

¡Variad!

Colección: "Hablemos de Técnica"

Autor: Gérard Le Roy
Profesor de Deporte en el Creps de Mâcon (Francia)
Director Técnico Nacional de Catalunya de 1987 a 1992
Traducción: Joan Arnau
Escola Catalana d'Entrenadors
Federació Catalana de Tennis de Taula

¡VARIAD!

Desde que se aprende a darle rotación a una pelota, ya sea de top-spin o de pasada de pelota, o incluso en defensa cortada, es necesario aprender al mismo tiempo a darle más o menos rotación, en diferente grado, porque este aprendizaje se revelará muy eficaz rápidamente.

Efectivamente, tomando como ejemplo el caso de la pasada de pelota cortada. Se puede:

- Empujar por detrás la pelota con la pala inclinada (45° más o menos):
 - La pelota es "sin efecto"
- Rascar fino por debajo la pelota acelerando más o menos para cortar
 - La pelota es cortada

Pero además de la variación cortada / sin efecto, se puede, cortando la pelota, darle más o menos efecto:

Imaginemos el efecto máximo que se le puede dar a la pelota. Consideremos esta rotación como del "100%". Nos podemos imaginar que podemos darle rotaciones iguales al 20%, 40%, 60% de este máximo. ¡Y es aquí que la variación se vuelve interesante!

Mientras que el adversario verá fácilmente una variación simple "cortada / sin efecto", le será mucho más difícil de apreciar finamente la cantidad de efecto que le habéis dado.

Así pues, cuando trabajéis la pasada de pelota cortada, pensad en buscar rotaciones del tipo 20%, 40%, 60%, más que en conseguir pelotas muy cortadas o sin ningún efecto.

Es lo mismo para la defensa cortada: buscad una pelota mediana, con digamos, el 50% de la rotación máxima que podáis dar. Esta rotación os servirá de referencia y será vuestra "rotación de base". Y a partir de esta referencia, podréis darle más o menos efecto a la pelota, lo cual será más difícil de detectar para vuestro adversario.

Para el top-spin es aún más claro: mientras que es difícil ejecutar un "falso top", es muy fácil intentar darle más o menos efecto. Buscad un top mediano (50% de vuestra rotación máxima), y variad alrededor de esta referencia.

¡Variad!

Colección: "Hablemos de Técnica"

Autor: Gérard Le Roy
Profesor de Deporte en el Creps de Mâcon (Francia)
Director Técnico Nacional de Catalunya de 1987 a 1992
Traducción: Joan Arnau
Escola Catalana d'Entrenadors
Federació Catalana de Tennis de Taula

Veréis, conseguiréis rápidamente comunicarle velocidades de rotación muy diferentes, sin que el adversario las pueda detectar a tiempo.

A menudo os preguntaréis respecto a la oportunidad de empezar a variar desde el aprendizaje. Se podría creer, en efecto, que es necesaria una gran experiencia para abordar esta práctica. De ninguna manera: la capacidad de medir un acto motriz es una parte constitutiva del aprendizaje: cuando empezéis con el tenis de mesa, le pediréis al debutante que tire la pelota más o menos fuerte, más o menos alta. Podéis pedirle que haga girar la pelota más o menos rápido.

Gérard Le Roy
Abril 2006