

I'm not a robot





















## Reglas de padel 2024

Le Conseil National du Padel a approuvé et publié le nouveau Guide de la Compétition de Padel, qui est désormais disponible sur le site de la Fédération Française de Tennis. Ce guide met à jour les règles de gestion en vigueur du 1er janvier au 31 août 2024. Les championnats de France U16 par paires, les championnats de France +45 ans par paires et les championnats de France Padel Fauteuil auront lieu du 2 au 4 février 2024 au Club "Padel Horizon" en Ile de France. La date limite de qualification des joueurs est fixée au 15 janvier 2024 à 23h59. A partir de l'année prochaine, le Guide de la Compétition de Padel sera publié au printemps et s'appliquera pour l'ensemble de l'année sportive suivante. Les sports de raquette ou de palette, tels que le badminton, le squash, le tennis et le padel, sont des jeux dans lesquels les joueurs utilisent une raquette ou une palette pour frapper une balle ou un autre objet. La liste des sports de raquette comprend également des jeux comme le pickleball, le paddle-ball et la pelota mixteca. Les règles et les compétitions de ces sports sont régies par des organismes tels que la Fédération Française de Tennis et le Conseil National du Padel. Le nouveau RTG 2025 avec les modifications approuvées par la Comisión Gestora sera publié prochainement. 2025 and onwards: several modifications were made to the General Technical Regulations (Commissioner's Report 16/01/2025), including updates to the Padel FIP Game Rules, FEP Disciplinary Rules, and Arbiters' Fees. Additionally, new regulations were introduced for electoral procedures (2016) and reporting on minors and plazas for cycles 1 and 2 (2016, 2025). A final report on minors for 2024 and plazas for cycle 1 in 2025 was also published. A summary of the official padel regulations prepared by the Spanish Padel Federation highlights the sport's growing popularity. For those new to the game, understanding the rules is essential. The official padel regulations outline that the game is played between two pairs on a rectangular court (20 x 10 meters) with walls made of material allowing for consistent ball rebound. The basic rule to start playing is strategically hitting the ball to pass over the net and land in the opponent's court, ensuring they cannot return it. Service begins with the right player hitting the ball diagonally opposite. Players can move freely within their half to return the ball. Key regulations include: balls must only rebound once before being returned; points are scored as "15", "30", and "40" before winning the game or achieving a two-point advantage, unless both teams have three points each, in which case the next point is considered "advantage"; Debido a que no hay diferencia de dos juegos, se juega un tie-break para desempatar. El tie break es el set que se juega cuando ambas parejas han alcanzado 6 puntos sin haber establecido una diferencia de dos juegos. En este set, se sigue un conteo diferente al resto de los sets. Se comienza con un punto y luego se juegan dos puntos desde el lado izquierdo, y así sucesivamente. En caso de empate en el tie break, se jugará un punto decisivo denominado punto de oro. La pareja que gana este punto gana el juego. Si ambas parejas han alcanzado 6 puntos sin establecer una diferencia de dos juegos, se juega un set de desempate al que se conoce como muerte súbita. En el pádel, cada pareja de jugadores se coloca en cada uno de los campos ubicados a uno y otro lado de la red. El jugador que pone la pelota en juego es el servidor, y el que resta es el restador. Según el reglamento oficial del pádel, el servicio debe efectuarse con ambos pies detrás de la línea de saque hasta que la pelota sea golpeada. No está permitido tocar con los pies la línea de saque ni la línea imaginaria continuación de la línea central de saque durante el saque. La pelota debe estar por debajo de la cintura en el momento del saque, y el jugador debe tener al menos un pie en contacto con el suelo. La pelota golpeada debe pasar por encima de la red hacia el recuadro de