

TENIS

1. Modalidades o incluidas en esta guía

La FDPT patrocina las siguientes modalidades:

1. Tenis Singles
2. Tenis Dobles
3. Tenis 10

2. Federación, unión o asociación internacional

International Tennis Federation

www.itftennis.com

3. Bibliografía Consultada

International Tennis Federation – ITF (2017). ITF Reglas del Tenis. Tomado de www.itftennis.com/media/221229/221229.pdf

International Tennis Federation – ITF. Superficies juego. Tomado de <http://www.itftennis.com/technical/courts>

International Tennis Federation – ITF. Guía de Instalaciones. Tomado de <http://www.itftennis.com/technical/facilities>

International Tennis Federation – ITF. Manual ITF Tennis 10s. Tomado de <http://www.tennisplayandstay.com/media/124396/124396.pdf>

TENIS SINGLES / DOBLES

A. Descripción general de deporte

1. Breve descripción de la dinámica del juego

El tenis es un deporte de raqueta practicado sobre un campo rectangular, delimitado por líneas y dividido por un net.

Este deporte se disputa entre dos jugadores (individuales) o entre dos parejas (dobles). El objetivo del juego es lanzar una pelota golpeándola con la raqueta de modo que rebote dentro del campo del rival, procurando que este no pueda devolverla.¹

B. Características del área de juego

1. Dimensiones

La pista será un rectángulo de 23.77 m de largo por 8.23 m de ancho. Para los partidos de dobles la pista será de 10.97 m de ancho.

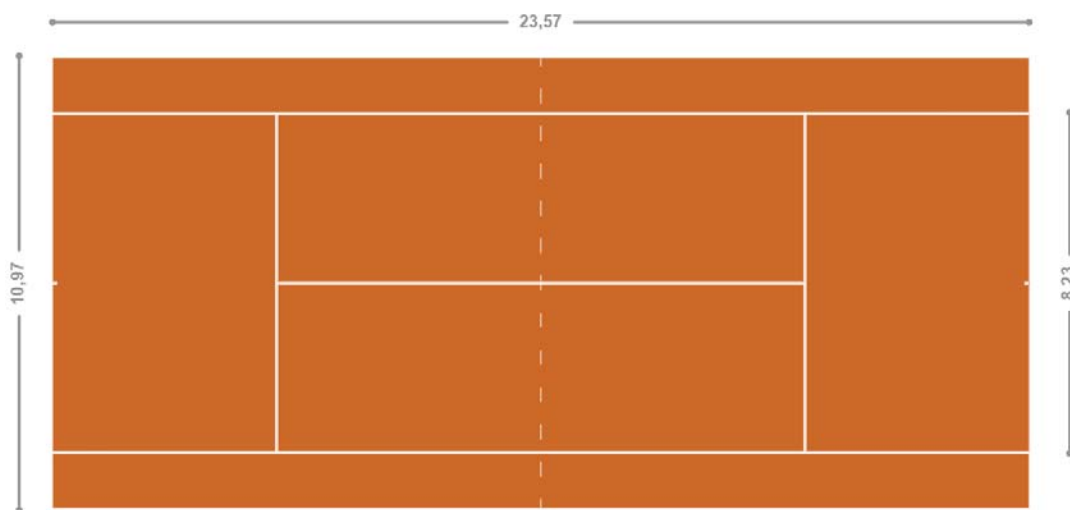


Figura 1
Dimensiones de la pista de tenis.²

2. Zona de seguridad

De forma contigua a las líneas laterales se debe guardar una distancia mínima de 3.66 metros, en pistas reglamentarias, requiriéndose 4.57 metros en competencias mundiales (Copa Davis).

¹ Tomado de <http://cdag.com.gt/deportes/federaciones/federacion-nacional-de-tenis-de-campo-de-guatemala/>

² Elaboración propia.

Detrás de la línea de fondo se debe guardar una distancia de 6.40 metros, en pistas reglamentarias, requiriéndose 8.23 metros en competencias mundiales (Copa Davis).

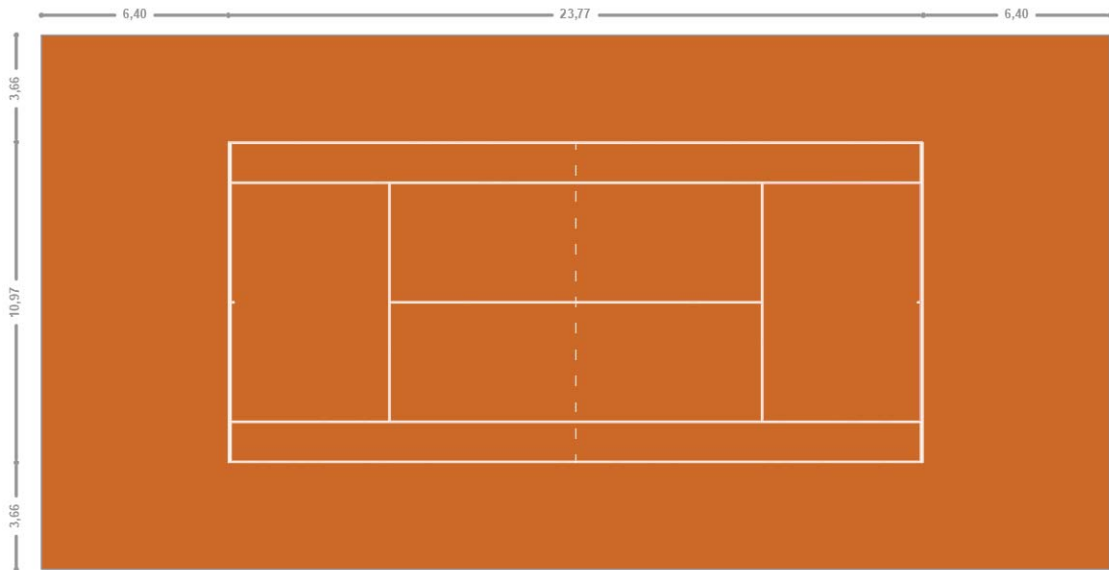


Figura 2
Zonas de seguridad alrededor de la pista de tenis.³

3. Orientación

La orientación de las pistas al aire libre debe ser en el eje Norte – Sur, no obstante, se debe realizar un análisis de las características específicas del emplazamiento para determinar la orientación óptima de los campo.

