

PADEL – GUIDA AI LIVELLI DI GIOCO

1. Livello INIZIAZIONE

1.0

Ha appena cominciato a giocare, senza esperienza nel tennis o in altri sport di racchetta.

1.5

Esperienza limitata. Continua ad avere problemi a mantenere la palla in gioco.

2. Livello PRINCIPIANTE-BASSO

2.0

DIRITTO: Gesto tecnico incompleto. Mancanza di controllo nel dare direzione alla pallina. Velocità della palla non controllata.

ROVESCIO: Gesto tecnico incompleto. Evita il rovescio. Colpo con percentuale di errori molto alta. Problemi con l'impugnatura.

SERVIZIO/RISPOSTA: Gesto tecnico incompleto. Fa spesso doppio fallo. Problemi nella risposta del servizio.

VOLEE: Evita di andare a rete. Evita la volee di rovescio. Problemi con l'impugnatura. Posizionamento dei piedi sbagliati.

VETRI: Non riesce a giocare con i vetri.

STILE DI GIOCO: Basico con posizionamento scorretto in campo.

2.5

DIRITTO: Gesto tecnico incompleto ma in processo di miglioramento. Comincia a controllare la direzione e la profondità. Velocità della palla poco controllata.

ROVESCIO: Problemi nella preparazione del colpo e nell'impugnatura. Preferisce il colpo di diritto a quello di rovescio.

SERVIZIO/RISPOSTA: Prova a realizzare il gesto tecnico completo. Velocità del servizio lento, senza effetto. Risponde solo ai servizi semplici e lenti.

VOLEE: Mancanza di sicurezza a rete, principalmente sui colpi di rovescio. Problemi con l'impugnatura. Frequentemente utilizza la faccia del diritto per le volee di rovescio.

VETRI: Vetri perpendicolari: comincia a posizionarsi correttamente ma colpisce la palla soltanto in maniera occasionale. Nessuna gestione dei vetri obliqui.

COLPI SPECIALI: Realizza pallonetti ma con scarso controllo. Problemi con i colpi dall'alto (Smash).

STILE DI GIOCO: Può palleggiare con una velocità di palla lenta, con poco controllo, da fondo campo. Resta nella posizione iniziale di gioco.

PADEL – GUIDA AI LIVELLI DI GIOCO

Livello INTERMEDIO-MEDIO

3.0

DIRITTO: Relativamente regolare e velocità di palla media. Buon controllo della direzione. In miglioramento la profondità e primo utilizzo volontario degli effetti (slice, top e piatto). Non molti errori

ROVESCIO: Frequentemente pronto per colpire ma con relativa sicurezza. Molti errori.

SERVIZIO/RISPOSTA: Buon servizio. Poca regolarità quando prova ad aumentare la velocità. Doppi falli ogni tanto. Risponde ai servizi semplici, ma non a quelli con effetto e/o a vetro.

VOLEE: Buona impugnatura. Volee di diritto abbastanza regolare ma non ancora controllata. Volee di rovescio ancora non controllata ed irregolare. Problemi con le palle che arrivano ai piedi e quando la palla arriva lontano dal corpo. Alto tasso di errore.

VETRI: Si posiziona correttamente quando la palla è lenta e riesce a continuare il gioco. Non accompagna la palla in avanti quando arriva veloce e quindi non la gestisce. Colpisce molte palle dietro al corpo.

COLPI SPECIALI: Incomincia a realizzare pallonetti abbastanza controllati. Colpi alti in fase di apprendimento ed applicazione.

STILE DI GIOCO: Regolare con velocità di palla bassa e media. Poca regolarità nel posizionamento in campo rispetto al suo compagno. Alcune volte si trovano uno a rete e l'altro a fondo campo. Capisce quando andare a rete ma rimane irregolare l'esecuzione dei gesti tecnici.

3.5

DIRITTO: Buona regolarità ma con limiti nell'utilizzo degli effetti. Buon controllo delle direzioni. In processo di miglioramento gli effetti. Ancora errori.

