

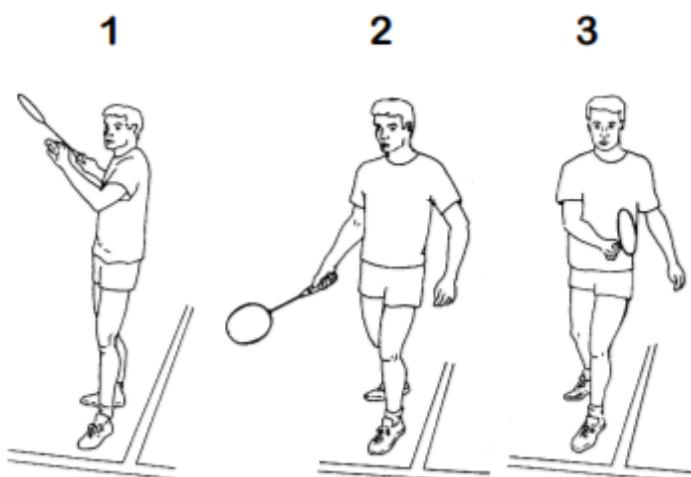
## El servicio:

κ Para realizar un buen saque se debe adoptar la siguiente **posición**: (1)

- ♦ La raqueta la sostiene el brazo ejecutor, estirado hacia atrás
- ♦ La pierna contraria, al brazo ejecutor, ligeramente adelantada, y el hombro apunta hacia el receptor
- ♦ La mayor parte del peso del cuerpo cae sobre el pie trasero
- ♦ El volante se sostiene por la base entre el pulgar y el índice, de la otra mano, y el brazo izquierdo se extiende hasta la altura del hombro, de manera que caiga bien delante del cuerpo

κ Después se sigue esta secuencia:

- a) Se suelta el volante al mismo tiempo que giran hombros y caderas y el peso del cuerpo se traslada al pie delantero.
- b) Se lleva la raqueta hacia delante y en el momento de conectar con el volante hay un rápido movimiento de rotación del antebrazo y la muñeca hacia adentro.
- c) El volante se golpea. El movimiento del brazo continúa tras el golpeo hasta extenderlo a la altura del hombro izquierdo. La raqueta en el momento en que golpea al volante no puede sobrepasar la cintura.

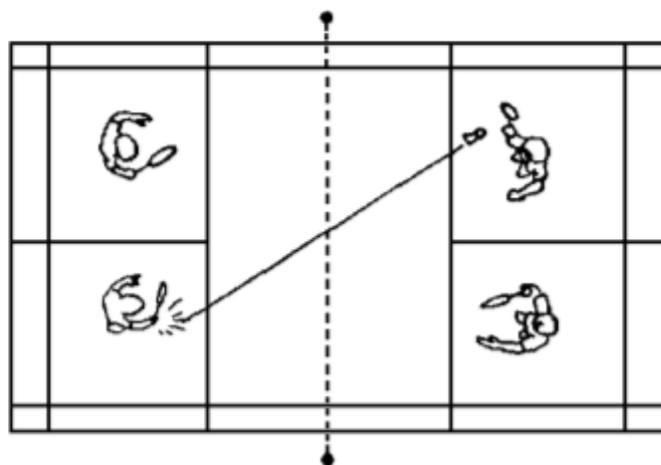


κ El saque se ejecuta desde el área de servicio del lado derecho del terreno de juego, en diagonal, hasta el área de servicio opuesta.

Se sigue sacando, cambiando cada vez de área, de derecha a izquierda, hasta que se comete falta, momento en que le corresponderá sacar al adversario.

Los saques se hacen teniendo en cuenta el tanteo propio, en los tanteos pares se sacará desde el lado derecho y en los impares desde el lado izquierdo.