La ITF pone a disposición, a través de su sitio web, los alcances a considerar en este análisis en la siguiente sección: <http://www.itftennis.com/technical/facilities/facilities-guide/outdoor-courts.aspx>

4. Altura libre

En campistas cubiertos la altura libre debe ser como se indica a continuación:

ALTURA MÍNIMA			
Juega Nivel	Sobre la red (m)	Línea de fondo (m)	Barrera posterior (m)
Recreativo	10.67	6.10	4.88
Competencia	12.19 mínimo	12.19 mínimo	12.19 mínimo
Copa Davis	9 mínimo (12 para el Grupo Mundial)	9 mínimo (12 para el Grupo Mundial)	9 mínimo (12 para el Grupo Mundial)

5. Trazado

Las líneas que limitan los extremos de la pista se denominan líneas de fondo y las líneas que limitan los costados de la pista se denominan líneas laterales.

³ Elaboración propia.

A cada lado de la red y paralela a ella, se trazarán dos líneas entre las líneas laterales a una distancia de 6.40 m a partir de la red. Estas líneas se llaman líneas de saque o de servicio.

El área entre las líneas de servicio será dividida por una línea central de servicio en dos partes iguales llamadas cuadros de servicio. La línea central de servicio se trazará paralelamente a las líneas laterales de individuales y equidistante a ellas.

Cada línea de fondo será dividida en dos por una marca central de 10 cm de largo, que se trazará dentro de la pista y será paralela a las líneas laterales de individuales.

La línea central de servicio y la marca central serán de 5 cm de ancho. Las otras líneas de la pista serán de entre 2.5 cm y 5 cm de ancho, excepto las líneas de fondo que podrán ser de hasta 10 cm de ancho.

Todas las medidas de la pista se tomarán por la parte exterior de las líneas. Todas las líneas de la pista serán del mismo color para que contrasten claramente con el color de la superficie. No habrá publicidad alguna sobre la pista, sobre la red, la faja, la banda, los postes de la red o los palos de individuales.

El trazado en pistas que no tengan una demarcación que forme parte de la superficie (como las pistas de arcilla) se realiza con flejes especialmente fabricados para este fin adheridos a la superficie mediante clavos o grapas, pudiendo realizarse, de forma menos perdurable con cal.

El apéndice IX del ITF Reglas de Juego 2017, incluye sugerencias sobre el modo de trazado de una pista de tenis.

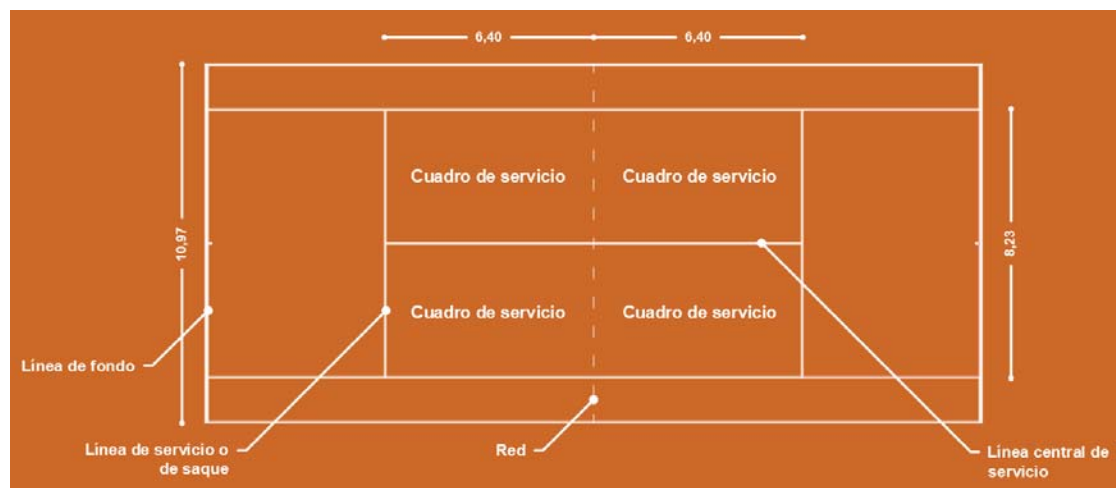


Figura 3
Trazado del campo de juego.⁴

6. Entrenamiento y práctica recreativa

Para el entrenamiento y masificación las dimensiones del campo de juego serán las oficiales, indicadas en líneas arriba.

⁴ Elaboración propia.

No obstante, tratándose del área de seguridad esta puede tener una distancia mínima de 5.49 metros de fondo y 3.05 metros en los laterales.

Se requiere un mínimo de 3,66 metros entre la línea lateral y cualquier obstrucción fija tal como una cerca, pared, poste de iluminación, etc. Sin embargo, si múltiples pistas se agrupan de lado a lado, la distancia entre pistas adyacentes puede reducirse a 3,66 metros para la práctica recreativa. En consecuencia, el espacio entre pistas adyacentes se considera compartido, siendo la única obstrucción física en dicho espacio será el poste de la red de la pista adyacente.

