

DERECHA CORTADA

DERECHA CORTADA



1) Forma de empuñar, CONTINENTAL

2) El monitor colocará al jugador cerca de él, en la posición de preparados, y le lanzará la bola a baja velocidad con bote en el suelo. El jugador se pondrá de lado y llevará la pala hacia atrás hasta la altura del hombro derecho y el eje longitudinal apuntará hacia el pie izquierdo.



POSICIÓN DE PREPARADO

3) El punto de impacto: El punto de golpeo se realiza a la altura de la cintura y en plano de la cadera izquierda con el brazo derecho ligeramente flexionado. El canto inferior de la pala debe estar ligeramente adelantado. El monitor debe controlar: el giro de hombros, cadera, la punta del pie derecho apoyada y el talón levantado. La cara de pala debe mantenerse ligeramente abierta.



El eje longitudinal de la misma se seguirá manteniendo paralelo al suelo.

IMPACTO

- 4) Terminación: El monitor colocará al jugador cerca de él. Desde la posición de golpeo le lanzará la bola a baja velocidad, con un bote en el suelo; el jugador tocará la bola y continuará el movimiento hasta la terminación.

El monitor tendrá que tener en cuenta:

- Ciro de hombros.
- Giro de cadera.
- Que la pala se vaya elevando lentamente, hasta que la punta, apunte hacia el frente y la cara de la misma se siga manteniendo abierta.
- Que la punta del pie derecho esté apoyada y el talón levantado, como consecuencia de la transferencia del peso del cuerpo.



- 5) Desde la posición de espera: El monitor colocará al jugador en posición de espera a una distancia que él considere buena, para que cuando el jugador ejecute el movimiento completo, la bola pase por encima de la red sin dificultad alguna.

Dependiendo del nivel del jugador, el monitor le lanzará bolas con la mano o con la pala desde el otro lado de la red.



ARMADO



IMPACTO



TERMINACIÓN