

El golpe de derecha a dos manos (2ª parte).

Alain Mourey.

Federación Internacional de Tenis.

RESUMEN

Este artículo es la continuación de uno anterior publicado en la edición 55 de la CSSR de la ITF. Esta segunda parte trata del cambio del golpe de derecha a dos manos en lugar del golpe de derecha a una mano y comenta las críticas que ha recibido. El punto fundamental de este artículo es la consideración del golpe de derecha a dos manos como solución para corregir una derecha a una mano con imperfecciones. Finalmente, se comenta también la lateralidad como característica de los jugadores que utilizan este golpe.

Palabras clave: Técnica, Golpe de derecha a dos manos, Metodología de enseñanza.

Recibido: 12 de Noviembre de 2012

Aceptado: 7 de Junio de 2012

Autor correspondiente: Alain Mourey, Federación Internacional de Tenis.

Email: edwige.mourey@nordnet.fr

EL CAMBIO DEL GOLPE DE DERECHA A DOS MANOS EN LUGAR DEL GOLPE DE DERECHA A UNA MANO UN CAMBIO SENCILLO

+ Manos juntas: ¡Solamente debes retirar la mano izquierda! De ahí, el interés particular que demuestran los entrenadores por esta empuñadura.

+ La mano derecha sobre la mano izquierda: La mano derecha se ubica naturalmente más abajo en el mango para la ejecución del golpe a una mano (al comienzo el niño acerca su mano al corazón de la raqueta, por practicidad, más que por fuerza).



Figura 1. Ludovic pegando un golpe de derecha (empuñadura en la parte inferior del mango).

+ La mano derecha en la parte inferior del mango, la mano izquierda arriba: Cambiar de una a dos manos es mucho más

fácil pues la mano derecha está ya en la mejor posición para realizar un golpe a una mano (mientras que la preparación para el golpe a dos manos complica la fluidez del movimiento ("swing")).

Observación: Cuando un niño utiliza la empuñadura a una mano, lo hace o bien durante todo el movimiento completo (desde la preparación hasta la terminación) o parcialmente, tomando la raqueta con la otra mano nuevamente, hacia el final.

Los entrenadores deben estar seguros de que estos procedimientos respetan los fundamentos del golpe verificando su eficiencia técnica y táctica.

EL GOLPE DE DERECHA A DOS MANOS COMO SOLUCION PARA CORREGIR UN GOLPE DE DERECHA A UNA MANO CON IMPERFECCIONES

El golpe de derecha a dos manos puede ayudar a corregir varios aspectos de un golpe de derecha aprendido incorrectamente.

- La amplitud excesiva durante la preparación del golpe (excesiva convexidad y/o posición de la raqueta y brazo mucho más allá de la línea de hombros al final de la preparación): una preparación con ambas manos limita naturalmente la amplitud de la preparación.

- La falta de tono en la muñeca durante la preparación y el impacto con la pelota: con el golpe de derecha a dos manos las muñecas están más firmes durante la preparación y con más tono durante la terminación.

- Posición incorrecta: con la derecha a una mano el niño puede confiar más en sus brazos que en sus piernas para alcanzar la pelota. Los golpes a dos manos fuerzan a utilizar un juego de pies más activo y a realizar ajustes más precisos para alcanzar la pelota (debido a la conexión entre los brazos y el cuerpo).

- Zona de impacto demasiado lateral: ya sea por una excesiva preparación o por una falta de dinamismo en el golpe (sólo golpeado con el brazo, sin impulso de piernas ni rotación de caderas, hombros, etc.). Los golpes a dos manos facilitan la rotación para golpear la pelota delante del cuerpo.

- El codo lejos del cuerpo en el momento del impacto: cuando el brazo se aleja demasiado del cuerpo- ya sea durante la preparación o al final del golpe, pero particularmente en el momento del impacto con la pelota- el golpe no puede combinar la fuerza de los brazos y de las piernas. Sin embargo, con el golpe de derecha a dos manos es más fácil mantener los codos cerca del cuerpo durante todo el movimiento.

- Un golpe de compensación con un efecto cortado sin intención: Debido a todas las razones mencionadas anteriormente, pero también por la potencia adicional lograda al utilizar ambos brazos, los golpes de derecha a dos manos facilitan el imprimir a la pelota un efecto hacia arriba.

CONCLUSION

A la luz de lo expresado anteriormente, el golpe de derecha a dos manos no es una solución milagrosa: es inútil si se evalúa incorrectamente la trayectoria de la pelota o si las capacidades físicas son limitadas... Sin embargo, un jugador menos habilidoso tiene mayores posibilidades de alcanzar la pelota y golpear con precisión utilizando este golpe.

Es un punto de partida ideal para asegurar desde el inicio del proceso de aprendizaje una buena alineación de hombros, una posición de los codos cerca del cuerpo, tanto para la preparación como la terminación, un movimiento de rotación más suave, etc. Es similar al golpe de derecha a una mano en términos del movimiento del brazo y es fácil cambiar de una a otra.

El hecho es, sin embargo, que muchos jugadores muestran una marcada lateralidad, tienen un brazo más fuerte que el otro, un

ojo dominante que afecta más o menos la orientación del cuerpo, un juego de pies débil, etc.

Una vez superada la etapa de iniciación, es tarea del entrenador guiar al jugador para que realice golpes eficientes (a dos manos o a una mano) en las más diversas condiciones de juego.

En el más alto nivel, el golpe de derecha a dos manos de un jugador como Santoro nunca fue un "arma" real. Sin embargo, con su técnica a dos manos, Santoro creaba problema a los mejores jugadores (incluyendo a Federer) pues su juego estaba basado en el toque, la precisión y la profundidad. En cambio, Marion Bartoli ejecuta sus golpes de derecha con mucha potencia y golpea la pelota pronto... ¿Quién podrá decir si en el futuro los golpes de derecha y revés a dos manos no serán la solución para contrarrestar la extraordinaria potencia de los mejores servidores del mundo?

Nota de publicación:

Este artículo es un extracto de « Le point sur l'apprentissage du tennis, Du plaisir de la découverte à la maîtrise du jeu » y se imprime con permiso del autor.

CONTENIDO ITF ACADEMY RECOMENDADO (HAZ CLICK ABAJO)



Derechos de Autor (c) 2012 Alain Mourey



Este texto está protegido por una licencia [Creative Commons 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](#)