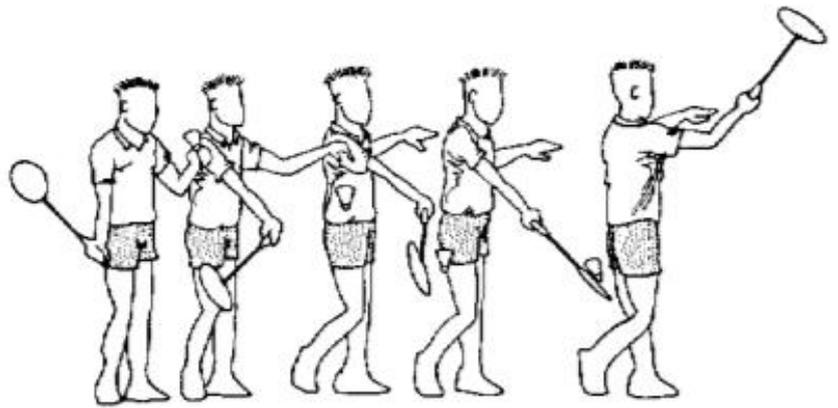
En dobles cada equipo tiene derecho a dos saques, uno por jugador, excepto en el inicio del juego. Si el que saca comete falta, deberá sacar su compañero. Si cometen falta se hará un cambio de servicio y sacará la pareja contraria; si no cometen falta seguirá haciéndolo el mismo jugador y cambiando el área de servicio, de derecha a izquierda. Cuando se recupera el saque, se realiza siempre por el lado derecho



### κ Tipos básicos de saque:

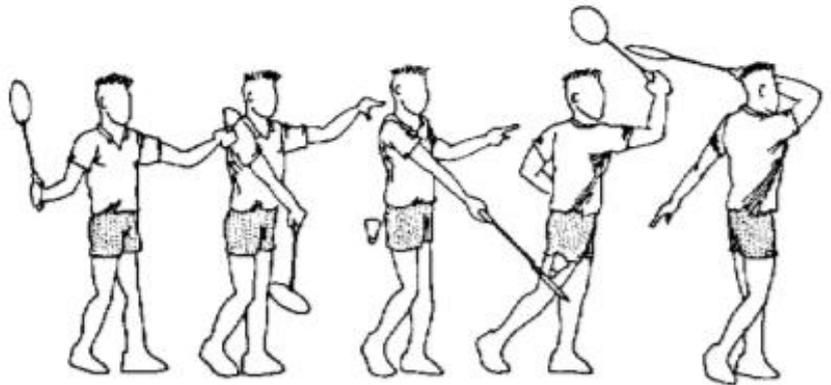
#### ① Saque corto :

La raqueta impacta con el volante delante del cuerpo, entre la rodilla y la cadera; debe estar con la cabeza perpendicular al suelo o ligeramente inclinada para conseguir que el volante describa una trayectoria que caiga cerca de la línea corta del servicio y pase cerca de la red. La muñeca no debería flexionarse.



#### ② Saque alto:

Envía el volante con una trayectoria muy alta cerca de la línea de fondo, así se obliga al contrario a desplazarse lo más lejos posible del centro del campo. Se diferencia del anterior en que, en el momento del impacto, la raqueta estará más adelantada y la muñeca con la palma de la mano dirigida hacia arriba.



### κ La posición de recepción:

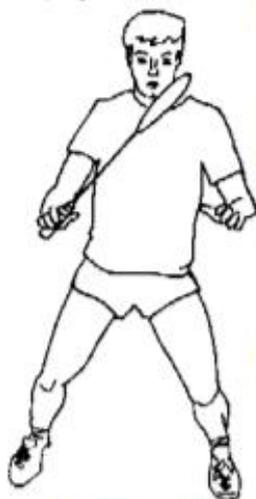
Se adelanta la pierna contraria al brazo ejecutor y cargando el peso del cuerpo sobre esa pierna, ligeramente flexionada. La raqueta a la altura de la cabeza, la otra pierna se apoyará en el suelo con la punta del pie, libre de peso, para una mayor movilidad hacia atrás o hacia delante según venga el saque.

En individuales se colocará en el centro de la zona de saque, a 2 m. de la línea de servicio. En dobles se situará a 50 cm de línea de saque, con mayor inclinación del tronco y la raqueta más alta.

### κ La posición defensiva o de espera:

Se adopta cuando el jugador espera el ataque del contrario; se realiza a partir de la posición básica de juego con estas modificaciones:

- Se separan y flexionan más las piernas
- Se coloca la raqueta delante del pecho, tratando de cubrir la mayor parte de los golpes con los que pueda ser atacado.



Posición defensiva



Posición de recepción