ROVESCIO: Colpisce controllando la direzione occasionalmente. Difficoltà con palle veloci o alte. Difficoltà nella difesa di rovescio. Spesso errori.

SERVIZIO/RISPOSTA: Nel servizio ha controllo nella direzione e aumenta la velocità. Sviluppo del servizio con slice. Incomincia a rispondere al servizio controllando la direzione delle palle a velocità medio-bassa. Difficoltà nella risposta contro servizi complessi e/o a vetro.

VOLEE: Buona impugnatura. Volee di diritto regolare e abbastanza controllata. Volee di rovescio regolare ma non controllata. Ancora problemi con le palle che arrivano ai piedi e quando la palla arriva lontano dal corpo. Medio tasso di errore.

VETRI: Si posiziona correttamente nei colpi di diritto. Riesce a difendere regolarmente di diritto e con una velocità di palla media. Difende con difficoltà le palle sul rovescio. In processo di apprendimento l'uscita di parete alta. Ancora colpi da dietro il copro.

COLPI SPECIALI: Comincia con regolarità i colpi dall'alto. Incomincia a colpire "bandeja" e regolarità nella seconda volee e nei colpi di approccio a rete.

STILE DI GIOCO: Regolarità e controllo nella direzione con velocità di palla media. Posizionamento rispetto al compagno mediamente regolare (In fase di sviluppo del gioco in squadra). Cerca l'opportunità per andare a rete.

PADEL – GUIDA AI LIVELLI DI GIOCO

Livello AVANZATO-MEDIO/ALTO

4.0

DIRITTO: Affidabile. Colpisce con sufficiente controllo le palle normali. Prova a colpire mantenendo il controllo della palla in situazioni difficili di difesa. Applica aspetti tattici.

ROVESCIO: Riesce a dare direzione alla palla con regolarità a velocità di palla media. In fase di miglioramento gli effetti (slice, piatto). Tasso di errore in miglioramento ma ancora presente.

SERVIZIO/RISPOSTA: Potenza e direzione regolare nei primi servizi. Utilizza il colpo con slice per il servizio. Affidabile nella risposta contro servizi medi. Risponde al servizio con profondità e controllo. Difficoltà nella risposta a vetro.

VOLEE: Controllo e prima profondità nella volee di diritto. Controllo della direzione nella volee di rovescio ma con mancanza di profondità e aggressività. In processo di miglioramento le volee basse. Copre la rete.

RIMBALZO SUL VETRO: Risponde regolarmente ai rimbalzi sul diritto. Si posiziona correttamente nei rimbalzi sul rovescio. Uscita di parete alta regolare sul diritto; sul rovescio preferisce giocare un pallonetto.

COLPI SPECIALI: Colpisce dall'alto con regolarità. Incomincia a chiudere i punti con la volee e con lo smash. Cerca e direziona la volee nella zona di debolezza dell'avversario. Difende con pallonetti in forma regolare. Incomincia a colpire di bandeja.

STILE DI GIOCO: Colpi affidabili e con controllo sulle palle di velocità medio-alta. Gioco in squadra con il compagno. Ancora perde punti per mancanza di continuità.

4.5

DIRITTO: Molto affidabile. Gioca con controllo, velocità e, saltuariamente, effetti, cercando la profondità. Applica aspetti tattici per la maggior parte dei colpi.

ROVESCIO: Può controllare direzione e profondità ma ha difficoltà a difendere i colpi difficili dell'avversario. Riesce a colpire con relativa potenza. Comincia ad utilizzare il colpo piatto

SERVIZIO/RISPOSTA: Servizio con controllo della direzione, velocità e profondità. Rari i doppi falli. Utilizza il servizio con effetti. Secondo servizio con buona profondità e direzione. Risposta al servizio anche aggressiva e con controllo. Ancora difficoltà a difendere i servizi difficili a vetro. Basso tasso di errore nella risposta.

