



En la cuarta entrega de "TERTULIAS @Psicopadel" contamos hoy con la presencia de PADEL STAR, PÁDEL desde SEGOVIA, la parte "femenina" de SOLOPADEL y TOTALGRIP. Una de las webs referencia en el mundo del pádel on line, Pádel Star ( [www.padelstar.es](http://www.padelstar.es) ); junto con también otra web que viene desde Segovia pero que abarca la actualidad del pádel mundial ( [www.padeldesdesegovia.com](http://www.padeldesdesegovia.com) ); la responsable del blog Solopadel: esa parte "femenina" del equipo de redacción de este espacio que "exprime" el pádel femenino ( [www.solopadel7.blogspot.com.es](http://www.solopadel7.blogspot.com.es) ); y una nueva marca en este mundo que dará muy pronto que hablar ( [www.totalgrip.es](http://www.totalgrip.es) ) son los que nos hablan, en esta ocasión, del porqué el pádel es un deporte tan practicado.

**PsicologiadelPadel: El pádel es un deporte muy practicado. ¿Qué es lo que hace que el pádel sea tan atractivo para que lo jueguen tanta y tan diversa gente?**

## TERTULIA @Psicopadel 1 (4): "¿Qué hace que el pádel sea tan practicado?"

Escrito por MaratDem

Lunes, 28 de Abril de 2014 00:00 - Actualizado Lunes, 28 de Abril de 2014 19:45

---

**PadelStar:** Creo que hay 3 aspectos fundamentales para que el pádel tenga tanto éxito:

1. Lo agradecido que es, es decir, con poco que practiques vas viendo resultados desde niveles muy bajos, e incluso personas que nunca han hecho deporte. Esto es fundamentalmente a las **dimensiones de la pala**

, la cual tiene unas medidas que hace que se mucho más fácil darle a la bola que en deportes de raqueta como el tenis, bádminton o pin-pon. Debido a esto, 4 personas del mismo nivel (ya sea iniciación o profesional, disfrutarán jugando).

2. **El aspecto social**, pues a la gente cada vez más le gusta ir a su club o quedar con sus amigos para pasar un buen rato haciendo deporte. Además, a cualquier nivel hay "piques muy sanos" en el que cada cual se cree el mejor del mundo, jeje, esto hace que aumenten las ganas de jugar.

3. **La bajada de los precios** (debido al aumento de número de pistas), ya que a día de hoy es muy asequible y barato jugar al pádel, lo que quizás en sus inicios era más complicado ya que debías pertenecer a un club, mientras que a día de hoy cada vez existen más pistas de pádel municipales.

**PadeldesdeSegovia:** Creo que su éxito radica en su sencillez. Jugar al pádel es sencillo, pese a lo complicado que es hacerlo bien. El componente social y que sólo necesites 4 personas para jugar hace que tenga tanto éxito entre compañeros de trabajo, grupos de amigos...

**SoloPadel:** En mi opinión, el ser un deporte en el que no hace falta tener mucho nivel para pasártelo bien es una gran ventaja. Con algunas nociones básicas te diviertes y esto hace que te enganches y tengas ganas de más. A parte, es muy social y es relativamente fácil encontrar alguien para jugar. Te relacionas con gente que quizás no lo harías si no fuera por el deporte y pasas un buen rato. Lo más importante para mí es que disfrutas jugando desde el primer

## TERTULIA @Psicopadel 1 (4): "¿Qué hace que el pádel sea tan practicado?"

Escrito por MaratDem

Lunes, 28 de Abril de 2014 00:00 - Actualizado Lunes, 28 de Abril de 2014 19:45

---

momento.

**TotalGrip:** Supongo que el éxito del pádel depende de varios factores positivos a la vez; se puede jugar a cubierto o al aire libre, no hace falta una condición física especial, existen pistas en casi cualquier lugar o zona, el número de jugadores necesarios para una partida es pequeño, su iniciación es relativamente sencilla y fácil, tiene un componente técnico que hace que siempre se pueda ir mejorando de nivel... (quizá el hecho de estar inmersos en esta crisis, en la que tantas empresas cierran dejando numerosas naves desocupadas, libres y a buen precio sea una buena alternativa de negocio).

**PdP:** Desde el punto de vista mental o psicológico, ¿qué aspectos creéis que tiene el pádel que lo diferencian de otros deportes?

