



## PÍLDORA FORMATIVA-I

### "CARACTERÍSTICAS DIFERENCIADORAS"

El *Pickleball* es un **deporte de pala** que se juega utilizando una pelota agujereada, con una red similar a la del tenis y en una pista de dimensiones iguales a una pista de bádminton dobles. Se juega con una pala ligera, más grande que la de ping-pong y más pequeña que la de pádel.



Una de las principales características que tiene el *Pickleball* es su doble faceta recreativa y competitiva. Podemos practicarlo como un deporte **recreativo** ya que es de **fácil aprendizaje**, de **bajo nivel de frustración** y se caracteriza por unos **peloteos largos**. Además, las normas del juego establecen que todos los puntos son tratados del mismo modo sin importar su trascendencia. El primer punto del partido es tan importante como el último.

Y puede ser **competitivo** porque llegados a este nivel de juego, el partido habrá que ganarlo aplicando técnica y táctica. Como no hay ventaja con el servicio o con el resto, habrá que demostrar que juegas mejor que el oponente.

Ahora bien, por qué decimos que es un juego de peloteos largos ??

La respuesta está en una serie de normas que lo diferencian de otros deportes de pala/raqueta y que vamos a detallar a continuación.



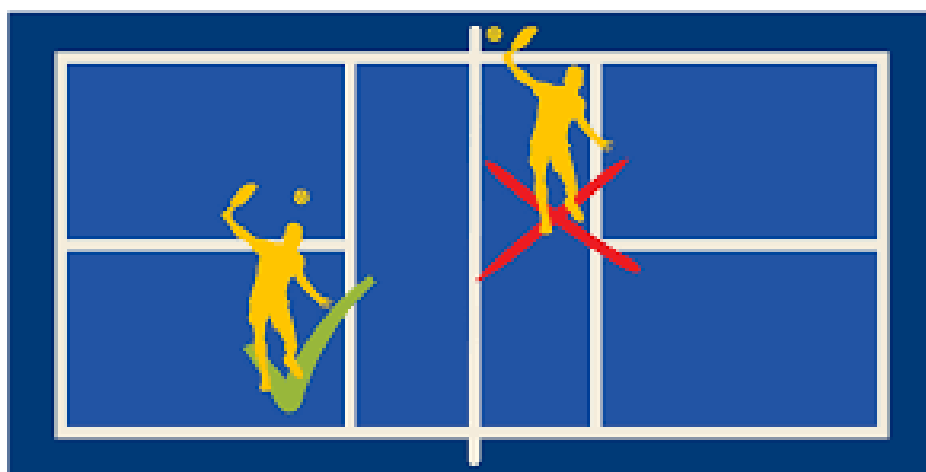
### Saque en el inicio del partido

En dobles, cada equipo tiene dos oportunidades de saque antes de perder el servicio y tener que pasárselo al equipo contrario. Pero hay una **excepción**: al **inicio del partido**, el equipo que sirve **sólo tiene una oportunidad de saque**, en vez de las dos oportunidades que sí tendrá durante el resto del partido. Por eso la puntuación que se canta en ese momento es 0-0-**2**, significando el 2 que "ya se está con la segunda oportunidad de saque". Si se pierde el punto, el servicio pasará al equipo oponente.

De esta manera es **más difícil coger ventaja con el saque** nada más empezar el partido.

## Zona de No Volea (ZNV)

Dado que la red tiene una menor altura con respecto a otros deportes de pala/raqueta, se establece un área llamada Zona de No Volea (popularmente conocida como "la cocina"), en la que sólo se puede golpear la pelota si ésta ha botado previamente.

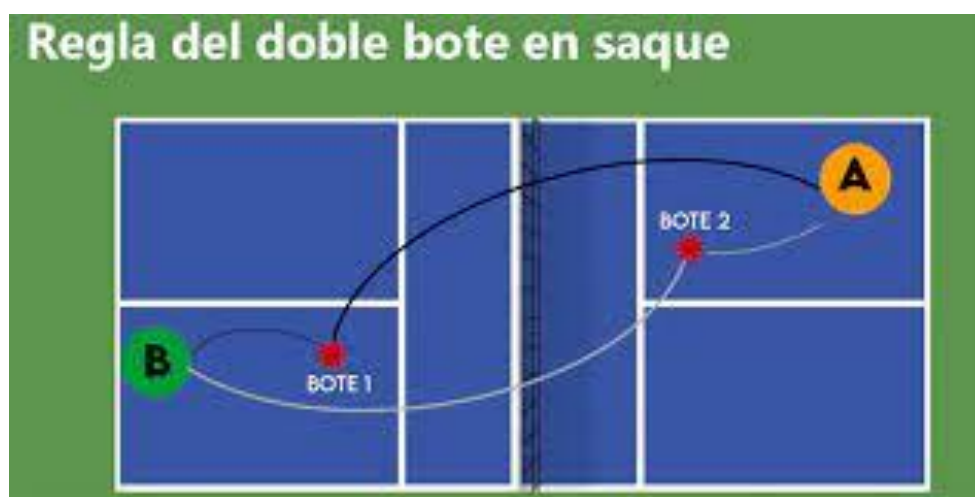


De esta manera se evita que podamos "fusilar" al oponente con voleas (golpear la pelota antes de que ésta bote en el suelo) cerca de la red.



## Regla del doble bote

Una vez efectuado el servicio, la pelota **debe botar en ambos lados de la cancha antes de que se pueda volear** (golpear la pelota en el aire antes de que bote en el suelo). Es decir, si p.ej. el equipo A efectúa el saque, la pelota debe botar primero en el lado del equipo B, después debe botar en el lado del equipo A y entonces ya se podría volear a partir del tercer golpe.



Con esta regla se quiere evitar que el equipo que resta pueda conseguir un punto efectuando ya de inicio una volea o que el equipo que sirve haga una volea aprovechando un resto defectuoso del equipo restador. De esta forma **se consigue que cada punto en juego sea más largo**.

## Silla de ruedas

Los jugadores/as que usan silla de ruedas pueden participar en torneos, en la modalidad de dobles, con otro jugador/a que no use silla de ruedas.

Los jugadores/as que juegan en silla de ruedas pueden dejar **botar la pelota dos veces** antes de devolverla.

