

'Maru' Lasaigues: "La clave es llevar una vida ordenada"

Escrito por David Peris Delcampo

Jueves, 18 de Abril de 2013 21:49 - Actualizado Viernes, 19 de Abril de 2013 21:43



Mariano "Maru" Lasaigues es, a sus 41 años, el número uno del pádel argentino. Empezó a jugar al pádel allá por el año 1991 cuando dejó de jugar al tenis y su hermano Alejandro (que ya era número uno del mundo) le enseñó el camino de este deporte. Ha sido seis veces campeón del Mundo por equipos con Argentina (94, 96, 00, 04, 06 y 12), subcampeón del Mundo por parejas en el 94 y número uno del ránking argentino en varias ocasiones. Los expertos dicen que Maru ha sido y es uno de los jugadores más seguros del Mundo. Su hermano Alejandro ha sido número uno durante años y Mariano Lasaigues mantiene este histórico apellido del pádel aún en lo más alto del ránking argentino. En Argentina jugó con e "Bebe" Auguste (con el que ganó el Máster Argentino en 1992), Sancho, Roby, El "Mago" Sanz, Seba Nerone y en España con Chema Montes, Piñón o David Sánchez, entre otros. También jugó fugazmente en México y Brasil. Después de una retirada del pádel profesional en España en 2008, con 37 años volvió a su Argentina natal para competir de nuevo y alzarse hasta el número uno argentino que aún mantiene con su compañero actual Elías Estrella.

Psicología del pádel: Mariano, llevas mucho tiempo en los primeros puestos del pádel argentino y mundial ¿cuál es la clave para rendir durante tanto tiempo a tan alto nivel en el pádel?

'Maru' Lasaigues: "La clave es llevar una vida ordenada"

Escrito por David Peris Delcampo

Jueves, 18 de Abril de 2013 21:49 - Actualizado Viernes, 19 de Abril de 2013 21:43

Maru: Creo que la clave es llevar una vida ordenada con el entrenamiento y por supuesto gustarte mucho lo que haces, como cualquier trabajo, obviamente que cuando se pasa los 30 hay que cuidarse y sobretodo darle mucha importancia al entrenamiento físico.

PdP: Cuando empezaste a jugar al pádel, tu hermano Alejandro ya era número uno en el pádel. ¿De qué manera influyó que tu hermano Alejandro fuera una verdadera referencia en este deporte en tu



forma de empezar a jugar al pádel? ¿Fue una presión extra, una motivación, un estímulo...?

Maru: Una motivación sin duda, también una ayuda porque juntarte a entrenar con alguien que esta en la cima si estas dispuesto a asimilar sin duda es una ventaja, nunca me sentí con presión para demostrar, creo que es como cuando empizas un nuevo trabajo, te motivan los sueños y a donde puedes llegar, después esta en la capacidad de uno.

'Maru' Lasaigues: "La clave es llevar una vida ordenada"

Escrito por David Peris Delcampo

Jueves, 18 de Abril de 2013 21:49 - Actualizado Viernes, 19 de Abril de 2013 21:43

PdP: El pádel es uno de los deportes que más exigencia psicológica tienen. ¿Qué necesidades o aspectos psicológicos consideras fundamentales a tener en cuenta en el pádel?

Maru: Si, hay mucha exigencia porque la pelota pasa muchas veces y se presentan muchas veces situaciones donde decís "gano el punto" pero después de mucho tiempo me di cuenta que a veces el punto te engaña y es ahí cuando te apuras y la terminas tirando afuera.

PdP: Desde tu punto de vista, ¿qué estrategias psicológicas, a nivel general, podemos utilizar para funcionar bien en el pádel?

Maru: No creo que haya una estrategia o un modo para ganar, creo que el que esta mejor entrenado a nivel pádel y físico tiene muchas posibilidades de ganar, yo creo que el que hace la tarea durante la semana va bien preparado al torneo, después tenes momentos en el partido donde se puede aplicar cierta estrategia de jugarle a un rival de una forma, pero psicológicamente no creo que haya una forma, a mi siempre me resulto tomarme las cosas en serio y ser luchador.

PdP: Eres un jugador que se caracteriza por tener una gran paciencia, un enorme tesón y, sobre todo, por ser muy seguro. ¿Qué estrategias mentales utilizas tú para ser un jugador tan constante y seguro en el pádel?

'Maru' Lasaigues: "La clave es llevar una vida ordenada"

Escrito por David Peris Delcampo

Jueves, 18 de Abril de 2013 21:49 - Actualizado Viernes, 19 de Abril de 2013 21:43



Maru: Si, tengo bastante paciencia con el juego, a veces pierdo la paciencia con mi compañero pero es algo que tengo que mejorar!!! Mis estrategias son siempre estar en movimiento aunque no este en juego y mirar la pelota fijo, también creo que el padel es como el ajedrez y siempre se intenta descifrar el movimiento del rival.