VOLEE: Può controllare la palla in entrambe le volee. Ha potenza, controllo e profondità nella volee di diritto. Errori più frequenti quando colpisce di rovescio. Utilizza raramente gli effetti. Buona copertura della rete

RIMBALZI SUL VETRO: Buona uscita di parete alta. Di rovescio riesce ad avere profondità e direzione con velocità di palla media. Buon posizionamento sui vetri in difesa. Qualche volta legge ed utilizza il rimbalzo lungo per il contrattacco.

COLPI SPECIALI: Gioca colpi di approccio a rete con controllo. Regolarità nei colpi dall'alto ma non è aggressivo. Qualche volta riesce a chiudere il punto con lo smash. Riesce a far uscire la palla per 4 metri in certe occasioni.

STILE DI GIOCO: Colpisce con relativa potenza e controllo. Ottima copertura del campo. Incomincia a modificare il gioco in funzione dell'avversario. Gioco abbastanza aggressivo a rete. Ottima anticipazione sui colpi.

PADEL – GUIDA AI LIVELLI DI GIOCO

Livello MOLTO AVANZATO-ALTO

5.0

DIRITTO: Colpisce forte e piano con controllo, direzione e profondità, utilizzando gli effetti a seconda delle situazioni di gioco. Utilizza il colpo piatto, anche in difesa. Pallonetti quasi sempre profondi e ben direzionati. Basso tasso di errore.

ROVESCIO: Colpisce forte e piano con controllo, direzione e profondità, utilizzando i diversi effetti a seconda delle situazioni di gioco. Utilizzo del colpo piatto, anche in difesa. Pallonetti quasi sempre profondi e ben direzionati. Basso tasso di errore.

SERVIZIO/RISPOSTA: Buon controllo ed efficacia del servizio, per mettere in difficoltà l'avversario e guadagnare la rete in maniera veloce. Prima e seconda palla controllate. Risponde con buon controllo su quasi tutti i servizi difficili dell'avversario con utilizzo del vetro laterale. Basso tasso di errore nella risposta.

VOLEE: Ottimo controllo delle volèe, di dritto e rovescio. Comincia ad applicare profondità, potenza ed effetto. Gioca saltuariamente volée difficili con profondità cercando il punto debole dell'avversario. Buona gestione delle palle corte. Buona difesa della rete e copertura del campo.

RIMBALZI SUL VETRO: Buona difesa nei rimbalzi anche su palle forti. Riesce qualche volta ad approfittare dei rimbalzi lunghi a vetro per chiudere il punto in contrattacco. Qualche volta è aggressivo nell'uscita di parete alta tanto di dritto come di rovescio. Buona posizione difensiva.

COLPI SPECIALI: Colpisce con buon controllo e direzione, e comincia ad usare gli effetti. Buoni pallonetti difensivi ed offensivi. Colpisce dall'alto nei pressi della rete mantenendo il controllo. Qualche volta utilizza la bandeja e la vibora. Qualche volta ottiene punti con lo smash di potenza, sia x 4 che x 3.

STILE DI GIOCO: Comincia a variare il gioco considerando l'avversario. Buon lavoro di squadra. Comincia a leggere le partite e riesce a trovare il punto debole dell'avversario. Regolare per quanto riguarda l'aspetto mentale e fisico. Conoscenza ed applicazione degli aspetti tattici del gioco.

ALTRE CARATTERISTICHE ESSENZIALI:

- ha esperienza agonistica da almeno 1 anno
- gioca colpi affidabili con regolarità
- legge le partite cercando i punti deboli dell'avversario.
- è un buon agonista

5.5

DIRITTO: Colpisce forte e piano con controllo, direzione e profondità, utilizzando i diversi effetti a seconda delle situazioni di gioco. Utilizza spesso il colpo piatto, anche in difesa. Pallonetti quasi sempre profondi e ben direzionati. Bassissimo tasso di errore.

ROVESCIO: Colpisce forte e piano con controllo, direzione e profondità, utilizzando i diversi effetti a seconda delle situazioni di gioco. Buon utilizzo del colpo piatto, anche in difesa. Pallonetti quasi sempre profondi e ben direzionati. Bassissimo tasso di errore.