recepción de saque situado en el otro campo, en diagonal, lo que hace que el primer bote se produzca en dicho recuadro. El jugador realizará servicios sobre los recuadros de recepción de saque situados a su izquierda y derecha, alternativamente. Se recomienda comprar una pala de pádel acorde a nuestras necesidades de ligereza, control, forma de juego y nivel para facilitar el esfuerzo en el ataque. El jugador no podrá andar, correr o saltar mientras saca la pelota. Se considerará falta en el servicio si: \* La pelota bota fuera del recuadro de recepción de saque. \* La pelota golpea al servidor o a su compañero. \* La pelota bota en el recuadro de recepción de saque contrario y toca la malla metálica que delimita el campo antes del segundo bote. \* La pelota bota en el recuadro de recepción de saque contrario y sale directamente por la puerta. El restador debe esperar a que la bola bote dentro de su recuadro de recepción de saque y golpearla antes de que bote en el suelo por segunda vez. Si al jugador que resta o a su compañero les golpea la pelota o la tocan con la pala antes de que bote, se considerará tanto del jugador al servicio. Se devolverá la pelota si golpea cualquiera de los elementos de la pista después de haber botado sobre el suelo del campo correspondiente. Se consideran elementos de la pista las caras internas de las paredes, la malla metálica que cierra la pista, el suelo y los postes de la red. La pista de pádel debe medir 10 metros de ancho por 20 metros de largo, con una red que divida la pista en dos mitades iguales. El sistema de puntuación en pádel es similar al del tenis, con puntos contados como 15, 30, 40 y juego. Se necesita ganar al menos seis juegos con una diferencia de dos para ganar un set, y generalmente se juegan al mejor de tres sets. Un partido de pádel se juega entre dos parejas, por lo tanto, participan cuatro jugadores en total, dos en cada equipo. En el pádel, se permiten varios tipos de golpes como el drive, revés, volea, bandeja, smash y el globo. Cada golpe tiene su técnica y uso estratégico durante el juego. pádel debe practicarse desde detrás de la línea de saque y el jugador debe golpear la pelota hacia la diagonal opuesta para hacerla rebotar en el suelo antes de tocar la pared lateral del campo contrario. La pelota solo puede botar una vez antes de ser devuelta, por lo que es importante golpearla con estrategia. El reglamento establece dimensiones específicas para las pistas, iluminación y normas de etiqueta, pero en este artículo se resumen las reglas básicas del juego. La pareja ganadora del set se determina mediante un "tie break", también conocido como "muerte súbita". Este set se juega cuando ambas parejas han llegado a 6 puntos y no hay diferencia de 2 puntos. El tie break sigue un conteo diferente al resto de puntos, con puntos marcados como "cero", "1", "2", etc. La pareja que llegue primero a 7 puntos y tiene una ventaja de 2 puntos es declarada ganadora del set. El tie break se juega con una distancia de dos puntos entre cada equipo. Si una pareja ha llegado a 7, pero no tiene ventaja, debe seguir jugando hasta alcanzar la diferencia de 2 puntos. La pareja ganadora anotará el resultado del set como "7-6". Existen sistemas de puntuación alternativos, como el que se llama punto de oro, en el que si ambos jugadores o parejas han ganado tres puntos cada uno, se juega un punto decisivo para determinar la ganadora. El servicio en pádel se realiza desde la red hacia el recuadro de recepción de saque del campo contrario, haciendo que el primer bote se produzca en ese recuadro. El jugador debe realizar el servicio sobre el recuadro de recepción de saque situado a su izquierda y luego sobre el de su derecha, alternando entre ellos. Para facilitar el esfuerzo en el ataque, se recomienda comprar una pala de pádel acorde a las necesidades de ligereza, control, forma de juego y nivel. En este momento, el jugador no puede andar, correr o saltar mientras saca la pelota. El pádel se ha convertido en una actividad deportiva muy popular en nuestro país, siendo un deporte accesible desde muchos puntos