

**EL PICKLEBALL DE
TOD@S Y PARA TOD@S**



INDICE

1. INTRODUCCION.....	3
2. PRESENTACIÓN DE LA ESCUELA	9
3. ACTIVIDADES.....	10
4. METODOLOGÍA.....	11
5. TARIFAS	11
6. EVALUACION.....	12
7. ESTRATEGIA DE MEDIOS Y PRIVACIDAD.....	12
8. DATOS DE CONTACTO	12



1. INTRODUCCION.

Una breve historia del Pickleball.

El Pickleball se originó en el noroeste de Estados Unidos cuando un congresista, Joel Pritchard, y su amigo Bill Bell encontraron a sus familias aburridas un fin de semana de verano.

Ambos decidieron aprovechar una antigua cancha de bádminton que estaba en el jardín de la casa de Pritchard, encontraron una red, raquetas de ping pong y una pelota de plástico con perforaciones. Pritchard y Bell le enseñaron el juego a Barney McCallum y entre los tres crearon las primeras reglas.

Actualmente, este deporte se sigue jugando en una cancha similar a la que se utiliza en los partidos de dobles en bádminton, sea bajo techo o al aire libre, pero las paletas de madera aumentaron de tamaño. Las reglas son sencillas y lo que más se destaca es que no se puede pegar a la pelota de volea en la zona cercana a la red (zona de no volea, o coloquialmente zona de cocina). Adoptó el sistema de servicio cruzado del tenis y ping pong.

"Lo que hace diferente el pickleball de otro deporte como el paddle y tenis, es que la pelota, al ser perforada, va lenta. Esto permite que haya intercambios más largos y allí es donde predomina lo táctico antes que la fuerza".

Hay dos versiones sobre cómo se creó el nombre de Pickleball para este deporte.

Según la esposa de Pritchard, Joan Pritchard, ellos comenzaron a decirle pickleball porque la combinación de deportes le recordaba al bote que arma su tripulación con los remeros que son descartados por otras embarcaciones (pickle boat en inglés).



Sin embargo, uno de los amigos y creadores del juego, McCallum, asegura que fue por el perro de la familia de Pritchard que se llamaba Pickles y le gustaba perseguir las pelotas.



Crecimiento.

La afición por el pickleball está aumentando tan rápidamente que de 777 clubes registrados alrededor de Estados Unidos en marzo de 2010 subió a más de 2.600 lugares en septiembre de 2022. Actualmente se juega en más de 70 países.

En el 2012 se crea la *Asociación Española de Pickleball*. Inicialmente se comenzó a jugar en la comunidad de Madrid, pero actualmente su crecimiento ha sido tan rápido, que podemos ver a gente jugar en casi todas las comunidades autónomas de España.

Para Michael Hess, uno de los padres del pickleball en España, las razones que puede explicar este crecimiento:

"Una gran parte de la población que juega es la gente mayor y no hay duda que en un mundo con un envejecimiento de la población, en el que cada vez viven más años, la práctica de Pickleball se ha puesto de moda".

Podemos resumir que el éxito y rápido crecimiento del Pickleball es debido a los siguientes aspectos:



- ✚ El tamaño de la pista no requiere grandes superficies.
- ✚ No se necesita una gran forma física por parte de los jugadores para desarrollar un juego básico.
- ✚ Al ser un deporte dinámico, divertido, y no exigente en las condiciones físicas, permite abarcar a una población más variada en edad y aspecto físico. Es un deporte inclusivo, que permite que sea disfrutado por personas con discapacidad física e intelectual.
- ✚ El material no es costoso: red, palas y bolas.
- ✚ Es fácil de aprender, generando poca frustración y se puede alcanzar un buen nivel en poco tiempo.

Material.

Todo lo que realmente necesitas para jugar al Pickleball es una paleta, una bola y una red.

¿Qué tipo de pelota se usa para pickleball?

Hay pelotas para jugar en interiores y pelotas diferentes para jugar en exteriores. Una pelota de pickleball es una bola de plástico que mide entre 2,87 y 2,97 de diámetro. Pueden tener 26, 28 o 40 agujeros.

Cuanto menor sea el número de agujeros, más lentamente se moverá la pelota al deslizarse por el aire. El tipo de pelotas que utilices puede depender de la superficie en la que juegues y de si tú y tu oponente prefiere un juego rápido o lento.

Pelotas de interior

Los agujeros de la pelota son más grandes y distanciados entre sí que los de las pelotas de exterior, por lo que se escapa menos aire cuando rebotan.

Esto ayuda a mantener la pelota en el aire durante más tiempo y puede reducir significativamente la altura del rebote porque tarda



más en golpear el suelo. Las pelotas de interior están fabricadas con un material de poliéster más blando que reduce los daños a los suelos y al resto del equipo.

Por tanto, las pelotas para jugar en indoor son más suaves y ligeras. Las pelotas de interior suelen ser más fáciles de controlar.



Pelotas para jugar al aire libre

Tienen menos agujeros, lo que hace que la pelota sea más fuerte y llegue más lejos que las pelotas de interior.

