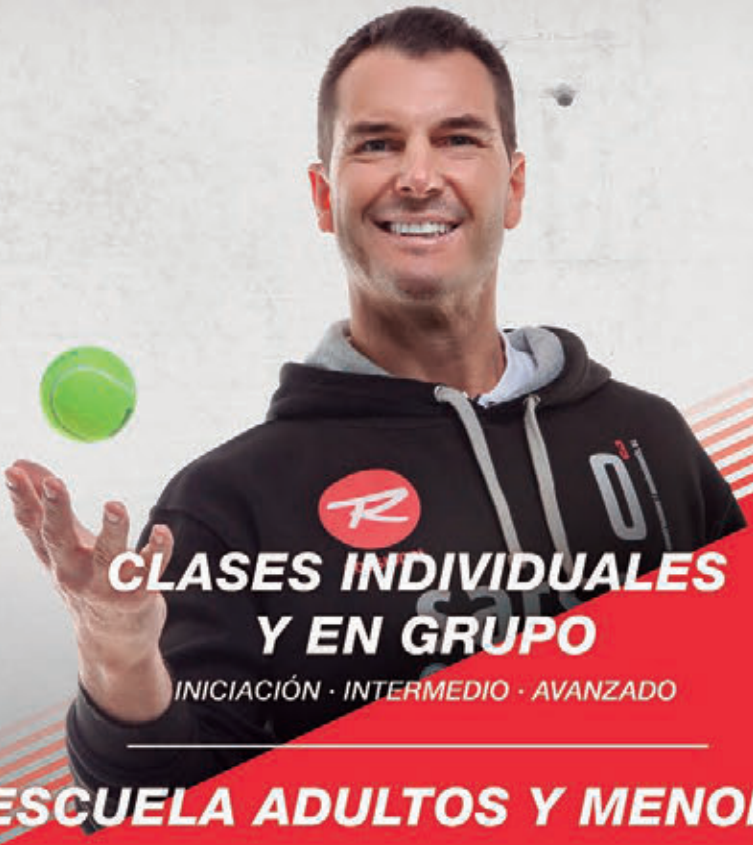
En principi no me'n surt cap ara, però et podria dir molts, tant masculins com femenins. Per a mi qualsevol professional que suï la seva samarreta en el seu treball té el meu respecte i admiració.

No puc deixar passar aquesta oportunitat sense esmentar i donar les gràcies a Juan Vicente Xavó d'Atmosfera Sport Xavó de Catarroja, qui m'ha facilitat el poder practicar aquest esport que m'apassiona aportant-me tot el material esportiu que he necessitat, a Francisco Pérez Galisteo de Family Sport Center i a David Fernández de 7padelvlc com a clubs de referència a València.

Sil González
Mónpàdel

Atmósfera Sport XAVÓ
www.xavoequipament.es
FAMILY SPORT CENTER

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. posició dels jugadors

Cada parella de jugadors es col.locarà en cadascun dels camps, ubicats a una i altra banda de la xarxa. El jugador que posi la pilota en joc és el que treu (servidor) i el que contesta és el que resta (restador).

El jugador que rep pot col.locar-se en qualsevol lloc del seu camp, així com el seu company i el company del que serveix.

regla 4. elecció de camp i servei

L'elecció de camp i el dret a ser el que serveix o el que resta en el primer joc, es decidirà per sorteig. La parella que guanyi el sorteig podrà triar entre:

a) Treure o restar, en aquest cas l'altra parella triarà el camp
b) El camp, en aquest cas l'altra parella triarà el dret a servir o restar
c) Sol·licitar als seus contraris que triïn primer.

Una vegada decidit ordre de servei i camp totes dues parelles li comunicaran a l'àrbitre qui serà el primer servidor i el primer restador.

regla 5. canvis de camp

Les parelles canviaran de camp quan la suma dels jocs disputats de cada set sigui nombre imparell.
En el “tie break” els jugadors canviaran de camp cada 6 punts.

