

La derecha invertida en el tenis masculino: Estrategia y táctica

Encarna Martín, José Campos y Miguel Crespo

RESUMEN

El hecho de comprender la estrategia y la táctica del tenis permite tomar decisiones a la hora de preparar un partido contra un determinado jugador, en función de distintos aspectos del rendimiento tenístico siendo representativos de los indicadores de rendimiento deportivo (eficacia, precisión, dominio técnico,...). Según la dirección y la intención del jugador, se podrá emplear un determinado gesto técnico que propicie mayor efectividad y poder aprovechar mejor las posibilidades de éxito. En el deporte del tenis, la derecha invertida supone una nueva posibilidad en el repertorio de variables tanto tácticas como estratégicas. En este artículo se presentan algunas ideas sobre la estrategia y táctica de la derecha invertida así como varios ejemplos para su entrenamiento en la pista.

Palabras clave: Superficie, entrenamiento de derecha hacia dentro, entrenamiento

Recibido: 28 Diciembre 2017

Aceptado: 15 Marzo 2018

Autor correspondiente:

Encarna Martín.

Correo electrónico:

encarna.martinlorente@gmail.com

INTRODUCCIÓN

En el tenis actual los jugadores confían en un golpe determinante que pueda ayudarles en las situaciones comprometidas (punto de ruptura, punto de set,...). De entre todos los que pudieran darse (el saque, el revés, los golpes de aproximación a la red,...) el golpe de derecha permite cubrir la pista más fácilmente (Brabenec, 2000), logrando aproximadamente un 65% de espacio e incluso hasta un 85% de la pista, en jugadores de cierto nivel con mayor velocidad de pies.

Desplazarse hacia el revés para golpear de derecha, reduce automáticamente el área de respuesta del revés como opción a la devolución del rival y aumenta las posibilidades de jugar otras desde esa posición. Disimular la dirección del golpe de derecha es más fácil, al igual que el juego de pies es mucho más natural en el golpe de revés. La derecha ha generado muchos más golpes ganadores y relativamente pocos errores si se compara con el revés.



Figura 1. Roger Federer

La derecha invertida como objeto de análisis táctico

Considerar la derecha invertida como un nuevo reto de análisis de la estrategia y la táctica en el tenis desde el fondo de la pista está basado en la relación de la planificación táctica con la consecuencia derivada tras la misma. El desarrollo táctico de la derecha invertida ofrece al jugador una nueva posibilidad de golpear la pelota hacia nuevas direcciones y ángulos más

abiertos, permitiéndole a priori, jugar de una forma más ofensiva.

A lo largo del siglo XX, la derecha invertida se utilizó ya en los años 60, como era el caso de Neale Fraser (1960) y Manuel Santana (1966) quienes la emplearon principalmente para restar el servicio en el lado de la ventaja. En los años 70, la derecha invertida no sólo se empleaba al resto como en el caso de Stan Smith (1972), sino también durante el peloteo. El caso más destacable es el de Björn Borg, quien desde sus inicios en 1973, ya utilizaba la derecha invertida en los largos peloteos, si bien, sin la intencionalidad ofensiva actual (Figura 2).



Figura 2. Björn Borg

En los años 80, la derecha invertida surge con una intencionalidad de juego de ataque, pero centrada sobre todo en el cambio de ritmo durante el peloteo. Iván Lendl o Boris Becker, serán referentes a tener en cuenta (años 90). Pero el cambio más significativo se producirá en el nuevo milenio, los jugadores que encabezan el ranking de la ATP, representan un nuevo modelo de jugador que se adapta mejor a todas las superficies, ejemplos como Novak Djokovic, Rafael Nadal, Roger Federer o Andy Murray, con victorias en todo tipo de superficies, confirman que nos encontramos ante un jugador más versátil. Se trata de jugadores más polivalentes, el llamado "tenista total" o con un patrón de juego completo nos presenta a un jugador que pueda ganar en cualquier tipo de superficie.

