

Asociación Española de Pickleball

Dossier de presentación

INTRODUCCIÓN AL PICKLEBALL



¿QUÉ ES EL PICKLEBALL?

Deporte de raqueta que combina elementos del tenis, pádel, bádminton y ping pong. Fácil de aprender, de ritmo rápido, muy divertido de jugar y adecuado para todo tipo de jugadores independientemente de su edad, condición, habilidades o forma física

TENIS



TENIS DE MESA



BADMINTON



PÁDEL



Historia y evolución



1965

Creado en los Estados Unidos durante el verano de 1965 en Bainbridge Island, cerca de Seattle, por el congresista Joel Pritchard, Bill Bell, Jordania Steranka y Barney McCallum.



En los primeros años, el pickleball fue practicado por las familias en sus patios traseros en una superficie dura, en la calle o en cualquier otro lugar en el que podían encontrar una superficie plana.

Años 70

Durante la década de los 70, pasó de ser una actividad originariamente familiar a un deporte de raqueta con unas reglas formales.

Actualidad

Hoy en día el pickleball se juega en escuelas, clubes y centros polideportivos en diferentes países alrededor del mundo, donde destacan por su importancia Estados Unidos, donde es considerado como el deporte de mayor crecimiento de los últimos años.





¿QUE SE NECESITA PARA JUGAR?

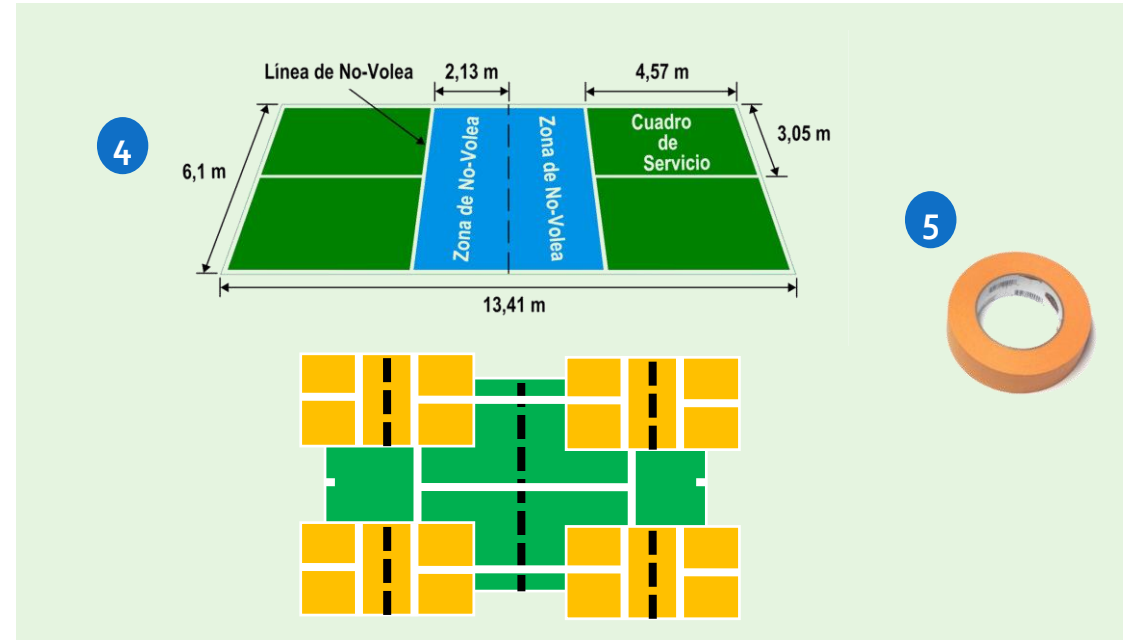
Equipamiento sencillo y económico. No requiere de instalaciones específicas, pudiendo aprovechar las ya existentes en la mayoría de clubes deportivos y colegios

Equipamiento



- 1 PALA:** Muy ligeras y de fácil manejo, fabricadas en madera o compuesto de alta tecnología. Su precio oscila entre 20 € y 150 €
- 2 PELOTA:** De plástico perforado, con entre 7 y 7,5 cm de diámetro y un peso de entre 22 y 26 gramos.
- 3 RED PORTATIL:** Similar a las utilizadas para tenis y pádel. Fácil montaje y desmontaje, en menos de 5 minutos

Instalaciones



- 4 PISTA:** Mismo tamaño de una pista de bádminton de dobles (6,10 m de ancho por 13,41 m de largo). Cualquier instalación, tanto indoor como outdoor, de superficie rígida y lisa, como pabellones, patios de colegio o pistas de tenis puede ser adaptada fácilmente para la práctica del deporte.
- 5 CINTA:** Permite marcar las líneas de la pista de forma sencilla y económica en cualquier superficie.