**PadelStar:** Una de las cosas que más me gusta del pádel es que el aspecto psicológico es vital, siendo **la paciencia y la humildad** los 2 aspectos

más influyentes.



Siempre digo que el pádel es el deporte en el más veces he visto que la pareja de mejor nivel técnico, sucumbe ante rivales teóricamente peores, esto es debido a la falta de humildad y/o de paciencia, ya que puede ser frustrante realizar el mejor golpe del mundo y que el rival finalmente acabe ganándote el punto (es aquí cuando se empiezan a poner excusas si no tienes paciencia o si eres poco humilde, olvidando que **al pádel gana quién menos falla, no quien hace los golpes más espectaculares**

)

## TERTULIA @Psicopadel 1 (4): "¿Qué hace que el pádel sea tan practicado?"

Escrito por MaratDem

Lunes, 28 de Abril de 2014 00:00 - Actualizado Lunes, 28 de Abril de 2014 19:45

---

Multitud de veces he escuchado a parejas que tras perder comentan la frase: "de 10 partidos, esta pareja nos gana uno"

¡Pues el primero ya lo has perdido! Jaja. Falta de humildad.

**PadeldesdeSegovia:** Quizá la facilidad de la que hablaba en la anterior pregunta sea la principal diferencia. Esta sencillez hace que se creen estados de relajación y de poca concentración, por lo que el jugador que evita estas relajaciones minimiza el error y gana más partidos. En otros deportes colectivos, si fallas, tienes otros jugadores que puedan enmendar tu error, aquí, pocas veces puede resolver un fallo tuyo tu pareja.

**SoloPadel:** Es un deporte en el que tienes que estar siempre concentrado y al tanto de cada punto y cada pelota. Si sales del partido cuesta mucho volver a entrar en situación. Siempre estás pensando cómo pegar a la pelota, cómo hacerlo para crear peligro. El juego puede cambiar muy rápido y necesitas estar muy centrado en el partido. También jugar con amigos y con una pareja que te ayuda en todo momento es una gran diferencia con otros deportes.

**TotalGrip:** En mi opinión la componente psicológica es una de las partes más importantes de este juego, por no decir la que más. En otros deportes donde los equipos son más numerosos el "peso" del partido se diluye entre muchos. Pero en un juego donde sólo son dos por equipo es casi como un juego individual. Tu pareja casi forma parte de ti, te afecta cualquier cosa que haga, diga e incluso sienta. Para mí, la parte más desesperante y maravillosa que tiene jugar a este maravilloso deporte.

## TERTULIA @Psicopadel 1 (4): "¿Qué hace que el pádel sea tan practicado?"

Escrito por MaratDem

Lunes, 28 de Abril de 2014 00:00 - Actualizado Lunes, 28 de Abril de 2014 19:45

---

**PdP:** Desde vuestra visión especializada, ¿qué aspectos psicológicos son fundamentales para funcionar bien jugando a pádel?

**PadelStar:** Aquí claramente veo fundamental la compenetración con tu compañero dentro de la pista, e incluso el saber llevarse bien también fuera de ella, ya que si no tarde o temprano influirá en el juego de pareja.

Para ser un gran equipo de 2 personas debemos comportarnos como si fuéramos 1, es decir, debemos conocer a nuestra pareja tanto como a nosotros mismos, y así evitaremos algo muy típico en pádel: echarle las culpas al compañero.

Y aquí me voy a mojar con un ejemplo como es el de Miguel Lamperti y Cristian Gutiérrez, los cuales se juntaron en un momento en el que estaban a un gran nivel individualmente, pero me apuesto mi pala a que los resultados no esperados fueron problemas psicológicos a nivel de pareja.

**PadeldesdeSegovia:** Concentración, activación y elección.

Estar concentrado hasta que el punto acaba, estar activo desde que el partido comienza, pensando en todo momento que tienes que mover piernas,

# TERTULIA @Psicopadel 1 (4): "¿Qué hace que el pádel sea tan practicado?"

Escrito por MaratDem

Lunes, 28 de Abril de 2014 00:00 - Actualizado Lunes, 28 de Abril de 2014 19:45

---



[Pádel Para la persona con discapacidad: el pádel en un mundo mejor.](#)