SERVIZIO/RISPOSTA: Ottimo controllo ed efficacia del servizio, per mettere in difficoltà l'avversario e guadagnare la rete in maniera veloce. Prima e seconda palla controllate. Risponde con buon controllo su tutti i servizi difficili dell'avversario con utilizzo del vetro laterale. Basso tasso di errore nella risposta.

VOLEE: Ottimo controllo delle volèe, di dritto e rovescio, con profondità, potenza ed effetto. Gioca spesso volée difficili con profondità cercando il punto debole dell'avversario. Buona gestione delle

PADEL – GUIDA AI LIVELLI DI GIOCO

palle corte. Buona difesa della rete e copertura del campo.

RIMBALZI SUL VETRO: Buona difesa nei rimbalzi anche su palle forti. Riesce spesso ad approfittare dei rimbalzi lunghi a vetro per chiudere il punto in contrattacco. Abbastanza aggressivo nell'uscita di parete alta tanto di dritto come di rovescio. Buona posizione difensiva e gestione delle palle piatte.

COLPI SPECIALI: Colpisce con forza, controllo, profondità, direzione, e con un buon grado di effettività. Ottimi pallonetti difensivi ed offensivi. Colpisce dall'alto nei pressi della rete mantenendo il controllo. Utilizza, quando riesce, la bandeja e la vibora. Riesce ad ottenere punti con lo smash di potenza, sia x 4 che x 3.

STILE DI GIOCO: Varia il gioco considerando l'avversario. Buon lavoro di squadra. Riesce a leggere le partite e riesce a trovare il punto debole dell'avversario. Regolare per quanto riguarda l'aspetto mentale e fisico. Buona conoscenza ed applicazione degli aspetti tattici del gioco.

ALTRE CARATTERISTICHE ESSENZIALI:

- ha esperienza agonistica da almeno 1 anno
- gioca colpi affidabili spesso
- legge le partite cercando i punti deboli dell'avversario.
- ha sviluppato consistenza nel gioco
- può cambiare la strategia e lo stile di gioco in situazioni difficili
- è un buon agonista

Livello ESPERTO - MOLTO ALTO

6.0

DIRITTO: Colpisce forte e piano con controllo, direzione e profondità, utilizzando i diversi effetti a seconda delle situazioni di gioco. Utilizza prevalentemente il colpo piatto, anche in difesa. Pallonetti sempre profondi e ben direzionati. Bassissimo tasso di errore.

ROVESCIO: Non c'è differenza rispetto al dritto: totalmente sicuro e capace di adattarlo alla situazione. Prevalenza del rovescio piatto.

SERVIZIO/RISPOSTA: Totale controllo ed efficacia del servizio, per mettere in difficoltà l'avversario e guadagnare la rete in maniera veloce. Prima e seconda palla completamente controllate. Risponde con ottimo controllo su tutti i servizi difficili dell'avversario con utilizzo del vetro laterale. Bassissimo tasso di errore nella risposta. Cerca il rovescio dell'avversario nelle risposte.

VOLEE: Totale controllo delle volèe, di dritto e rovescio, con profondità, potenza ed effetto. Gioca spesso volée difficili con profondità cercando il punto debole dell'avversario. Ottima gestione delle palle corte. Ottima difesa della rete e grande copertura del campo.

RIMBALZI SUL VETRO: Ottima difesa nei rimbalzi anche su palle forte. Riesce spesso ad approfittare dei rimbalzi lunghi a vetro per chiudere il punto in contrattacco. Aggressivo nell'uscita di parete alta tanto di dritto come di rovescio. Ottima posizione difensiva e gestione delle palle piatte.

COLPI SPECIALI: Colpisce con forza, controllo, profondità, direzione, e con un alto grado di effettività. Ottimi pallonetti difensivi ed offensivi. Colpisce dall'alto in qualunque parte del campo mantenendo il controllo. Utilizza la bandeja e la vibora. Spesso ottiene punti con lo smash di potenza, sia x 4 che x 3 quando c'è l'occasione.

