



El tenis femenino pasado, presente y ¿Futuro?

Carlos Rodríguez.

Academia de tenis Carlos Rodríguez.

RESUMEN

Partiendo de la experiencia en el circuito profesional femenino del autor, quien ha sido entrenador de Justine Henin, una de las grandes campeonas de toda la historia del tenis, en el presente artículo se analiza la trayectoria del tenis femenino profesional internacional a partir de los años 90. Se explican las características del tenis en esa etapa y se comenta la transición sufrida por el tenis femenino a finales del s. XX en la que destaca la importancia de la velocidad y la potencia del tenis femenino moderno. Además, se comentan los aspectos que definen el tenis femenino profesional en la actualidad y la necesidad de prestar una atención especial a la etapa formativa de la tenista..

Palabras clave: Táctica, Femenino, Alto nivel, Evolución.

Recibido: 16 de enero de 2012

Aceptado: 15 de marzo de 2012

Autor correspondiente: Carlos Rodríguez, Academia de Tenis Carlos Rodríguez,

Email:

andresbruno@hotmail.com

INTRODUCCIÓN: EL TENIS FEMENINO EN LOS AÑOS 90

En esta primera parte del presente artículo vamos a analizar el tenis femenino a partir de los años 90. En estos años la particularidad más llamativa que se podía observar en el tenis de las 10 primeras mejores jugadoras del mundo, fundamentalmente con respecto a la táctica, era la variedad de estilos y juegos diferentes.

En esa época el circuito estaba dominado por jugadoras como Steffi Graf, Gabriela Sabatini, Martina Navatilova, Mónica Seles, Arantxa Sánchez, Jana Novotna, Mary Joe Fernández, Conchita Martínez etc., como ejemplo de tenistas que tenían diferentes estilos de juego.

La mayoría de estas jugadoras, con algunas excepciones, podía rendir relativamente a un gran nivel en todas las superficies. En los años 90, la velocidad del juego era un factor determinante debido a que cada una de estas jugadoras podía desarrollar una riqueza táctica que le permitía aplicar una estrategia de juego bien definida. ¿Cuál era la consecuencia de estos patrones de juego? Gracias a la diversidad de los estilos de las distintas tenistas, el nivel de cada una de estas jugadoras fue mejorando y evolucionando durante muchos años.

Al mismo tiempo, desde el punto de vista de nuestro deporte como espectáculo de masas, el tenis femenino era interesante y atractivo para el espectador debido a que, no solamente se identificaba a una jugadora por su nombre o su nacionalidad, sino también por su estilo de juego.

LA TRANSICIÓN DE FINALES DEL S.XX

Al final de la década de los 90 el tenis comienza a evolucionar de forma que pasa a estar más basado en la fuerza y en la velocidad del juego. A este proceso contribuyó enormemente la evolución del material; pelotas más rápidas y más elásticas, raquetas mucho más ligeras capaces de impartir más efecto y velocidad a la pelota, etc.

La consecuencia principal de esta evolución es que gradualmente las nuevas generaciones de jugadoras se empezaron a formar con un patrón de juego dominante más basado en la fuerza y la velocidad de los golpes que en los aspectos tácticos y la comprensión del juego (Van Aken, 2002).

Las tenistas tenían que jugar todos los golpes de manera mucho más rápida y con mucha más fuerza antes de pensar donde se tenía que jugar la pelota y porque. Al mismo tiempo esto aumenta la importancia de la forma y la preparación física lo cual se demuestra durante toda la década del 2000 la dificultad que tienen las jugadoras para poder terminar una temporada sin lesionarse (Pluim, 1999).

La explicación de este fenómeno es relativamente simple, la necesidad de responder al aumento en la velocidad y la potencia de juego fue mucho más rápida que la evolución física que tuvieron que sufrir las jugadoras para adaptarse a esas nuevas exigencias. En ese momento se mostró de manera absolutamente clara que la jugadora de tenis estaba obligada a convertirse en una verdadera atleta.

EL TENIS FEMENINO EN LA SEGUNDA DÉCADA DEL S.XXI

Veinte años más tarde cuando observamos los patrones de juego de las mejores tenistas del mundo constatamos que muchas cosas han cambiado en el tenis femenino:

Por un lado se observa mucha menor variedad táctica ya que se puede comprobar que hay menos estilos de juego diferentes. ¿Cómo podemos saberlo? Baste analizar los partidos y se concluye que la "fisionomía" de los mismos es muy similar a la del período anterior pero cuando observamos la violencia y velocidad de juego la diferencia entre una y otra etapa en el tenis femenino es enorme (Morris, 2005).



