

## Adrián Torres: "La madurez se basa en la constancia"

Escrito por David Peris Delcampo

Sábado, 21 de Marzo de 2015 08:55 - Actualizado Domingo, 22 de Marzo de 2015 10:29

---



Adrián Torres Montero nació en Valencia hace 19 años. Empezó jugando al fútbol aunque con trece años recién cumplidos se dio cuenta que lo suyo era el deporte de raqueta. Desde aquí se dedicó plenamente al padel, primero en el club de su ciudad y luego en el club de élite del sitio donde se encuentra ahora. Ha estado compitiendo a nivel nacional y ha conseguido posicionarse entre los primeros puestos del ranking nacional. Entre los diversos títulos que ha logrado está el de Campeón de España por Equipos de Primera Categoría.

## Adrián Torres: "La madurez se basa en la constancia"

Escrito por David Peris Delcampo

Sábado, 21 de Marzo de 2015 08:55 - Actualizado Domingo, 22 de Marzo de 2015 10:29

---

a en 2013, el cuarto puesto en el Campeonato de España Junior, el subcampeonato en el Master de Menores Junior o el tercer puesto en el Campeonato de España por Selecciones Autónomas. Acabando el año entre los 8 mejores del ránking nacional de menores y el número 1 en el ránking de la Comunidad Valenciana.

**Psicología del pádel: Adrián, eres un jugador que, con apenas 19 años y con sólo 10 años jugando al pádel acumulas una gran experiencia, tanto de jugador en categorías menores (estando en lo más alto del ránking nacional español), como apasionado de este gran deporte como espectador y formador de jugadores de distintas edades. Desde tu punto de vista, ¿Cuáles son las características psicológicas o mentales que definen a un jugador mentalmente fuerte en el pádel?**

Adrián Torres: En mi opinión, una de las principales claves para que un jugador sea mentalmente fuerte es la capacidad de concentración. Cuando entras a la pista has de saber que tienes que dar el 100% en cada uno de los puntos que disputes durante el transcurso del partido, e incluso, en los momentos claves estar todavía más concentrado si cabe, sacando tu máximo, porque posiblemente estos sean los que decidan el resultado de la partida. Es muy importante darle importancia a cada golpe, cada bola, cada jugada, cada situación de juego. El p

## Adrián Torres: "La madurez se basa en la constancia"

Escrito por David Peris Delcampo

Sábado, 21 de Marzo de 2015 08:55 - Actualizado Domingo, 22 de Marzo de 2015 10:29

---

á  
del es un deporte muy psicol  
ó  
gico que requiere mucha madurez, y esa madurez se basa la constancia.

**PdP: El pádel es un deporte donde en el "equipo de dos" es necesario funcionar bien con el compañero para que el equipo funcione.**

**¿Cuáles son las claves para que ese equipo de dos realmente funcione?**

Adri: El pádel es un deporte de equipo, y como todo deporte de equipo necesita un sistema de juego grupal, el cual todos los miembros deben llevar a cabo. Es muy importante estar en plena compenetración con tu compañero. Saber en todo momento que tipo de golpe realizar á dependiendo de la situación de juego en la que nos encontremos, para así pensar como si fuéramos uno. Este deporte es una combinación de direcciones, velocidades y efectos, y saber cual va a ser empleada por tu compañero en cada golpe es crucial para llegar a un objetivo común: ganar. También es importante el respeto y la comunicación, porque de estas dos vamos a extraer muchas conclusiones como pareja en los momentos previos o posteriores a los diferentes partidos.

**PdP: Además de jugador profesional de pádel eres un buen estudiante. Actualmente cursas Administración y Dirección de Empresas**



## Adrián Torres: "La madurez se basa en la constancia"

Escrito por David Peris Delcampo

Sábado, 21 de Marzo de 2015 08:55 - Actualizado Domingo, 22 de Marzo de 2015 10:29

---



Adrián Torres: "La madurez se basa en la constancia" - Artículo publicado en el periódico "El País" el 21 de marzo de 2015.