Si es comet un error i no es produeix el canvi de camp, els jugadors corregiran aquesta situació tan aviat com sigui descobert l'error, seguint l'ordre correcte. Tots els punts comptats abans d'advertir-se l'error són vàlids. En el cas en què en advertir-se de l'error ja hi hagués realitzat un primer servei, només es tindrà dret a un servei més.

regla 6. el servei

Tots els punts s'inicien amb el servei. Si el primer servei és fallit es disposarà d'una segona oportunitat. El servei ha d'efectuar-se de la següent manera:

a) El que ho executi (el servidor) haurà d'estar en el moment d'inici del servei amb tots dos peus darrere de la línia de servei, entre la prolongació imaginària de la línia central de servei i la paret lateral (Requadre de Servei) i que els mateixos romanguin en aquest espai fins que la pilota sigui colpejada.

b) El servidor botarà la pilota en el sòl per efectuar el servei dins del requadre de servei en què es trobi.

c) El servidor queda obligat a no tocar amb els peus la línia de servei, ni la línia imaginària continuació de la línia 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 moment de colpejar la pilota en el servei, aquesta haurà d'estar a l'altura o per sota de la cintura, i el jugador ha de tenir almenys un peu en contacte amb el terra.

e) La pilota colpejada haurà de passar per sobre de la xarxa cap el requadre de recepció de servei situat en l'altre camp, en línia diagonal, fent que el primer bot es produeixi en aquest requadre, que inclou les línies que el delimiten, i en primer lloc realitzarà el servei sobre el requadre de recepció de servei que estigui situat a la seva esquerra i, acabat el punt, el següent servei sobre el de la seva dreta, procedint a partir d'aquest moment alternativament.

f) En treure, el jugador no podrà caminar, córrer o saltar. Es considera que el jugador no ha canviat de posició encara que realitzi petits moviments amb els peus que no afecti la posició adoptada inicialment.

g) En el moment d'impactar la pilota o en un intent fallit amb intenció de colpejar-la, el servei es considerarà efectuat.

h) Si un servei és executat inadvertidament des del requadre de servei no corresponent, l'error de posició haurà de ser corregit tan aviat com es descobreixi. Tots els punts obtinguts en aquesta situació són vàlids, però si hi ha hagut una sola falta de servei abans de percebre, aquesta s'ha de tenir en compte.

i) La parella que tingui el dret a servir en el primer joc de cada set, decidirà quin dels components de la mateixa començarà a servir. Al seu torn, a l'acabar el primer joc, la parella que ha vingut restant passarà a treure triant el jugador que ha de fer-ho i així alternativament durant tots els jocs d'un set. Un cop establert l'ordre de servei, aquest no pot ser alterat fins al començament del següent set.

j) Si un jugador treu fora del seu torn, el que hagués hagut de treure ha de fer quan es descobreixi l'error. Tots els punts comptabilitzats abans d'advertir l'error són vàlids, però si hi ha hagut una sola falta de servei abans de percebre, aquesta no s'ha de tenir en compte. En el cas que abans de percebre l'error s'hagi acabat el joc, l'ordre de servei romandrà tal com ha estat alterat, fins a la finalització del set.

k) El jugador no farà el servei fins que el restador no estigui preparat. No obstant, el jugador que rep s'adaptarà al ritme raonable del sacador i estarà a punt per rebre el servei quan el sacador ho estigui per efectuar-lo.

l) No es podrà al·legar no haver estat a punt per restar un servei si s'ha intentat tornar-lo. Si es demostra que el restador no estava preparat, tampoc es podrà cantar falta.

regla 7. falta de servei

El servei serà falta si:

a) El servidor infringeix el que es disposa en la Regla 6. El Servei o Servei. Punts de l'a) a la f).

b) El servidor falla la pilota totalment en intentar copejar-la.

c) La pilota bota fora del requadre de recepció de servei, que inclou les línies que el delimiten (les línies són bones).

d) La pilota colpeja el servidor, el seu company o qualsevol objecte que portin.

e) La pilota bota en el requadre de recepció de servei contrari i toca la malla metàl·lica que delimita el camp abans del segon pal.

f) La pilota bota en el requadre de recepció de servei contrari i surt directament per la porta en una pista sense zona de seguretat i joc exterior.

