

# GOLPE DE DERECHA

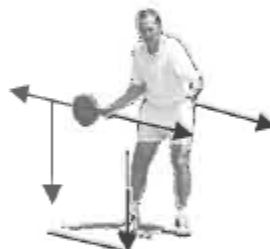
## EL GOLPE DE DERECHA

### FUNDAMENTOS TÉCNICOS

- 1) Partiendo de posición de espera, el jugador debe girar adelantando el pie izquierdo y llevando la pala hacia atrás.



- 2) Armado: El jugador debe llevar la pala hacia atrás, teniendo en cuenta que el eje longitudinal de la pala quede paralelo al suelo; la mano izquierda debe apuntar hacia delante.



- 3) Impacto: El punto de impacto debe realizarse a la altura de la cintura, en plano de la cadera izquierda, teniendo en cuenta el giro de hombros y cadera.

El pie derecho se queda detrás pero apoyado sobre la punta y el balón se levanta acompañando el giro.



- 4) Terminación: En la parte final, el jugador debe continuar el recorrido de la pala de forma ascendente hasta que la mano derecha, esté a la altura del pecho y el jugador gire de hombros hasta quedar de frente.



## PROGRESIÓN DEL GOLPE DE DERECHA

1) Forma de empuñar: CONTINENTAL

2) El monitor colocará al jugador cerca de él, en la posición de preparado, y se le lanzará la bola a baja velocidad con bote en el suelo.

El jugador adelantará la pala con un movimiento semicircular hasta llegar al punto de impacto.

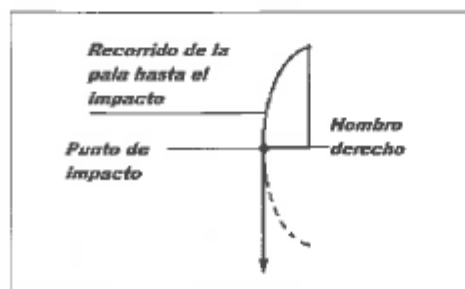


POSICIÓN DE PREPARADO

3) El punto de impacto:

El punto de golpeo se realizará a la altura de la cintura y en plano de la cadera izquierda con el brazo derecho semi flexionado. El monitor debe controlar en el giro de hombros, cadera y pie derecho.

En segundo lugar debe controlar la posición de la pala en este punto y que el eje longitudinal de la misma se siga manteniendo paralelo al suelo.



4) Terminación:

El monitor colocará al jugador cerca de él. Desde la posición de golpeo se 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:

- a) Giro de hombros
- b) Giro de cadera
- c) Que la mano derecha quede a la altura del pecho
- d) Que la punta del pie derecho este apoyada y el talón levantado.



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.