Cualquier objeto fijo se debe colocar alineado con la línea de la red, así mismo la distribución de canchas contiguas debe ser de forma lateral, evitando colocar pistas contiguas por el lado de la línea de fondo (a menos que se utilicen divisores) por seguridad de los jugadores.

7. Práctica para personas con discapacidad

Si bien internacionalmente la ITF patrocina la práctica del tenis para personas con discapacidad (tenis en silla de ruedas), actualmente en el Perú no se ha implementado esta práctica.

Las consideraciones para la práctica dirigida a este público giran en torno a las reglas de competición y ciertas consideraciones de la silla de ruedas empleada, que pueden consultarse en la ITF Reglas del Tenis 2017, no existiendo condiciones especiales de infraestructura para la práctica dirigida a este público, salvo las condiciones de accesibilidad generales establecidas por el RNE.

Adicionalmente, para la definición de las secciones de circulación se debe tener en cuenta las dimensiones de las sillas de rueda deportivas que son mucho más anchas que las sillas de ruedas regulares, llegando a alcanzar un ancho de base de hasta 1.20 metros frente a los 0.80 metros de una silla convencional. Sin embargo se debe tener en cuenta que las ruedas de las sillas de deportes se pueden quitar para facilitar el acceso donde el espacio es limitado en instalaciones existentes.



Figura 4
Silla de ruedas deportiva y silla de ruedas convencional.⁵

C. Características de la superficie de juego

⁵ Tomado de <http://www.medicalatina.com/dynamics/sillas-ruedas/deportivas.html> y http://lacronicadelpajarito.com/espana/un-restaurante-valenciano-niega-entrada-a-un-nino-que-utiliza-silla-ruedas?qt-social_redes=0&qt-radio_tv=1

1. Materiales de la pista

La superficie de las pistas de tenis puede ser de:

- Acrílico / poliuretano
- Arcilla natural / artificial / híbrida
- Césped natural / artificial
- Asfalto
- Alfombra / tapiz / moqueta
- Concreto
- Césped
- Baldosas
- Madera
- Lona

El tipo de superficie influye en el movimiento de los jugadores y el rebote de la pelota, debiendo los jugadores adaptar su juego al tipo de superficie donde competirán.

Las pistas de tenis se clasifican en 5 categorías dependiendo de la velocidad de la misma:

CATEGORÍA	VELOCIDAD
Categoría 1	Lenta
Categoría 2	Media lenta
Categoría 3	Media
Categoría 4	Media rápida
Categoría 5	Rápida

Si bien existe cierta relación entre el tipo de superficie y su velocidad, esta no es directa, por ejemplo, una pista de arcilla puede ser lenta como media lenta, las pistas de acrílico pueden ser tanto lentas como rápidas, es por ello que la ITF tiene a disposición, a través de su sitio web, un listado con la clasificación de las pistas según su velocidad, en la siguiente sección: <http://www.itftennis.com/technical/courts/classified-surfaces/about-court-pace-classification.aspx>

La inclusión en la lista de clasificación de superficies de la ITF no implica ninguna forma de aprobación o respaldo de la ITF.

2. Reconocimiento de pistas

La ITF tiene un programa de reconocimiento de pistas, pudiendo una pista obtener un reconocimiento de una estrella o dos estrellas dependiendo del cumplimiento de los requisitos del campo disponibles en su sitio web, en la siguiente sección: <http://www.itftennis.com/technical/courts/recognised-courts.aspx>

Así mismo, la ITF tiene a disposición una guía general para el diseño de instalaciones en la siguiente sección: <http://www.itftennis.com/technical/facilities>

3. Recomendaciones de mantenimiento

En el caso de superficies de fábrica se deben seguir las recomendaciones de mantenimiento del fabricante o instalador.

El en caso de los campos de arcilla, estos deben ser regados diariamente después de su uso, debiendo realizarse un mantenimiento integral (recomendablemente cada seis meses y anualmente como mínimo) que implica la remoción total de la base y el recapeo de la superficie de arcilla.

D. Criterios de iluminación

1. Criterios generales

La pelota, independientemente de su ubicación y la velocidad, siempre debe ser claramente visible. Crear una buena visibilidad requiere un contraste suficiente, buenos niveles de iluminación y una distribución uniforme de luz a través de la superficie de juego.

Es importante tener en cuenta que el diseño de iluminación y la instalación requieren conocimientos específicos de ingeniería y deben ser realizadas por profesionales capacitados y con experiencia.

La ITF tiene a disposición, a través de su sitio web, los criterios generales y recomendaciones para la iluminación artificial de pistas de juego en la siguiente sección: <http://www.itftennis.com/technical/facilities/facilities-guide/lighting.aspx>

2. Niveles de iluminación

La tabla a continuación muestra las especificaciones de iluminación requeridas instalaciones al aire libre e instalaciones en interiores para pistas de clase I, II y III, debiéndose considerar:

Clase I: Competencias nacionales e internacionales de alto nivel (no televisadas) con requisitos para espectadores con distancias de visualización potencialmente largas.

Clase II: Competencias de nivel medio, como torneos de clubes regionales o locales. Esto generalmente involucra un número mediano de espectadores con distancias de visualización promedio. El entrenamiento de alto nivel también puede incluirse en esta clase.

Clase III: competencia de bajo nivel, como torneos de clubes locales o pequeños. Esto usualmente no involucra espectadores. Entrenamiento general, deportes escolares y actividades recreativas también entran en esta clase.