1 pista de tenis
=
4 pistas pickleball



¿CÓMO SE JUEGA?

Se puede jugar tanto en **dobles** como en **individuales**

Los partidos juegan al mejor de **3 sets de 11 o 15 puntos**. Sólo sube el punto el marcador cuando se gana el punto con el saque en posesión

Los partidos tienen una duración aproximada de **30-45 min**



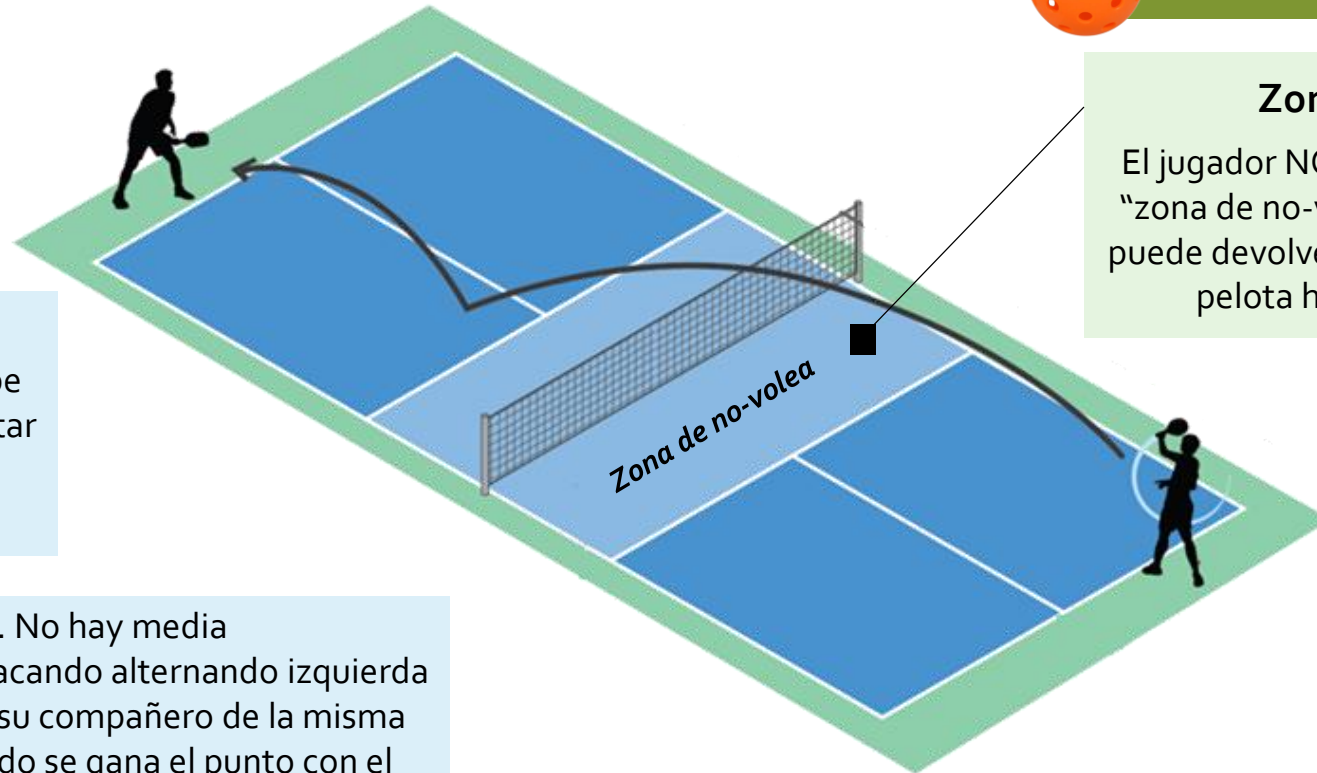
El saque

Golpeo bajo:

La pelota se saca desde abajo sin botarla

El servicio empieza desde el fondo en el lado derecho y debe pasar por encima de la red y botar en el cuadrado de saque diagonalmente opuesto

Sólo hay un saque. No hay media El que sirve, si gana, continua sacando alternando izquierda y derecha. Si lo pierde servirá su compañero de la misma manera. Sólo se puntúa cuando se gana el punto con el saque. Cuando se pierda de nuevo el equipo contrario recuperará el saque.



Reglas especiales

Zona de No-Volea:

El jugador **NO** puede volear dentro de la "zona de no-volea" o "cocina", aunque si puede devolver la pelota en esta zona si la pelota ha botado previamente

Regla de doble bote:

Es necesario dejar botar el resto. La pareja que sirve podrá volver a golpear la pelota después que haya botado en su campo obligatoriamente



UN DEPORTE PARA TODOS

El pickleball es un deporte totalmente inclusivo, perfecto para personas de todas las edades y habilidades.

Por su facilidad de juego y aprendizaje es adecuado para la práctica de niños, jóvenes, adultos y mayores de toda condición, con o sin experiencia previa en la práctica deportiva



¡¡ Un deporte para 3 generaciones ...

NIÑOS Y JOVENES



Por su facilidad de aprendizaje es ideal para la para la iniciación de niños y niñas de todas las edades en el mundo del deporte

ADULTOS



Perfecto tanto para hombres y mujeres sin experiencia previa en deportes de raqueta, como para aquellos que si la tienen que podrán dominarlo desde el primer día

MAYORES



Deporte de moda entre los mayores que buscan un deporte sencillo y con poco riesgo de lesiones, que les permite mantenerse en forma.

... para divertirse y para competir !!



El pickleball es, por sus características, un deporte muy social, ideal para realizar ejercicio de una forma sana y divertida

Dada su complejidad táctica supone también un reto competitivo ideal para aquellos que buscan ir paso más allá. Existen competiciones para todos los niveles y edades, incluido un circuito profesional





PICKLEBALL EN EL MUNDO

En la actualidad, Estados Unidos es el país donde el pickleball ha alcanzado un mayor desarrollo y popularidad, aunque en los últimos años estamos asistiendo a un enorme crecimiento y a su expansión internacional a 35 países en Europa, América y Asia



"El deporte de mayor crecimiento en Estados Unidos"

USATODAY



Más de 2,5 millones de practicantes.
1 de cada 100 norteamericanos juegan al pickleball



Más de 5.000 instalaciones, de entre 4 y 12 pistas, en EEUU. Se han multiplicado por 5 desde 2010