Otro de los cambios descritos, es el aumento de forma progresiva del número de peloteos. En la actualidad, se observa que se juega más tiempo desde la línea de fondo. Los jugadores desde su ubicación estratégica desde el fondo de la pista, han adquirido un nuevo patrón de juego que les permite, afrontar golpes de forma ofensiva buscando nuevos ángulos, a mayor velocidad (Takahashi, Wada, Maeda, Kodama, Nishizono y Kurata, 2009).

Es aquí donde la derecha invertida ha irrumpido en el circuito con más fuerza, en esta última década. Cada vez son más los tenistas que emplean este gesto técnico, siendo un golpe que provoca el "desequilibrio" durante el intercambio de golpes (peloteo), como se describirá con posterioridad.

Los jugadores han ido incorporando la derecha invertida cada vez con más frecuencia a su patrón de juego. En la actualidad, todos los jugadores poseen este gesto técnico como uno más en su bagaje motriz. No podría entenderse el tenis actual sin el empleo de la derecha invertida, en sus dos versiones: cruzada y paralela.

Estrategia de la derecha invertida

El empleo de la derecha invertida a nivel estratégico supone una nueva aportación en cuanto a la distribución espacial, dirección e intencionalidad de los golpes de derecha desde el lado izquierdo. La ejecución del golpe requiere un desplazamiento rápido hacia la izquierda. Suele ejecutarse cuando la pelota llega desde el revés del contrario, permitiéndole proporcionar mayor velocidad a la pelota.

Por el contrario, al desplazarse hacia la izquierda se deja mayor campo abierto en el lado derecho de modo que si el golpe no tiene intencionalidad ofensiva (potencia y colocación), el adversario puede sorprender con un golpeo abierto sobre la derecha.

A este respecto, se observa que la mayoría de los jugadores del circuito ATP se han desplazado lateralmente desde el centro de la pista de tenis de 90 a 150 centímetros hacia su izquierda (Kovacs, 2009). Estratégicamente les supone poder golpear a la pelota con el gesto de derecha, podría decirse que ha habido una "descentralización" de más de las dos terceras partes de la pista lateralmente. Este nuevo espacio "ganado" a la pista, es el idóneo para ejecutar el desplazamiento hacia la parte izquierda. Se trata de un movimiento más amplio que permite que la velocidad de la cabeza de la raqueta aumente continuamente durante todo el swing y hace que la transferencia de energía a la pelota sea más fluida y de mayor velocidad.

En el caso de ser un jugador con mejor derecha que revés, no sólo se emplea para "cubrirse" el lado izquierdo, sino para contrarrestar los envíos continuados. Ejemplos, como los enfrentamientos entre Roger Federer contra Rafael Nadal, se ha constatado la reubicación estratégica de Federer sobre su lado izquierdo, ya que el golpeo de derecha cruzada liftada de Nadal sobre el revés (a una mano), le provoca numerosos errores a Federer.

La táctica de la derecha invertida

El análisis del rendimiento tiene su importancia en el análisis de las tácticas de los jugadores. Los jugadores nunca juegan contra un adversario "promedio" en una superficie de pista "promedio" con pelotas "promedio". Esta variabilidad de factores confluyen a lo largo de un partido de tenis que condicionan considerablemente las decisiones a tomar. Por lo tanto, es importante que los perfiles de jugador representen

las tácticas de los jugadores en los diferentes tipos de situación competitiva.

En cuanto a la derecha invertida, tácticamente se emplea en las jugadas que se mantiene el fijo de revés, es decir, los tenistas se intercambian golpes de revés a revés de forma seguida y la derecha invertida le permite golpear con su derecha en la zona de revés, consiguiendo dotar de mayor potencia al gesto técnico, al tiempo que se abren ángulos más abiertos con los que sorprender al contrincante. Esta acción puede continuarse con un cambio de dirección sobre el lado derecho o bien con un nuevo golpe dirigido a la misma zona (contrapié) (Figura 3).