ESPECIFICACIONES DE ILUMINACIONES PARA CAMPOS AL AIRE LIBRE					
	Iluminación Horizontal	Uniformidad	Deslumbramiento	Temperatura de color de la lámpara	Representación del color de la lámpara
	E_h promedio (lux)	E_{min}/E_h promedio	GR	(K)	R_a
Clase I	> 500*	> 0.7	< 50	> 4000	> 80
Clase II	> 300*	> 0.7	< 50	> 4000	> 65
Clase III	> 200*	> 0.6	< 55	> 2000	> 20

ESPECIFICACIONES DE ILUMINACIONES PARA CAMPOS AL AIRE LIBRE					
	Iluminación Horizontal	Uniformidad	Deslumbramiento	Temperatura de color de la lámpara	Representación del color de la lámpara
	E_h promedio (lux)	E_{min}/E_h promedio	GR	(K)	R_a
Clase I	> 750*	> 0.7	< 50	> 4000	> 80
Clase II	> 500*	> 0.7	< 50	> 4000	> 65
Clase III	> 300*	> 0.5	< 55	> 2000	> 20

(*) Valores mantenidos.

Las especificaciones de iluminación y otros aspectos para pistas para competiciones ATP, WTA y Copa Davis se encuentran en el siguiente enlace: <http://www.itftennis.com/technical/technical-centre/faqs/court-regulations.aspx>

E. Instalaciones complementarias y auxiliares

1. Instalaciones complementarias

VESTUARIOS

Vestuarios en cantidad suficiente con duchas, servicios higiénicos y casilleros suficientemente amplios para guardar simultáneamente el equipo deportivo, indumentaria y efectos personales.

SALA DE DESCANSO

La sala descanso para deportistas es requerida en competencias.

2. Instalaciones auxiliares

TOPICO

Ambiente destinado al auxilio médico.

OFICINA ADMINISTRATIVAS Y DE ÁRBITROS

Ambientes en donde se organizan y se programan las competencias.

TIENDA DEPORTIVA

Establecimiento comercial con oferta de equipamiento deportivo, debiendo contar deseablemente con una máquina de encordar para la reparación de raquetas.

RESTAURANTE / CAFETERÍA

Es deseable incluir en el programa arquitectónico de la instalación deportiva un espacio con servicio de comidas y bebidas tanto para la práctica recreativa como para el potencial público espectador.

DEPOSITOS

Se debe contar con depósitos diferenciados tanto para albergar el equipamiento deportivo como para el equipo de mantenimiento de los campos.

F. Equipamiento

1. Equipamiento deportivo de competencia

BOLA

Dependiendo del tipo de pista (lenta, media, rápida) se deberá seleccionar el tipo de bola:

VELOCIDAD DE SUPERFICIE DE PISTA	BOLA A EMPLEAR
Lenta	Tipo 1 (Rápida)
Media lenta	Tipo 2 (Media)
Media	Tipo 2 (Media)
Media rápida	Tipo 2 (Media)
Rápida	Tipo 3 (Lenta)
Cualquiera sobre los 1219 m.s.n.m.	Altitud

Las bolas podrán ser amarillas o blancas, aunque estas últimas son de uso menos frecuente. El peso de la bola deberá estar entre los 56.00 y 59.40 gramos. El diámetro de la bola deberá estar entre los 6.54 y 6.86 cm, a excepción de la bola lenta que deberá estar entre los 7.00 y 7.30 cm.

Existen otras especificaciones como la altura de rebote, deformación hacia adelante y deformación de retroceso, que el fabricante deberá acreditar ante la ITF.

El Apéndice I de ITF Reglas de Tenis 2017, explican en mayor detalle las consideraciones que deberán tener las bolas.

Así mismo, la ITF pone a disposición, a través de su sitio web, un listado de bolas aprobadas en la siguiente sección: <http://www.itftennis.com/technical/balls/approved-balls.aspx>

RAQUETA

El marco de la raqueta no excederá de 73.7 cm de longitud total y de 31.7 cm de anchura total. La superficie de golpeo o encordado no excederá de 39.4 cm de longitud total cuando se mida paralelamente al eje longitudinal del mango, y de 29.2 cm de ancho total, cuando se mida perpendicularmente al eje longitudinal del mango.

El área de golpeo tendrá un patrón de encordado debe ser generalmente uniforme y particularmente no menos densa en el centro que en cualquier otra área. La raqueta debe ser diseñada y encordada de tal manera que las características de juego son idénticos en ambas caras.

La raqueta deberá estar libre de cualquier objeto, protuberancia o dispositivo conectado que haga posible cambiar materialmente la forma de la raqueta, o su momento de inercia

alrededor de cualquier eje principal, o para cambiar cualquier propiedad física que puede afectar el rendimiento de la raqueta durante el juego.

Los objetos adheridos, protuberancias y dispositivos aprobados por la ITF como Tecnología para el Análisis del Jugador, o que se emplee para limitar o evitar el desgaste o vibración o, para distribuir el peso del marco, están permitidos. Debiendo todos los objetos permitidos ser razonables en tamaño en proporción y ubicación.

Ninguna fuente de energía que pueda cambiar o afectar a las características de juego de una raqueta puede ser incorporada en o conectado a una raqueta.

El Apéndice II de ITF Reglas de Tenis 2017, explican en mayor detalle las consideraciones que deberán tener las raquetas.

FOSAS DE INSERCIÓN DE POSTES DE RED

Estos accesorios van empotrados en el suelo y permiten colocar y retirar los postes que sostienen la red.

Por cada cancha se deben colocar un par de ellos para dobles a una distancia que permita colocar los ejes de los postes a 0.914 m afuera de cada lado de la línea laterales de dobles.

Para juegos de individuales se puede contar con un par adicional o en su defecto usar los postes de individuales descritos más adelante.



Figura 5
Fosas de inserción de postes.⁶

POSTES DE RED

Para los partidos de dobles, los centros de los postes de la red estarán situados a 0.914 m afuera de cada lado de la línea de dobles.

Para los partidos de individuales, si se usa una red de individuales, los centros de los postes de la red estarán a 0.914 m afuera de cada lado de la línea de individuales.