Son más duras y un poco más pesadas debido a la superficie de la cancha al aire libre, el viento y las temperaturas. Además de tener menos agujeros, estos son más pequeños y tienden a viajar más rápido que las pelotas de interior.



Bolas de torneo

La Asociación de Pickleball de Estados Unidos tiene un estricto conjunto de directrices que cualquier pelota oficial de pickleball debe cumplir para obtener su aprobación.

Hay más de 40 pelotas que han sido aprobadas. Todas las pelotas de pickleball de los Estados Unidos tienen el logotipo oficial de USA Pickleball en la pelota.



Palas

Las palas vienen en todo tipo de formas, tamaños, pesos, agarres, colores, precios y materiales. Al igual que las pelotas, solo las palas aprobadas por USA Pickleball se pueden usar en los torneos.

Forma: Las palas pueden tener diferentes formas según sus preferencias. Algunas tienen un cuerpo ancho mientras que otras son estrechas. Algunas palas tienen forma de lágrima, de diamante, redonda o cuadrada. Tienes que tener en cuenta lo que buscas en una pala para poder encontrar la que más te convenga.

Protección del borde de la pala: Esto protege el borde de tu pala de golpes y rozaduras.

Empuñadura - Las palas pueden ser de 3 tipos de empuñadura: agarre, estándar y contorno. El estándar tiene un agarre estándar, el contorno está diseñado para ser agarrado por la mano completamente alrededor del mango. La pala con la empuñadura más grande mide 14 pulgadas, la más pequeña mide 11,5 pulgadas.

Las palas de pickleball se pueden fabricar con madera, grafito o material compuesto. Las palas de madera son, por lo general, más pesadas y, solo las usan los principiantes. La tecnología ha avanzado, por lo que la mayoría de las palas actuales tienen una cara de grafito, compuesto, fibra de carbono o fibra de vidrio.



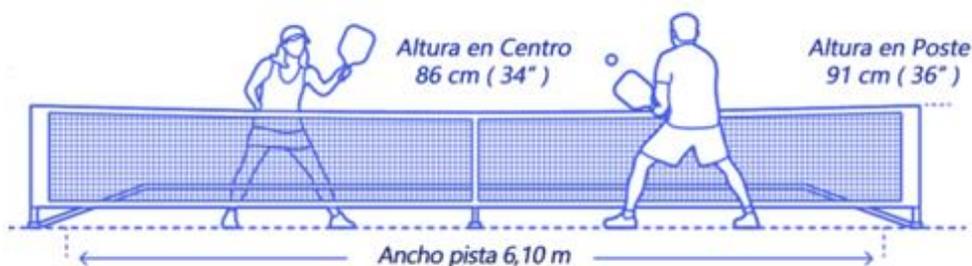


Redes

Hay redes portátiles, redes permanentes y redes sobre rodillos.

Una red de pickleball tiene unos 6 metros de ancho. Una red de pickleball mide 34" (86,36 cm) de altura en el centro y en las líneas laterales es de 36" (91,44 cm).

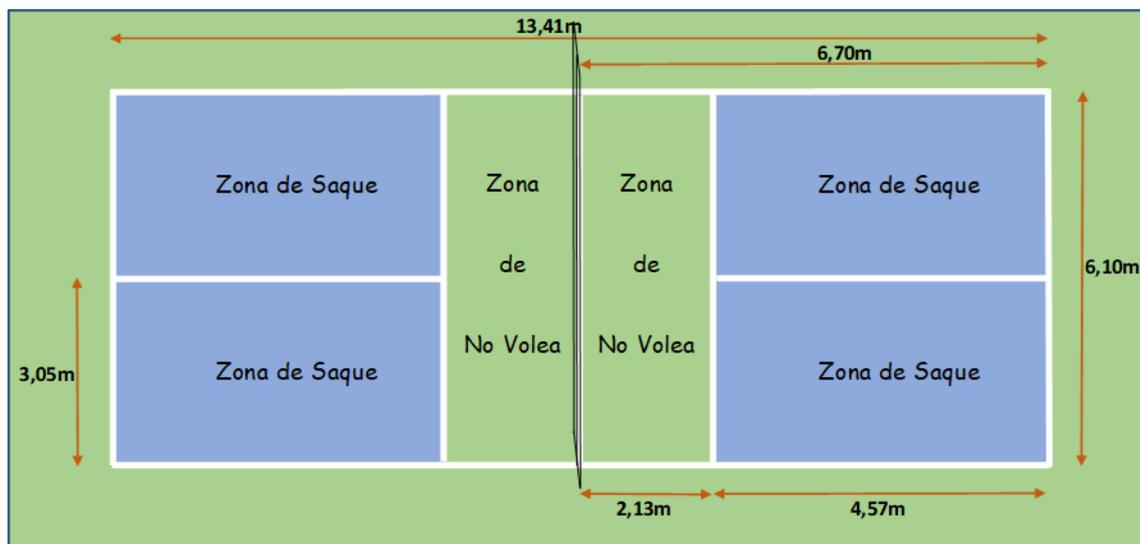
Debido a su tamaño, una red de pickleball es fácil de transportar de un lugar a otro. Con lo que puedes jugar casi en cualquier sitio.