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

expomon

empresa especialitzada en la producció i muntatge d'exposicions

Inaugurem secció visitant al Jordi Padrós, gerent de Expomon, una empresa dedicada a la producció i el muntatge d'exposicions i que alhora organitza events i tornejos de pàdel d'una forma totalment professional cuidant els més petits detalls i del qual s'està parlant molt a la comarca del Bages.

A què es dedica Expomon?

Expomon es dedica a la producció i muntatge d'exposicions. Fem tota mena de mobiliari amb tota mena de materials. Quan un client o una institució vol fer una exposició sobre alguna temàtica nosaltres els hi construïm i muntem aquest tipus de produccions expositives.

Les feines ens poden arribar de diferents formes. Podem crear qualsevol exposició des de zero, és a dir, que el client tingui un espai concret i vol que li muntem algun tipus d'exposició; o bé, que el client porti el disseny en concret i nosaltres ens encarreguem de la producció. Ens cuidem de tot: vitrines, mobles, gràfica, il·luminació, escenografies, audiovisuals, etc.

Els nostres espais expositius són : Museus, Centes d'interpretació, Exposicions temporals, Exposicions permanents, Exposicions itinerants, Obra civil, Comerços, Showrooms, Stands, Esdeveniments i més ...

El món de les exposicions és molt ampli, podem fer des d'una sala d'art, un stand, una botiga, un aparador, una il·luminació, etc.

A partir d'un espai en blanc fem qualsevol mena d'exposició, això es diu Servei 360º, des de la idea fins al muntatge, ens encarreguem de tots els detalls del projecte.

Si el disseny ens ve d'un client extern, convertim els seus plànols en constructius mitjançant els nostres professionals. També tenim un departament d'enginyeria, per estudiar i donar solucions a totes les parts d'un projecte.

El nostre objectiu és ajudar al fet que la producció d'una peça o conjunt de peces sigui òptima, anticipant les dificultats, simplificant dissenys i sempre respectant la seva funcionalitat.

Assessorem i redissenyem els productes o dissenys amb programari i tècniques especialitzades que permetran reduir els costos d'inversió i al seu torn viabilitzaran el procés de la idea a una realitat.

Com arriba Expomon al pàdel?

Suposo que com la majoria. Algú em va convidar fa uns 4 o 5 anys a provar el pàdel i la veritat és que hi estic molt enganxat. Després en alguna xerrada algú em va dir: "Perquè no fas un torneig de pàdel Expomon i de pas fas dones a conèixer la teva empresa?". I així va ser com va començar tot, sobretot gràcies també a l'acompanyament de Justten, que des del primer torneig va confiar en nosaltres.

expomon

empresa especialitzada en la producció i muntatge d'exposicions

Ja en portem uns quants i hem intentat en cada torneig millorar l'anterior. Aprofitant l'experiència d'Expomon en el nostre sector, hem aplicat algunes de les nostres produccions a l'hora de crear els tornejos, com portar un moble expositor on hem instal·lat una pantalla plana per poder registrar els quadres dels tornejos i un marcador digital. A més, també som coneguts per totes les activitats paral·leles que oferim a aquests tornejos, esmorzars, berenars, dinars, degustació d'ostres, gintònics i pernils, welcome packs, etc.

Al mes de Novembre vam participar en la organització del 1er Open Nacional Ciudad de Gavà de Pàdel en Silla i va ser tot un èxit.

Com veieu el pàdel?

Avui en dia és un esport en plena expansió. La gent, els jugadors, l'únic que volen és passar-s'ho bé, vol anar a un club que tingui les instal·lacions be, que després pugui anar al restaurant, fer la cerveseta, quedar-se a dinar o sopar, etc.

El més difícil es la competència que hi ha avui en dia entre clubs i marques de pàdel, que sovint provoca enveges on el més perjudicat és l'usuari. Al final és un negoci i cadascú mira per casa seva. Tot això incideix en que acabin tancant clubs o marques, que ara mateix esta passant. El millor seria que tots anéssim plegats pel bé d'aquest esport. Col·laborar entre tots per tal d'arribar a un punt que fos beneficiós per totes les parts. Fer del pàdel un esport sa.