⁶ Tomado de <https://www.harrod.uk.com/socketed-mini-tennis-posts/p-ten-560>

Los postes de la red no serán de más de 15 centímetros de diámetro y no sobresaldrán más de 2.5 cm por encima de la cuerda de la red.

Los postes deberán contar con un sistema de tensión de la red, que permita una tensión neta de de 1,8-2,0 +/- 0,1 kN. Los postes de la red deben ser lo suficientemente fuertes como para resistir las fuerzas generadas por la tensión de la red. Por lo tanto, la parte insertada de los postes de aproximadamente 600 mm pueden necesitar ser aumentada para adaptarse a las condiciones del terreno.



Figura 6
Poste de red con sistema de tensión.⁷

Los sistemas postes de red temporales (que evitan la necesidad de perforar la superficie), están disponibles y son de uso frecuente en los torneos bajo techo, donde la pista de juego no es permanente.

PALOS DE INDIVIDUALES

Si se usa una red de dobles para partidos individuales, entonces la red se sostendrá a una altura de 1.07 m mediante soportes denominados palos de individuales, cuyos centros estarán a 0.914 m afuera de cada lado de la línea de individuales.



Figura 7
Palo de individuales.⁸

Los palos de individuales no serán mayores que un cuadrado de 7.5 cm por lado o 7.5 cm de diámetro y no sobresaldrán más de 2.5 cm por encima de la cuerda de la red.

⁷ Tomado de <https://gazonartificial.com.ro/accesorii-sportive/>

⁸ Tomado de <http://www.bonfimsports.com.br/prod-tenis.html>

En un partido de individuales que se juegue con una red de dobles y palos de individuales, los postes de la red y la parte de la red situada por fuera de los palos de individuales son accesorios fijos permanentes y no se consideran postes de la red ni parte de la red.

RED

La pista estará dividida en su mitad por una red suspendida de una cuerda o un cable metálico cuyos extremos estarán fijados a la parte superior de dos postes o pasarán sobre la parte superior de dos postes a una altura de 1.07 m.

La red estará totalmente extendida de manera que llene completamente el espacio entre los dos postes de la red y la malla debe ser de un entramado lo suficientemente pequeño para que no pase la pelota de tenis (típicamente de 45 a 50 mm).



Figura 8
Red de tenis.⁹

Habrà una banda blanca por todas sus partes cubriendo la cuerda o el cable metálico y la parte superior de la red. El diámetro máximo de la cuerda o cable metálico será de 0.8 cm. La banda será de entre 5 cm y 6.35 cm de anchura a cada lado.



Figura 9
Banda superior de red.¹⁰

FAJA CENTRAL DE RED

La altura en el centro de la red será de 0.914 m, en donde estará sostenida mediante una faja blanca por todas sus partes. La anchura máxima de la faja será de 5 cm.

⁹ Tomado de <https://www.ludotenis.com/conozca-de-tenis/tipos-de-cancha/>

¹⁰ Tomado de <http://www.bonfimsports.com.br/prod-tenis.html>



Figura 10
Faja central de red.¹¹

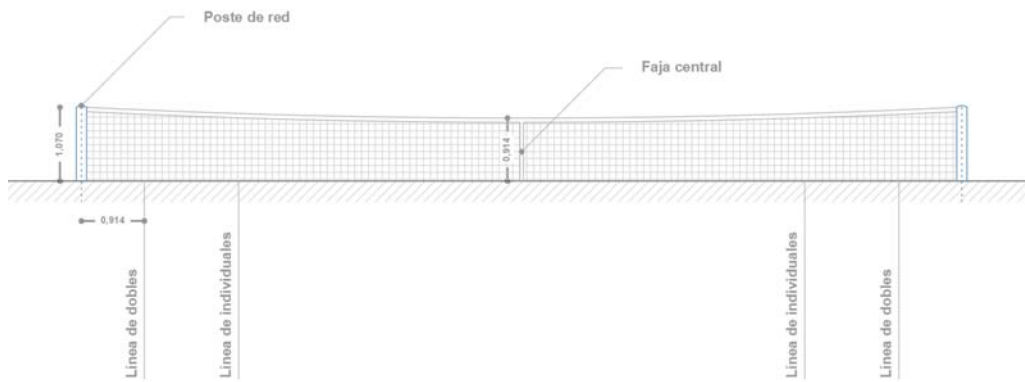


Figura 11
Red de dobles.¹²

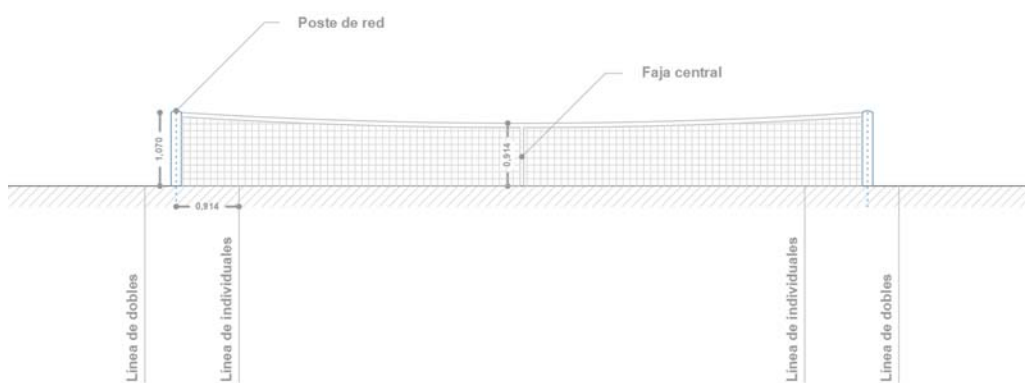


Figura 12
Red de individuales.¹³

¹¹ Tomado de <http://www.bonfimsports.com.br/prod-tenis.html>

¹² Elaboración propia.