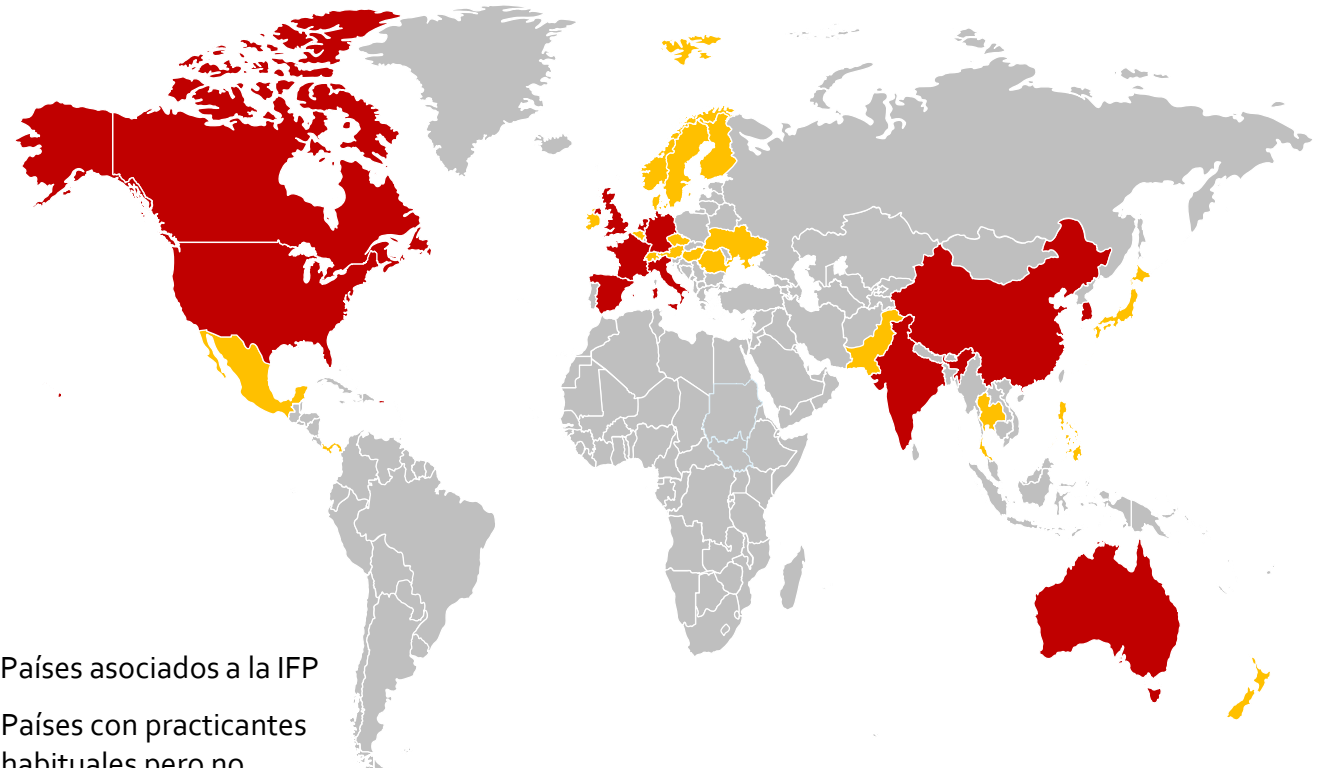
Gran cobertura en los principales medios de comunicación (ESPN, CBS, NBC, etc.) incluso con algunos dedicados en exclusiva



Fuente: USAPA



La Federación Internacional de Pickleball (IFP) cuenta ya con 15 países asociados, aunque el número de países con practicantes se eleva hasta 35



- Países asociados a la IFP
- Países con practicantes habituales pero no asociados a la IFP

Fuente: IFP



PICKLEBALL EN ESPAÑA

A pesar de ser un deporte relativamente nuevo en nuestro país, tras Estados Unidos, España es posiblemente el país con un mayor nivel de desarrollo y crecimiento del pickleball a nivel mundial



Lugares para la práctica de pickleball en España



Fuente: Pickleball Spain



Gran crecimiento en el número de practicantes en los últimos años, que en la actualidad superan las 1.000 personas



Más de 20 clubes e instalaciones disponibles para la práctica del pickleball repartidas en 5 regiones



Sede de torneos internacionales y de competiciones y rankings locales en distintas ciudades





¿POR QUÉ EL PICKLEBALL ES EL DEPORTE DEL FUTURO?



Fácil de aprender

Las dimensiones del campo y el material utilizado permiten un control básico del juego desde el primer momento para la mayoría de los principiantes, reduciendo mucho el nivel de frustración



Inclusivo

Desde su creación, este deporte está concebido para que personas con diferentes edades (hijos, padres y abuelos) y condiciones puedan practicarlo y disfrutar de la experiencia



Social y divertido

Es un deporte extremadamente divertido y adictivo, que facilita y fomenta la socialización con el resto de jugadores



Competitivo

Su complejidad táctica y rapidez permite también saciar la sed competitiva de aquellos que buscan retos mayores, en los numerosos torneos organizados para todos los niveles y todas las edades



Beneficioso para la salud

Como cualquier otro deporte, el pickleball tiene numerosos efectos positivos sobre la salud, y además, por sus características, cuenta con un menor riesgo de lesiones que otros deportes





Para más información:

Asociación Española de Pickleball
Calle de la Encomienda de Palacios, 235
28030 Madrid

<http://www.pickleballspain.org/es/>

Contacto: info@pickleballspain.org
Tel: 649619989