Parleu-nos del torneig?

Com he dit anteriorment, intentem millorar cada torneig. En aquest nou torneig que farem al Febrer els dies 15, 16 i 17 al Indoor7 de Santpedor, la gran novetat és afegir una categoria més, la categoria de pàdel inclusiu, pàdel en cadira de rodes + de peu.

Creiem que entre tots hem de fer més visible el pàdel en cadira de rodes i que la gent gaudeixi veient la seva espectacularitat. Us sorprendrà!!!!!

Com estrella convidada i patrocinada per d'Expomon tindrem la presència del Pablo Ayma que ens oferirà un clínic.

El torneig l'organitza Expomon juntament amb Justten, la col·laboració Pulpopadel i també no ens podem oblidar de tots els esponsors que donen suport aquest projecte.

I els pròxims objectius?

Estem treballant amb la tecnificació dels tornejos conjuntament amb Pulpopadel, com per exemple, poder donar els resultats en directe mitjançant un audiovisual o també l'emissió en streaming a través de Youtube per les xarxes socials on creiem que pot ser molt interessant per la gent que no pot acudir als tornejos.

També volem explorar altres comarques i oferir els nostres serveis i experiència a altres clubs. Anar a buscar clubs més grans i donar més espectacularitat als tornejos que puguin 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 tenim clar que els afeccionats al pàdel creixen cada dia, sobretot pel fet que es tracta d'un esport relativament jove. Però, què sabem de la història del pàdel?

Són moltes les versions que trobem respecte a l'origen, però la majoria apunten al final del segle XIX, quan es practicaven en els vaixells anglesos una sèrie de jocs de raqueta adaptats, que servien d'entreteniment als passatgers davant les llargues hores de viatge.

Paral·lelament, altres teories apunten a principis dels anys 20, quan un pastor estatunidenc, basant-se en el tennis, va traslladar el joc als carrers i parcs municipals de Nova York. Va delimitar la grandària de la pista i es va començar a jugar amb una pala curta de fusta i una bola de cautxú. A aquesta modalitat se'l va denominar pàdel tennis, i en 1922 es va crear la primera associació.

Però sens dubte, la data clau per al naixement del pàdel i l'origen de l'esport més semblant a com el coneixem avui dia, és el 1969. Amb un nom propi com a protagonista, el del mexicà Enrique Corcuera.

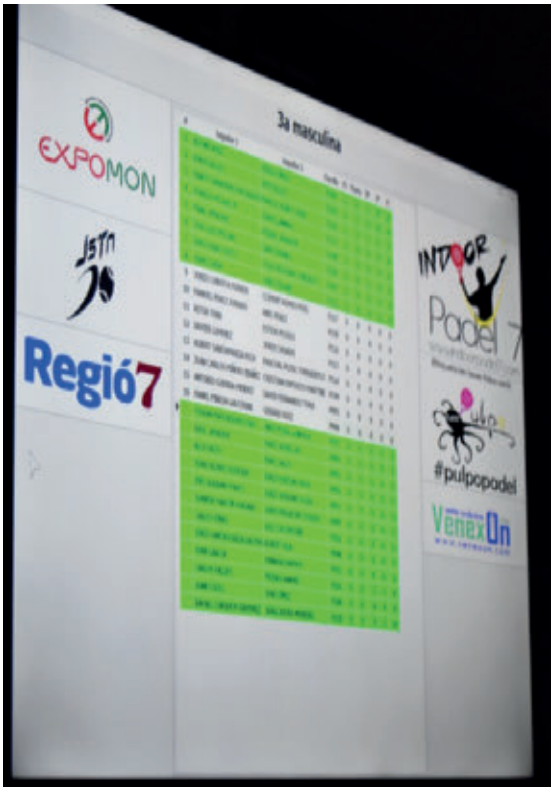
Corcuera tenia una finca en Acapulco en la qual volia construir una pista de tennis, però no comptava amb espai suficient per a la instal·lació.