¹³ Elaboración propia.

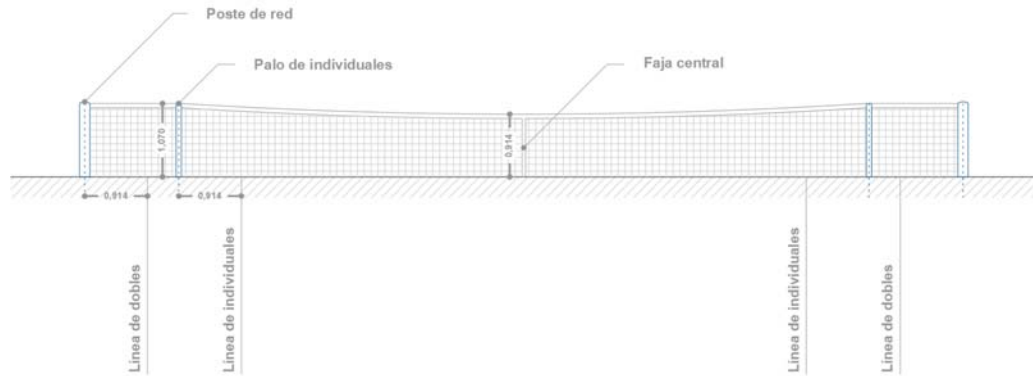


Figura 13
Red de dobles adaptada para individuales.¹⁴

FAJA DE DEMARCACIÓN (FLEJES)

El trazado en pistas que no tengan una demarcación que forme parte de la superficie (como las pistas de arcilla) se realiza con flejes especialmente fabricados para este fin adheridos a la superficie mediante clavos o grapas.

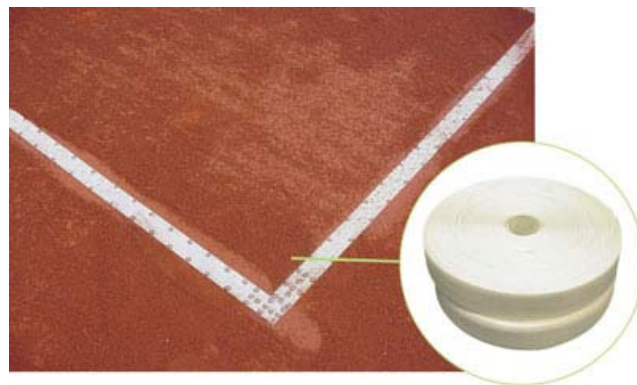


Figura 14
Faja de demarcación.¹⁵

2. Equipamiento auxiliar

SILLA DE ÁRBITRO

Deberá estar a una altura de entre 1.70 y 1.80 metros.

¹⁴ Elaboración propia.

¹⁵ Tomado de <http://www.bonfimsports.com.br/prod-tenis.html>



Figura 15
Silla de árbitro.¹⁶

BANCA DE DESCANSO PARA JUGADORES



Figura 16
Banca de descanso para jugadores.¹⁷

BARRERAS POSTERIORES Y LATERALES

A fin de contener la bola dentro de la pista y su área de seguridad se deben colocar barreras alrededor de la zona de los campos. La altura de las barreras posteriores dependerán de lo que haya detrás de la pista de juego, la altura regularmente es de 3.00 metros, aunque ciertas colindancias (como carreteras o zonas residenciales) podrían requerir una mayor altura.

Las barreras laterales deben ser de la misma altura que las posteriores en un mínimo de 6.00 metros de longitud, siendo 9.00 metros la longitud recomendable. Las barreras laterales en el resto del tramo deben tener una altura mínima de 0.90 metros.

El tramado de las barreras debe permitir el mayor paso de luz y permitir la vista sin dejar pasar la bola (entre 45 y 55 mm), debiendo ser o estar recubierto de un material que no permita su oxidación. Se deben evitar las salientes que signifiquen un riesgo para los deportistas.

¹⁶ Tomado de <http://www.bonfimsports.com.br/prod-tenis.html>

¹⁷ Tomado de http://www.epark-tienda.com/BANCA-TENIS-MODELO-BT03,167_7



Figura 17
Barreras posteriores y laterales.¹⁸

MALLAS DE SOMBRA

En pistas de tenis en exteriores las mallas de sombra permiten atenuar el viento en el campo de juego, estas mallas deben ser de un color contrastante con el color de la bola para facilitar su visualización.



Figura 18
Malla de sombra.¹⁹

EQUIPO DE MANTENIMIENTO

¹⁸ Tomado de <http://www.ozkayatelit.com/hizmetlerimiz-439-tenis-kortu-cit-uygulamalari.html>