PdP: A pesar de que en 2008 anunciaste tu retirada del circuito profesional español, volviste a Argentina y te sentiste jugador otra vez, llegando a volver a ser número 1. ¿Qué es lo que hace que un jugador como en tu situación vuelva a sentir las ganas, la ilusión y, en definitiva la motivación por volver a disputar el pádel al más alto nivel?

Maru: Siempre me gusto el deporte, creo que aunque deje de jugar buscare hacer algún deporte, me anote en un torneo en el 2009 y me sentí jugando bien y busque seguir ganando algo de dinero y mantener la competencia que es al fin lo que me motiva, creo que ser competitivo y el querer ganar es lo que me hace querer seguir jugando.

'Maru' Lasaigues: "La clave es llevar una vida ordenada"

Escrito por David Peris Delcampo

Jueves, 18 de Abril de 2013 21:49 - Actualizado Viernes, 19 de Abril de 2013 21:43

PdP: En el pádel existen momentos trascendentales en el partido que marcan irremediablemente el devenir del mismo. ¿Qué estrategias psicológicas utilizas para funcionar bien en los momentos importantes para poder alcanzar tu rendimiento máximo?

Maru: Las estrategias que uso son estar siempre en movimiento y estar concentrado en la pelota y creo que



en los momentos difíciles el que se apura y tiene poca paciencia es el que por lo general el que pierde el partido.

PdP: A lo largo de tu carrera has tenido momentos buenos y otros no tan buenos. ¿Cuál es la mejor manera de afrontar esos momentos para ser cada vez mejor jugador?

'Maru' Lasaigues: "La clave es llevar una vida ordenada"

Escrito por David Peris Delcampo

Jueves, 18 de Abril de 2013 21:49 - Actualizado Viernes, 19 de Abril de 2013 21:43

Maru: Por lo general las victorias dejan alegrías y uno quiere festejar y no piensa mucho en lo que pasó, pero las derrotas por lo general vienen mejor porque uno es mas meticulado y empieza a recordar y sirve muchísimo mas y hace que uno en la semana plantee cambios para mejor.

PdP: Desde tu punto de vista, ¿cuál es el jugador “psicológicamente” más completo de todos los que has conocido y cuáles son sus características?

Maru: Creo que el mejor jugador es Juan Martín Díaz, pero no por su psicología sino por todo lo que representa el, creo que es un todo, tiene golpes y es muy ganador.

PdP: Cada vez más la figura del psicólogo del deporte aplicado al pádel se está extendiendo en este maravilloso deporte. ¿Qué papel crees que puede ejercer el psicólogo del deporte en el pádel?

Maru: La verdad que no tengo idea, ya que nunca tuve uno, supongo que será muy bueno ya que todo el que pueda sumar en un equipo es positivo.

'Maru' Lasaignes: "La clave es llevar una vida ordenada"

Escrito por David Peris Delcampo

Jueves, 18 de Abril de 2013 21:49 - Actualizado Viernes, 19 de Abril de 2013 21:43

PdP: Siguiendo con la pregunta anterior, ¿qué características, formación y experiencia debería tener un psicólogo que realice su trabajo en pádel?

Maru: Ni idea, creo que por lo menos haber jugado a un cierto nivel y entender el pádel ya que los deportes son distintos.



PdP: Y ahora, después de tantos éxitos deportivos, ¿cuáles son los retos que se plantea Mariano Lasaignes para el futuro?

Maru: A cada torneo que voy es un reto y lo que trato es centrarme en las rondas y pasarlas, obviamente que siempre busco ganar y tengo espíritu de lucha que eso es lo que me hace estar vigente.

'Maru' Lasaigues: "La clave es llevar una vida ordenada"

Escrito por David Peris Delcampo

Jueves, 18 de Abril de 2013 21:49 - Actualizado Viernes, 19 de Abril de 2013 21:43

PdP: Muchas gracias por tu colaboración y tus grandes consejos. Te deseamos lo mejor en tus futuros proyectos.

Entrevista realizada por David Peris Delcampo para www.psicologiadelpadel.com en abril de 2013

Video: Perfil de Mariano "Maru" Lasaigues en 1994 (Fuente: padelhoy)

{youtube}y2CuqYWQWfU{/youtube}

Video: "Maru" Lasaigues-Ozan vs. Estrella-Belluati, 2012 (Fuente: Padel para Todos en Gabriel Martinez Bogado)

{youtube}wJnJ01f5PtQ{/youtube}

Video: Entrevista a "Maru" Lasaigues y "Bebe" Auguste en 1994 (Fuente: padelhoy).

'Maru' Lasaigues: "La clave es llevar una vida ordenada"

Escrito por David Peris Delcampo

Jueves, 18 de Abril de 2013 21:49 - Actualizado Viernes, 19 de Abril de 2013 21:43

{youtube}E72zX5GNIYU{/youtube}