La tremenda mejora de las cualidades físicas de las tenistas ha hecho que las jugadoras que disputan el circuito profesional femenino hoy en día sean atletas completas y totales. De todas formas, al mismo tiempo que constatamos el hecho anterior, también podemos observar que para estas grandes jugadoras sigue siendo bastante difícil controlar la velocidad y la potencia del juego. ¿Por qué sucede esto? Porque el tenis femenino profesional actual es gradualmente más rápido, los intercambios de puntos son más cortos y, al mismo tiempo, pero mucho más intensos (Martens & Maes, 2005).

Desde mi punto de vista como entrenador de jugadoras de tenis profesionales, este fenómeno tiene su origen en el proceso de formación táctica y técnica de las jugadoras a largo plazo. Como punto de partida, es importante resaltar que creo que realmente las mejores jugadoras del mundo en la actualidad tienen el mismo o mayor talento que las tenistas de hace 20 años.

LA IMPORTANCIA DE LA ETAPA FORMATIVA: EL EJEMPLO DE JUSTINE HENIN

Basándome en mi trabajo con Justine Henin y en mi experiencia como entrenador de alto nivel especializado en el tenis femenino, la gran diferencia que constato es que hoy en día, las tenistas no tienen el tiempo o no se les concede el tiempo necesario (durante la parte más importante de su formación

que ha de ser entre los 7 y los 14 años) (Kopsic & Segal, 1996) para desarrollarse.

Este período de formación es fundamental para que las tenistas adquieran y desarrollen los tres elementos más importantes que, en mi opinión, toda jugadora debe trabajar a lo largo de toda su formación para poder obtener el máximo de su potencial táctico, técnico y físico y, de esta forma, ser capaz de enfrentarse a todas las clases y tipos de juegos diferentes al haber adquirido una gran capacidad de adaptación que solo puede aprenderse durante ese período.



Los tres elementos fundamentales a los cuales me refiero, son los siguientes:

- el ojo necesario para poder tener la percepción, la anticipación y la comprensión del juego imprescindible para leer fácilmente el juego del adversario,
- los pies para desplazarse con mucha velocidad siguiendo siempre la trayectoria más corta entre el jugador y la pelota, y de esta forma ser capaz de llegar en las mejores condiciones para pegarle a la pelota, y finalmente
- la inteligencia de la mano para poder materializar todas las ideas de genio que todas estas jugadoras de alto nivel tienen.

No podemos olvidarnos de un aspecto fundamental en el tenis: que se trata de un juego en el que la técnica y la forma física son los medios que tiene que a su disposición la tenista para para aplicar sus ideas (es decir, la táctica).

Una vez que estos tres elementos han sido desarrollados a lo largo de su formación la jugadora continuará su evolución táctica, técnica, física y mental de la forma en la que lo ha hecho Justine Henin.

Justine comenzó su aprendizaje en el tenis con la metodología del mini-tenis (también denominado "tenis evolutivo" hasta aproximadamente los 10 años. el cual le dio el tiempo necesario para poder fijar las buenas bases tácticas y técnicas

gracias al material adaptado (pelotas, cancha y raqueta) y poder así crecer física, táctica y técnicamente en armonía.

CONCLUSIONES: EL TENIS FEMENINO EN EL FUTURO

Finalmente los que todos nos preguntamos hoy es: ¿Qué nos preparará el tenis femenino para el futuro?

Desde mi punto de vista observo que gradualmente el tenis femenino está empezando a encontrar soluciones y adaptaciones para intentar jugar utilizando diferentes alternativas al uso de la fuerza y de la potencia debido a que, obviamente, los extremos nunca fueron ni serán buenos.

Todos sabemos que los campeones no nacen, sino que se hacen. Debido a esto, considero que la responsabilidad de cada uno de nosotros (entrenadores y formadores) es comprender que la victoria es importante pero no del todo suficiente. Si queremos que el tenis femenino siga siendo atractivo y continúe despertando el interés colectivo es necesario que evolucione de forma correcta. Las características y el proceso de esa adecuada evolución son de nuestra entera responsabilidad y para ello debemos seguir trabajando teniendo clara la importancia del progresivo desarrollo a largo plazo de la tenista.

REFERENCIAS

Kopsic, D. & Segal, F. (1996). How to develop female tennis players, *ITF Coaching and Sport Science Review*, 9, 5-6.

Martens, S & Maes, C. (2005). Periodisation for professional female tennis players, *ITF Coaching and Sport Science Review*, 36, 13-15.
 Morris, C. (2005). Periodisation for 18&under female players, *ITF Coaching and Sport Science Review*, 36, 7-8.
 Pluim, B. (1999). Conditioning and medical aspects on the female tennis player, *1 ITF Coaching and Sport Science Review*, 8, 15-17.
 Van Aken, I. (2002). Tactics specific to the female game, *ITF Coaching and Sport Science Review*, 27, 13-14.

CONTENIDO ITF ACADEMY RECOMENDADO (HAZ CLICK ABAJO)



Derechos de Autor (c) 2012 Carlos Rodríguez



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](#) - [Texto completo de la licencia](#)