¹⁹ Tomado de <http://www.bonfimsports.com.br/prod-tenis.html>

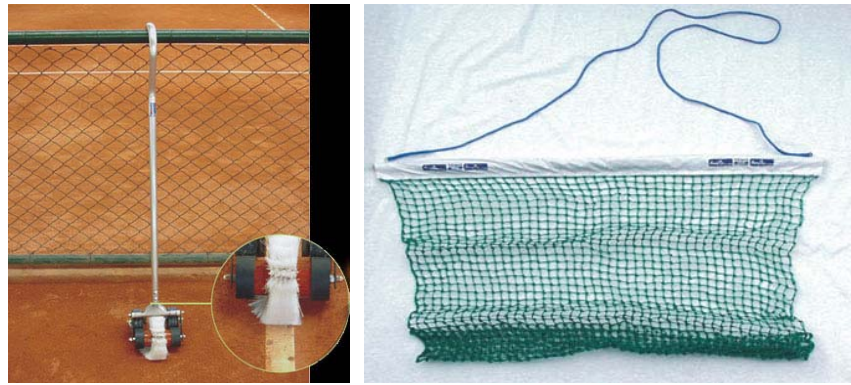


Figura 19
Limpiador de líneas y rastrillo para pistas de arcilla.²⁰

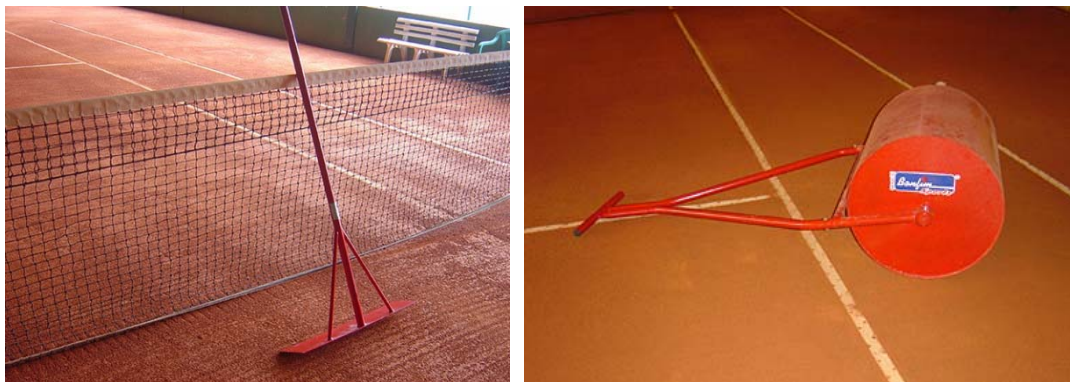


Figura 20
Rastrillo y rodillo compactador para pistas de arcilla.²¹



Figura 21
Escoba para pistas de arcilla.²²

3. Consideraciones para el entrenamiento y práctica recreativa

En el entrenamiento y práctica recreativa es usual empleo de las bolas de velocidad media, indistintamente de la velocidad de la superficie de la pista, esto debido a la dificultad tener certeza sobre la velocidad de la pista, sin efectuar las pruebas correspondientes, así como la disponibilidad que ofrece el mercado local.

²⁰ Tomado de <http://www.bonfimsports.com.br/prod-tenis.html>

²¹ Tomado de <http://www.bonfimsports.com.br/prod-tenis.html>

²² Tomado de <http://www.bonfimsports.com.br/prod-tenis.html>

4. Recomendaciones de mantenimiento

RAQUETA

- Colocar una cinta de agarre (grip) en el mango de la raqueta para evitar que se dañe la original.
- Reemplazar la cinta de agarre del mango de la raqueta cuando se haya ennegrecido.
- Controlar la tensión de las cuerdas a fin de que no estén muy tensas o muy sueltas a fin de evitar que se rompan.
- Efectuar una limpieza profunda de la raqueta con un paño seco una vez al mes.
- Transportar la raqueta siempre en una funda protectora.

BOLAS

- Las bolas deben ser guardadas en un recipiente presurizado (luego de ser retiradas de su envase original) a fin de evitar pérdidas de presión con la consecuente pérdida de capacidad de rebote.

G. Criterios de diseño para el área de espectadores

La tribuna de espectadores podrá rodear totalmente el campo de juego, dependiendo de la necesidad de aforo y disponibilidad de espacio podrá ocupar solo algunos de sus lados.

Se deben respetar las zonas de seguridad y cuidar la correcta visión del escenario de competición (isóptica).

TENIS 10

A. Descripción general de deporte

1. Breve descripción de la dinámica del juego

La ITF recomienda que los jugadores menores de 10 años no entrenen ni compitan con pelotas que sean normales y de color amarillo y en una cancha de tamaño normal, sino que entrenen y compitan con pelotas de color rojo, naranja o verde y en canchas de tamaño apropiado.

La utilización de pelotas más lentas ayudará a que los jugadores desarrollen una técnica más eficiente e implementen tácticas avanzadas que, en la mayoría de los casos, no podrían lograr utilizando pelotas amarillas en una cancha normal.

B. Categorías

1. Tenis rojo

Rojo es la primera etapa de Tenis 10s de la ITF. Permite que los jugadores saquen, peloteen y ganen puntos desde el inicio.

EDAD

Primariamente para los niños de hasta 8 años de edad pero se puede jugar en todas las edades en un entorno social y divertido.

CANCHA

El tamaño es 11-12 m de largo x 5-6m de ancho y la red a 80 cm de altura, ver en el Capítulo 1 ‘Marcar las Canchas’, la sección sobre cómo marcar la cancha simple y rápidamente.

PELOTAS Y RAQUETAS

Se pueden utilizar las pelotas Rojas de espuma o fieltro, ambas Pelotas rojas son más grandes que las naranja, verdes o las pelotas amarillas estándar, y son 75% más lentas que las pelotas normales. El tamaño máximo para raquetas o paletas es de 23", los jugadores de 5-7 años de edad pueden adaptarse mejor a una raqueta de 19" o 21", dependiendo de su tamaño y fuerza.

PUNTAJE

La muerte súbita a 7 o 10 puntos es el formato primario de puntaje, aunque se pueden utilizar números menores. Los jugadores con mayor experiencia pueden progresar hasta jugar al mejor de 3 muertes súbitas a 7, mientras que los partidos con tiempo limitado hasta 15 minutos son también convenientes y más fáciles de organizar.

FORMATO DE LA COMPETICIÓN

Los niños deben comenzar a competir en equipos usando formatos con muchos partidos cortos para cada jugador. Los dobles se pueden presentar para los niños de siete años o más, pero en grupos de menor edad, puede ser difícil lograr la cooperación de los niños. Para los más pequeños, la competición puede presentarse en estaciones y ser multi destreza. Los eventos ideales durarán entre 1-3 horas.