Zona de juego

El pickleball se juega sobre una superficie dura, y puede ser de distintos materiales: resina, quick, tarima, cemento, etc...

El tamaño de la pista es muy similar a la de bádminton de dobles.





2. PRESENTACION DE LA ESCUELA

Es un club sin ánimo de lucro, constituido por amantes de este deporte, a través del cual queremos transmitir nuestros valores:

Valores Sociales	Valores Personales
Respeto y Compañerismo Amistad Trabajo en equipo Participación de todos: para todas las edades y géneros Inclusivo: cualquier discapacidad física y/o intelectual Solidaridad Promoción del deporte	Habilidad (física y mental) Diversión Mantenimiento o mejora de la salud Deportividad y juego limpio Participación lúdica Humildad Autorrelación

La escuela nace en el año 2022 con los objetivos siguientes:

- ✚ Fomentar la práctica deportiva en niños, jóvenes, adolescentes, adultos y personas con cualquier tipo de discapacidad (intelectual y/o física).
- ✚ Promoción de este deporte para cualquier persona a nivel social y de género.
- ✚ Enseñar y ayudar a mejorar su juego a todas las participantes.
- ✚ Desarrollar y mejorar las capacidades físicas y estrategias de juego.
- ✚ Creación de un programa de clases para enseñar y mejorar el juego en los participantes.
- ✚ Creación de competiciones entre las distintas escuelas para afianzar lo aprendido y que los jugadores se familiaricen con las competiciones.
- ✚ Fomentar el compañerismo y el trabajo en equipo, pues este es un deporte con un alto carisma social.



3. ACTIVIDADES.

Para promocionar este deporte, el club oferta diversas actividades:

- ✚ Jornadas de puertas abiertas para todo tipo de público.
En colaboración con las instalaciones que nos lo soliciten, se confeccionara un evento acorde a los requisitos propuestos:
 - Marcaje de pistas
 - Proporcionar material necesario
 - Impartir clases intensivas y dinámicas durante el evento
 - Presentación del deporte con una exhibición.
 - Proporcionar información necesaria sobre el club y captación de socios.
- ✚ Disponer de un espacio semanal continuo para la práctica del deporte para todos los niveles de juego y edad.
- ✚ Realización de clinics impartidos por jugadores/profesores titulados.
- ✚ Convocatorias de torneos/competiciones para todos los niveles y edades.
- ✚ Elaboración de eventos con fines solidarios.
- ✚ Promocionar el pickleball como deporte inclusivo.
- ✚ Colaborar con todas aquellas entidades que nos lo solicite para la promoción del pickleball.
- ✚ Formación para todo tipo de personas, a través de las escuelas de pickleball.



4. METODOLOGÍA.

El club confecciona una metodología propia, orientada según los niveles y edad de los alumnos.

- ✚ Profesores titulados para el deporte del Pickleball.
- ✚ Programa de clases teniendo en cuenta el nivel de juego y edad.
- ✚ El material de las clases es proporcionado por el club.
- ✚ La duración del curso es de octubre a mayo, a no ser que se acuerde otro periodo con la empresa contratante.
- ✚ Se recomienda que el número mínimo de alumnos sea 8.
- ✚ Se dará la opción de recuperación de clases en caso que por motivos justificados no se puedan impartir en la fecha y día acordados.

5. TARIFAS.

El club ofrece unas tarifas competitivas. Las tarifas se pueden personalizar teniendo en cuenta las condiciones particulares que el proveedor nos transmite para satisfacer sus necesidades.

TARIFAS ESCUELA PICKLEBALL 2023/2024 (por alumno)		
ACTIVIDAD	SOCIO AMPA	NO SOCIO
2 días por semana	25 €	30 €
CALENDARIO: OCTUBRE 2023 A JUNIO 2024 - Material aportado por el Club		
FORMALIZACION DE RESERVA: 35€ con entrega de pala		
10% DTO. por cada hijo inscrito adicional al primero en el pago de la cuota mensual		

6. EVALUACION.



Se confeccionará una memoria con la evaluación de la actividad realizada, en el que se tendrá en cuenta los siguientes ítems:

- ✚ Numero participantes. Mostrando estadísticas con la evolución de la participación a lo largo del tiempo.
- ✚ Porcentaje de participantes por edad y sexo
- ✚ Grado de satisfacción de los participantes
- ✚ Participación de personas con discapacidad.
- ✚ Porcentaje de participantes que pertenezcan al distrito donde se desarrolla.
- ✚ Características de la instalación.
- ✚ Sistema promocional.

7. ESTRATEGIA DE MEDIOS Y PRIVACIDAD.

A través de las redes sociales se publicitaría todas las actividades que el club ofrece. Colaborando con otros clubes, asociaciones, entidades deportivas, colegios e instalaciones deportivas, para la buena difusión de este deporte y que pueda llegar a todo el mundo.

En todos los eventos que organice el club, se respetará y se tendrá en cuenta todo lo concerniente a la ley de protección de datos. Así como, se tendrá en cuenta la protección de la imagen de los menores.

8. DATOS DE CONTACTO

David Martín +34 663 21 27 37