Així doncs, va remodelar part de la casa i va crear una pista de 20 × 10 metres, afegint parets de 3 metres en els extrems, per a utilitzar-les durant del joc, va posar la xarxa en el centre de la pista i va acordonar el perímetre amb una tanca metàl·lica.

Naixia doncs el que es considera la llavor del pàdel actual, que començaria una ràpida evolució fins al dia d'avui. Aquesta és la versió que tant la Federació Espanyola de Pàdel com la Internacional consideren més encertada.

Si no coneixies l'origen del teu esport favorit, segur que t'ha agradat aquesta història! Aprofitem per a desitjar-te una gran entrada d'any de part de tota la família SlamClub!

Fins a la pròxima!



ORGANITZACIÓ D'EVENTS I ESDEVENIMENTS DE PÀDEL

TECNIFICACIÓ
AMBIENTACIÓ
PROFESSIONALITZACIÓ
DE TORNEJOS

#pulpopadel

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

LA FCP COL·LABORA EN UNA NOVA EDICIÓ DEL NADAL SOLIDARI

La Federació Catalana de Pàdel (FCP) col·labora en una nova edició del Nadal Solidari. La FCP s'ha volgut sumar a la magnífica iniciativa que encapçala la Fundació Barcelona Olímpica i ha lliurat diferent material esportiu de pàdel de la mà del seu director tècnic, Albert Nogueras.

El Projecte Nadal Solidari té com a objectiu posar en relació entitats esportives de la ciutat de Barcelona i entitats que vetllen per col·lectius desafavorits del barri de la Marina. La FCP se suma així a la Federació Catalana d'Handbol, la Federació Catalana de Voleibol, el Reial Club de Tennis Barcelona 1899, Federació Catalana de Bàsquet i Special Olympics, entre d'altres, que també col·laboren amb aquesta iniciativa.

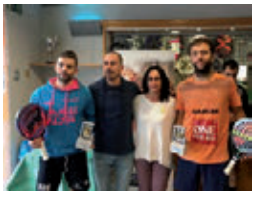
EL CIRCUIT BRONZE HEAD POSA PUNT I FINAL AL 2018 AMB LES PROVES DE LLEIDA PÀDEL INDOOR I TERRASSASPORTS

Al Bronze Head del Pàdel Indoor Lleida, Cristóbal Ramírez i Àlex Casas van derrotar a Gerard Boquet i Pablo Burdeosper 6-4 i 6-1. En noies Laia Bonilla i Sònia Colomina van doblegar a Laura Casanova i Sara Fuentes per 6-4 i 6-2.

Pel que fa al Bronze del TerrassaSports, en homes Antonio Ríos i Abel Fernàndez aconseguien imposar-se per 6-7, 7-5 i 6-4 a Daniel Olle i Daniel Huerta. En categoria femenina Laura Dalmau i Júlia Gallifa van guanyar per 6-3 i 6-4 a Anna Martínez i Mireia Recasens. A Tercera masculina, Arnau Puyal i Guillem Simón es van alçar amb el títol per 6-3, 2-6 i 6-4 davant dels finalistes, la parella formada per Roger Matalonga i Albert Bladas.

Les proves disputades a Pàdel Indoor Lleida i al TerrassaSports van ser les últimes del 2018 pel que fa al Circuit Bronze Head.