LUGAR DE LA COMPETICIÓN

En la medida posible, la competición debe realizarse en el propio club en entornos familiares. A medida que los niños ganan confianza, se puede extender a otros lugares cercanos a sus hogares.

CONTENIDO DE LA CLASE

Los jugadores comienzan tratando de armar un peloteo, luego, un desarrollo táctico y técnico simple enfatizando el saque, el peloteo y el juego. La clave en nivel Rojo es hacer bien cosas sencillas y enseñar las destrezas técnicas que son pertinentes para las situaciones tácticas que enfrentará el jugador en el Tenis Rojo. Los jugadores progresan a Naranja cuando logran cumplir con todos los criterios fijados.

2. Tenis naranja

En Naranja, los jugadores provenientes de Rojo aplican todas las destrezas que han aprendido para jugar el juego en una cancha más grande con una pelota más rápida. Los iniciantes de mayor edad pueden comenzar en Naranja en lugar de Rojo, simplemente porque son lo suficientemente grandes como para cubrir la cancha de mayor tamaño.

EDAD

Idealmente, los jugadores con experiencia en nivel Rojo pasarán a este nivel a la edad de 8 o 9. Algunos niños que se inician con posterioridad pueden permanecer en Naranja hasta los 10 u 11 años.

CANCHA

La cancha Naranja mide 18m x 6.5m (como se muestra) u 8.23m (ancho de la cancha total); la red está a 80cm de altura. Ver Capítulo 1 ‘Marcar las Canchas’, sección sobre cómo marcar la cancha simple y rápidamente.

PELOTAS Y RAQUETAS

La Pelota naranja es de igual tamaño que la pelota amarilla pero aproximadamente 50% más lenta, y bota más bajo. En esta cancha se debe utilizar una raqueta de 23” a 25”.

PUNTAJE

Como los niños son probablemente mayores y están más acostumbrados a jugar en competiciones, la duración es generalmente mayor, con una muerte súbita al mejor de 3, o formato de 1 x set corto a 4 juegos.

FORMATO DE LA COMPETICIÓN

Los niños continúan participando en competición por equipos, con partidos cortos de individuales y dobles en partidos cortos. Los jugadores que tienen más confianza pueden ahora querer jugar competición individual. La mayoría de los formatos duran entre 2-4 horas.

LUGAR DE LA COMPETICIÓN

Es necesario asegurar el buen equilibrio en la competición local pues permitirá que aquellos jugadores inseguros de su nivel de compromiso, continúen compitiendo. Los jugadores pueden viajar distancias cortas con mayor frecuencia para jugar en eventos.

CONTENIDO DE LA CLASE

Los niños comienzan jugando en todas las áreas de la cancha subiendo a la red, aprendiendo a atacar y defender, y aplicando sus destrezas existentes en la cancha más grande. El juego se torna más dinámico para aquellos jugadores que han progresado desde Rojo pero se debe continuar enfatizando el desarrollo de las destrezas centrales durante las clases para que los jugadores desarrollen otras destrezas con el juego frecuente. La exposición al juego de partidos hará que los jugadores desarrollen una mayor comprensión táctica.

3. Tenis verde

La verde es la etapa final antes de usar la pelota amarilla. Además de brindar la oportunidad ideal de verificar que las destrezas básicas del tenis estén en su lugar antes de pasar a la pelota amarilla, es también la etapa en la cual los jugadores deben ser desafiados en todas las áreas de la cancha, con pelotas botando con diferentes alturas y velocidades.

EDAD

Los jugadores de nivel Verde suelen tener de 9 a 10 años. Esto, por supuesto, depende de la habilidad y la edad a la que el niño comenzó a jugar. Lo importante, como en todas las etapas, es que los niños no progresen demasiado pronto. Como en las otras etapas, puede haber jugadores de mayor edad jugando con Pelota verde.

CANCHA

La verde es igual a la cancha de tamaño normal. Los jugadores recién pasarán a este tamaño de cancha cuando estén listos.

PELOTAS Y RAQUETAS

La pelota verde es aproximadamente 25% más lenta que la pelota amarilla y bota más alto que la pelota naranja. Los jugadores usarán una raqueta de 25" a 26" de longitud y bien balanceada.

PUNTAJE

En esta etapa se utiliza 1 x set corto a 4 juegos o al mejor de 3 sets cortos. Es aceptable usar otros formatos de puntaje más cortos con los jugadores menos confiados que lo prefieran en lugar de eventos más serios o formales.

FORMATO DE LA COMPETICIÓN

Los niños disfrutarán de los formatos por equipo y dobles, pero los jugadores jugarán más eventos individuales que en las dos etapas previas. Los eventos duran entre 3 horas y 2 días.

LUGAR DE LA COMPETICIÓN

La competición sigue siendo en el lugar local pues permite que los jugadores inseguros de su nivel de compromiso con el juego sigan compitiendo. Más frecuentemente, los jugadores pueden viajar distancias cortas desde sus hogares para jugar en eventos, algunos eventos regionales, y una pequeña minoría, eventos nacionales.

CONTENIDO DE LA CLASE

Con el tamaño de cancha total, las exigencias de la competición harán que los jugadores necesiten destrezas físicas para cubrir la cancha y controlar el cuerpo en este entorno dinámico. Tácticamente, los jugadores deben comprender y realizar un alto porcentaje de los tiros desde diferentes áreas de la cancha en base a su propia posición, la pelota entrante y la posición del adversario. Al preparar a los jugadores para la competición, es también importante alentar a los niños a ser más independientes, y a comprender la importancia del calentamiento, la práctica, el estado físico y la salud.