

¿Toma usted lecciones de Tenis?

El tenis es un bello deporte que nos puede acompañar **TODA LA VIDA**.

No es un deporte fácil, exige conocimientos técnicos, una aceptable condición física, fortaleza psicológica y principios tácticos acordes a nuestro nivel de juego.

Usted amigo tenista, desde el momento que le interesa el título del presente artículo demuestra que tiene el interés de **APRENDERLO Y DOMINARLO**, para lo cual seguramente toma clases de manera regular y confía plenamente en la persona que le instruye.

Respecto a que usted toma lecciones regularmente, me permito preguntarle:

- ¿Conoce los principios técnico-teóricos de la ejecución de cada golpe del tenis? (derecha, revés, saque, voleas, remates, drops, etc.).
- ¿Sabe usted como autocorregirse durante un partido cuando algún golpe o situación de juego no le funciona como desea?. Por ejemplo cuando sube a la net a volear.
- ¿Siente que después de mucho tiempo y muchas lecciones aún no vence a contrincantes (de nivel similar al suyo) que lo vencían desde antes de las lecciones?.
- ¿Tiene usted “trauma” con algún golpe o golpes y no los supera con sus clases?.
- ¿Practica durante sus lecciones servicios, entradas a la net, voleas, remates, etc.?.
- ¿Sabe usted volear con efectividad de cualquier zona de la cancha?.
- ¿Tiene usted confianza en su saque?, ¿Esta satisfecho con él?, ¿Lo entrena?, ¿Sabe sacar con efecto?, ¿Es su segundo saque un regalo?.
- ¿Conoce los tipos de efecto, cual es su importancia en los distintos golpes y principalmente cómo y cuando se efectúan?
- ¿Recibe usted durante sus lecciones información táctica y psicológica de partidos?.
- Durante sus lecciones ¿Hace usted algo más que realizar golpes de canasta y/o peloteos solo desde el fondo de la cancha?.
- ¿Sabe usted jugar de media cancha y “definir” las pelotas fáciles?
- ¿Busca su entrenador únicamente jugar partidos y que usted “termine empapado en sudor”?.
- ¿Es su tenis actual mejor, igual o peor que hace algún tiempo?
- ¿Conoce usted la estrategia básica de los SINGLES y los DOBLES?.
- ¿Siente que sus clases son monótonas, repetitivas e improductivas?, o siente que las lecciones han mejorado su juego y que en cada clase aprendió algo nuevo.

Respóndase con calma cada una de las preguntas reflexionando y analizando su juego. Si el resultado es mayormente negativo y siente que esta “estancado”, converse con su entrenador a fin de enmendar rumbos y definir si el pago que realiza por sus “clases” tiene la debida retribución respecto al gasto de energías, tiempo y dinero que invierte en mejorar su nivel de tenis. De no encontrar respuestas, quedará usted en plena libertad de contratar a otro entrenador.

Profesor Marco Antonio Villanueva Ruiz
Jefe de la Unidad Técnica Nacional de la FDPT