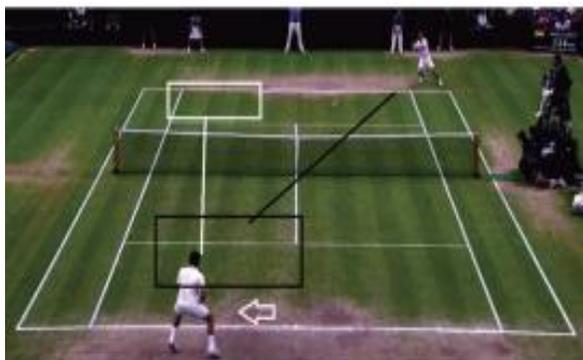


Figure 3. The tactics of the inside out forehand.

APLICACIONES PRÁCTICAS

A continuación, se presentan distintos ejercicios en pista con objetivos fundamentalmente tácticos que pretenden acercar al ámbito práctico los aspectos fundamentales del objeto de nuestro estudio, la derecha invertida en el tenis masculino.

Ejercicio 1

Objetivo: Trabajo del juego de pies específico, el golpeo y la dirección del golpe de derecha invertida en situación semiabierta.

Lugar y material: Pista de tenis, cesto de pelotas, raquetas.

Metodología: Peloteo con el entrenador.

Descripción: El entrenador situado en la otra mitad de la pista en la zona de la red pelotea de volea con el jugador para que este realice el movimiento hacia la pelota con el juego de pies adecuado. El entrenador volea un mínimo de cuatro pelotas por serie a distintas zonas de la pista pero preferentemente a la zona izquierda. El jugador golpeará todas las pelotas de derecha invertida hacia el entrenador para que este se las devuelva de volea (Figura 4).

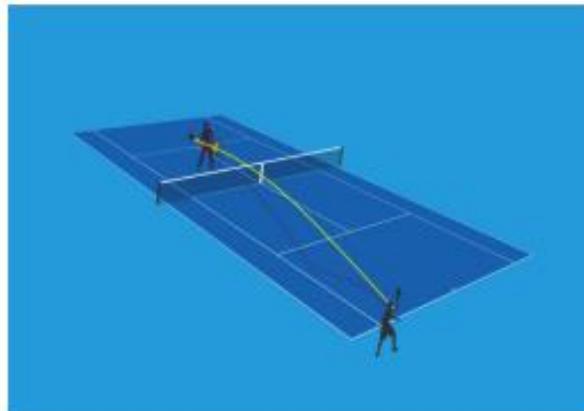


Figura 4. Ejercicio 1.

Ejercicio 2

Objetivo: Trabajo del juego de pies, el golpeo y la dirección de la derecha invertida en función de la indicación previa.

Lugar y material: Pista de tenis, cesto de pelotas, raquetas.

Metodología: Lanzamiento del entrenador con la cesta.

Descripción: El jugador situado en el fondo de la pista, ejecutará una derecha invertida, realizando un gesto previo según las indicaciones del entrenador, salto a pies juntos, pisar la línea lateral del campo,... por medio de números, palabras, cálculo matemático, gestos con la mano,... (Figura 5).

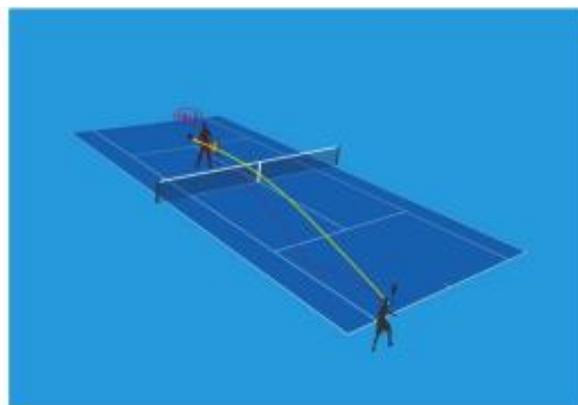


Figura 5. Ejercicio 2.

Ejercicio 3

Objetivo: Trabajo del juego de pies, el golpeo y la dirección de la derecha invertida en función del estímulo visual.

Lugar y material: Pista de tenis, cesto de pelotas, conos, raquetas.