de vista. Sin embargo, es importante conocer las reglas básicas del juego para disfrutarlo al máximo. Aunque las palas de alto nivel requieren una inversión más grande, existen marcas que ofrecen productos a precios competitivos para principiantes. Además, los aspectos técnicos, tácticos y condicionales del pádel son muy aceptados por muchos jugadores, ya que el juego se adapta bien al nivel de práctica. Esto es lo que explica la gran aceptación entre nuevos jugadores que buscan probar este deporte. Este artículo tiene como objetivo ayudar a aquellos que acercan por primera vez a una instalación de pádel y desconocen cómo funciona el juego y las reglas del pádel. ##### Número de jugadores Aunque es común encontrar pistas individuales en muchas instalaciones, el pádel es un deporte de equipo donde se juega con un compañero para enfrentarse a otra pareja. Las pistas individuales son más utilizadas en clubes para cubrir espacios muertos, servir como pista para niños o iniciación en adultos, o satisfacer las preferencias de personas que desean pasar el rato con un amigo. ##### Dinámica del juego El pádel se juega al mejor de 3 sets, siguiendo el sistema de tanteo del tenis. Cada juego sigue el patrón de 15, 30, 40, Ventajas y/o Iguales cada 3 juegos finalizados cambiamos de pista. La bola puede ser golpeada indistintamente por cualquier jugador en cualquier zona de la pista. ##### Reglas del juego La regla más importante es que para que una bola sea considerada buena debe tocar el suelo antes de impactar con las paredes y/o verja, excepto durante el servicio. Durante un punto, la bola puede golpear en paredes y verja, pero el jugador puede golpearla con o sin bote previo. ##### Saque de pádel El saque es una regla del pádel muy importante. Se considera bueno si la bola bota dentro del cuadro correspondiente tras ser golpeada por el jugador al servicio. El saque debe ser cruzado, es decir, el jugador que sirve desde la mitad derecha de su pista debe dirigirlo hacia el cuadrado a su izquierda de la pista rival. ##### Conclusión En resumen, el pádel es un deporte accesible y divertido que requiere conocimiento básico del juego. Al entender las reglas y dinámica del juego, cualquier persona puede disfrutar de este deporte y mejorar sus habilidades con el tiempo. La bola está en juego. ¿y qué pasa si la saco y toca la red para pasar al otro lado de la pista? Si la bola golpea la red y va a parar al otro lado, pueden ocurrir varias situaciones: Si después de tocar la red no cae en el cuadro correspondiente, siempre será mal. Pero si sí cae en él... Hay varias opciones posibles. Si la bola sale una vez del cuadro y no toca la verja lateral, se considera nulo y el jugador tiene derecho a repetir el servicio. Si sale dos veces y toca la verja, también es nulo y puede repetir. Pero si solo cae una vez contra la verja, se considera malo y ya no puede repetir. Si la bola me rozó o golpeó después del servicio del rival, o en un rebote en paredes o verjas, el punto lo gana el rival. A veces, de manera accidental, la bola da dos toques en mi pala antes de salir al otro lado. En ese caso, he perdido el punto. Tampoco puedo golpear la bola si la pala no está sujeta a mi mano, y tampoco se permite jugar sin que esté atada con el cordón en la empuñadura. Es muy importante acostumbrarse a jugar desde el primer día con el cordón alrededor de la muñeca. Es una medida de seguridad muy importante. Si el rival golpea con fuerza y la bola sale de la pista, el punto se considera ganado por él aunque pueda salir y golpearla hacia adentro antes del segundo bote. Si toca la pared o verja y vuelve a su campo, también es para él. Pero si yo lo hago con mi pala, ropa o cualquier parte de mi cuerpo... El punto se gana para el rival. ¿Y cómo saber si una bola que sale justo en la unión entre el suelo y las paredes/verjas? Se dice que si va a 45 grados se considera buena, pero nosotros recomendamos no discutir con el rival en estas situaciones. Todo se arregla repitiendo el punto. Espero que estos pequeños apuntes te ayuden a disfrutar y entender este deporte maravilloso.