STILE DI GIOCO: Varia il gioco considerando l'avversario. Ottimo lavoro di squadra. Riesce a leggere le partite e riesce a trovare il punto debole dell'avversario. Buona regolarità per quanto riguarda l'aspetto mentale e fisico. Ottima conoscenza ed applicazione degli aspetti tattici del gioco.

PADEL – GUIDA AI LIVELLI DI GIOCO

ALTRE CARATTERISTICHE ESSENZIALI:

- ha esperienza agonistica da almeno 2 anni
- gioca colpi affidabili in situazioni complesse
- legge le partite cercando i punti deboli dell'avversario.
- ha sviluppato forza e consistenza nel gioco
- cambia la strategia e lo stile di gioco in situazioni difficili
- è un grande agonista

6.5

DIRITTO: Colpisce forte e piano con controllo, direzione e profondità, utilizzando i diversi effetti a seconda delle situazioni di gioco. Utilizza prevalentemente il colpo piatto senza mai sbagliare, anche in difesa. Utilizza tutte le impugnature a seconda della situazione. Pallonetti sempre profondi e ben direzionati. Bassissimo tasso di errore.

ROVESCIO: Non c'è differenza rispetto al dritto: totalmente sicuro e capace di adattarlo alla situazione. Prevalenza del rovescio piatto.

SERVIZIO/RISPOSTA: Totale controllo ed efficacia del servizio, per mettere in difficoltà l'avversario e guadagnare la rete in maniera veloce. Grande varietà nel servizio. Prima e seconda palla completamente controllate. Risponde con ottimo controllo su tutti i servizi difficili dell'avversario con utilizzo del vetro laterale e posteriore. Bassissimo tasso di errore nella risposta. Cerca e trova con regolarità il rovescio dell'avversario nelle risposte.

VOLEE: Totale controllo delle volèe, di dritto e rovescio, con profondità, potenza ed effetto. Gioca sempre volée difficili con profondità cercando il punto debole dell'avversario. Ottima gestione delle palle corte. Ottima difesa della rete e grande copertura del campo.

RIMBALZI SUL VETRO: Ottima difesa nei rimbalzi anche su palle forte e bassa, in slice. Riesce sempre ad approfittare dei rimbalzi lunghi a vetro per chiudere il punto in contrattacco. Molto aggressivo nell'uscita di parete alta tanto di dritto come di rovescio. Ottima posizione difensiva e gestione delle palle piate.

COLPI SPECIALI: Colpisce con forza, controllo, profondità, direzione, e con un alto grado di effettività. Ottimi pallonetti difensivi ed offensivi. Colpisce dall'alto in qualunque parte del campo mantenendo il controllo. Utilizza la bandeja e la vibora con regolarità. Ottiene punti con lo smash di potenza, sia x 4 che x 3 quando c'è l'occasione.

STILE DI GIOCO: Varia il gioco considerando l'avversario. Ottimo lavoro di squadra. Riesce a leggere le partite e riesce a trovare il punto debole dell'avversario. Grande regolarità per quanto riguarda l'aspetto mentale e fisico. Totale conoscenza ed applicazione degli aspetti tattici del gioco.

ALTRE CARATTERISTICHE ESSENZIALI:

- ha esperienza agonistica da almeno 3 anni
- gioca colpi affidabili in situazioni complesse
- legge le partite con facilità, cercando i punti deboli dell'avversario.
- ha sviluppato forza e consistenza nel gioco come le sue migliori caratteristiche.
- cambia la strategia e lo stile di gioco in situazioni compromesse
- è un fortissimo agonista

PADEL – GUIDA AI LIVELLI DI GIOCO

Livello SEMI-PROFESSIONISTA

Fa del padel quasi il suo lavoro a livello agonistico, allenandosi quasi tutti i giorni. Le prestazioni tecniche e tattiche sono fuori categoria rispetto ai livelli 1-6.