Metodología: Lanzamiento del entrenador con la cesta.

Descripción: El jugador realizará la derecha invertida en función de la disposición de los conos situados en la pista. Pueden colocarse conos de distintos colores, según sea el color de éstos, se jugará la derecha invertida en dirección paralela o cruzada (Figura 6).



Figura 6. Ejercicio 3.

Ejercicio 4

Objetivo: Trabajo del juego de pies específico, el golpeo y la dirección del golpe de derecha invertida en situación abierta.

Lugar y material: Pista de tenis, cesto de pelotas, raquetas.

Metodología: Peloteo entre los jugadores.

Descripción: Los jugadores se colocan a ambos lados de la pista. El entrenador se coloca en un lateral de uno de los lados. El entrenador inicia el peloteo lanzando desde la cesta una pelota a la zona izquierda de uno de los jugadores. Este jugador ha de jugar de derecha invertida y su contrario debe hacer lo mismo. Se disputa el punto una vez pasadas 6 pelotas sin fallar (Figura 7).



Figura 7. Ejercicio 4.

El peloteo con la derecha invertida en dirección diagonal desde las zonas exteriores de la pista constituye un ejercicio específico para el trabajo de los apoyos, puesto que el jugador debe desplazarse lateralmente orientando su cuerpo en función de la dirección de la pelota. Como indica Groppe

(1993), el desplazamiento lateral del tenista está basado en el juego de pies que determina la posición del golpeo.

CONCLUSIONES

El único estudio científico realizado sobre la derecha invertida en el tenis profesional masculino ha concluido que el mayor número de golpes de derecha invertida se realiza en la dirección diagonal. Sin embargo, el mayor número de golpes ganadores se realiza en la dirección paralela. Además, se ha concluido que los datos han demostrado que los tenistas que realizan un mayor número de derechas invertidas, son los jugadores que ganan el partido. Del mismo modo, los jugadores que realizan un mayor número de golpes ganadores con derecha la invertida, ganan el partido (Martín-Lorente, E.; Campos, J.; & Crespo, M., 2017).

REFERENCIAS

- Brabenec, J. (2000). Why the forehand is a key stroke, *ITF Coaching and Sport Science Review*, 21, 11-13.
- Groppe, J.L. (1993). *Tenis para jugadores avanzados*. Madrid: Gymnos.
- Kovacs, M. (2009). Movement for tennis: the importance of lateral training. *Strength and Conditioning Journal*. Volume 31, Cap.4. <https://doi.org/10.1519/SSC.0b013e3181afe806>
- Martín-Lorente, E.; Campos, J.; & Crespo, M. (2017). The inside out forehand as a tactical pattern in men's professional tennis, *International Journal of Performance Analysis in Sport*, Vol. 17, Iss. 4. <https://doi.org/10.1080/24748668.2017.1349528>
- Takahashi, H., Wada, T., Maeda, A., Kodama, M., Nishizono, H., & Kurata, H. (2009). Time analysis of three decades of men's singles at Wimbledon. En: A. Lees, D. Cabello y G. Torres (Eds), *Science and racket sports, IV*, (pp. 239- 245). London, England: Rutledge.

CONTENIDO ITF ACADEMY RECOMENDADO (HAZ CLICK ABAJO)



Derechos de Autor (c) 2018 Encarna Martín, José Campos y Miguel Crespo



Este texto está protegido por una licencia [Creative Commons 4.0](https://creativecommons.org/licenses/by/4.0/).

Usted es libre para Compartir —copiar y redistribuir el material en cualquier medio o formato— y Adaptar el documento —remezclar, transformar y crear a partir del material— para cualquier propósito, incluso para fines comerciales, siempre que cumpla la condición de:

Atribución: Usted debe dar crédito a la obra original de manera adecuada, proporcionar un enlace a la licencia, e indicar si se han realizado cambios. Puede hacerlo en cualquier forma razonable, pero no de forma tal que sugiera que tiene el apoyo del licenciante o lo recibe por el uso que hace de la obra.

[Resumen de licencia](#) - [Textocompletodela licencia](#)