RICKY MARTÍNEZ I ADRIÀ MERCADAL CAMPIONS DE L'OR AL PÀDEL OSONA

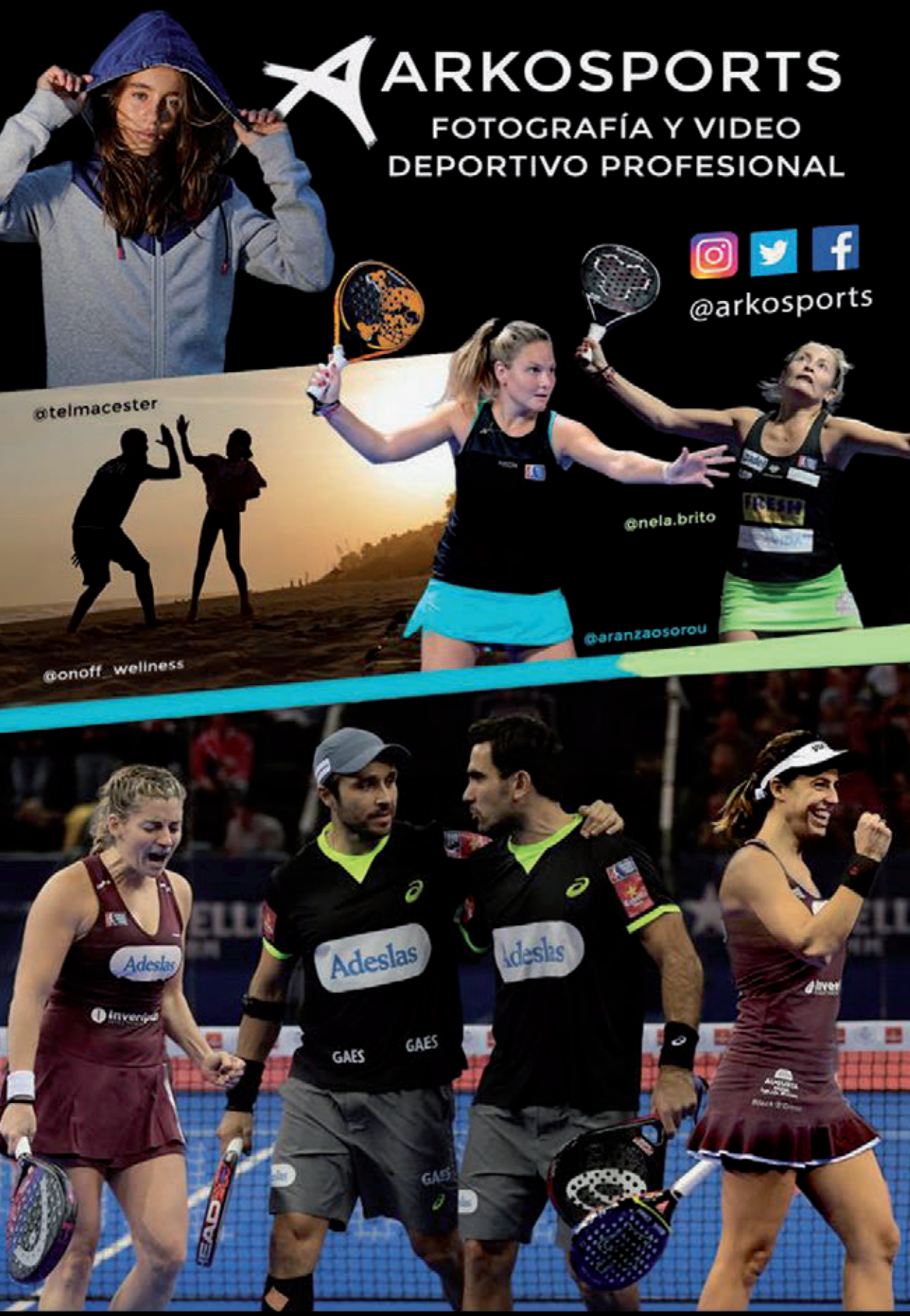


La darrera prova del Circuit Absolut del 2018 va inscriure els noms de Ricky Martínez i Adrià Mercadal com els dels darrers campions de l'any en una de les proves del Circuit Absolut de pàdel. Els guanyadors s'han proclamat campions de l'Or disputat a les instal·lacions del Pàdel Osona.

Ricky Martínez i Adrià Mercadal s'han imposat als finalistes, la parella sotscampiona formada per Albert Nogueras i Ferran Insa. Quan el marcador era de 6-3 i 6-6, Nogueras-Insa s'han hagut de retirar per problemes físics.

Amb la prova celebrada a les pistes del Pàdel Osona el Circuit Absolut 2018 de la Federació Catalana de Pàdel abaixa el teló de l'any. La primera prova del 2019 s'ha iniciat a terres tarragonines amb la disputa del Màster de Tarragona al Global Pàdel Sports de Vila-seca del 13 al 19 de gener.

www.fcpadel.cat
Federació Catalana de Pàdel



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