



Pickleball: Un deporte para todos

Dossier de presentación



Índice

1

¿Quiénes somos?

2

¿Qué es el Pickleball

3

Nuestra propuesta
para los II Juegos
paraincluvivos de
Comunidad de Madrid



¿QUIÉNES SOMOS?



La Asociación Española de Pickleball (Pickleball Spain) es una asociación sin ánimo de lucro creada en el año 2012 con el objetivo de desarrollar el pickleball en nuestro país, que forma parte de la Federación Internacional de Pickleball (IFP)



Misión



La Asociación Española de Pickleball tiene como objetivo **introducir, promover y apoyar el crecimiento del deporte del Pickleball en España y el resto de Europa**, dirigiéndose a gente de todas las edades y condiciones.



La Federación Internacional de Pickleball fue creada para **perpetuar el desarrollo y crecimiento del deporte por todo el mundo**, con el objetivo de que todas las naciones puedan adoptarlo como uno de sus deportes nacionales y a largo plazo lograr reconocimiento como deporte Olímpico oficial por el Comité Olímpico Internacional (COI).



Actividades



La **Fundación Alas Madrid** es una entidad sin ánimo de lucro dedicada al apoyo de proyectos de vida de personas con discapacidad intelectual desde 1978 con especial atención a la mujer y etapas de la edad adulta. Pertenece a la red de Plena Inclusión Madrid y somos una ONG acreditada por la Fundación Lealtad.



Misión

Prestar atención y favorecer la **inclusión de adultos con discapacidad intelectual, con especial atención a la mujer.**

Participar, en colaboración con sus familias, proporcionando los apoyos necesarios para que puedan desarrollar con calidad su proyecto de vida, y contribuir con la sociedad mejorando el conocimiento sobre la discapacidad adulta.

La Fundación Alas aspira a convertirse en **referente en la intervención con personas adultas con discapacidad intelectual en el ámbito laboral, ocupacional y residencial,** con especial atención a la mujer y al envejecimiento



El deporte en la Fundación Alas

El deporte es un pilar fundamental en la actividad diaria de la Fundación Alas y contamos con diferentes actividades, acordes con las capacidades físicas de las personas y momento vital, como la gimnasia de mantenimiento, actividad acuática, aeróbic, danza, expresión corporal, yoga, boxeo, otros.

En la búsqueda de nuevas alternativas de deporte inclusivo, **en 2016 conocimos el Pickleball** de la mano de la Asociación Madrileña de Pickleball (AMPb).

En 2018 nos sorprenden los primeros resultados de nuestra apuesta por el pickleball: **una mujer con Síndrome de Down consigue en dobles femenino una medalla de bronce en un Campeonato Internacional no adaptado** en Ámsterdam.



La Asociación Española de Pickleball y la Fundación Alas han firmado un acuerdo de colaboración para promocionar e impulsar la práctica del pickleball como deporte inclusivo

Las características y particularidades del Pickleball lo convierten en el deporte inclusivo por excelencia, permitiendo que sea practicado en igualdad de condiciones por todo tipo de personas de cualquier edad y condición. Por este motivo la Asociación Española de Pickleball y la Fundación Alas han desarrollado un proyecto de deporte inclusivo con personas con discapacidad intelectual, que se ha plasmado en un acuerdo de colaboración entre ambas organizaciones que cuenta con el siguiente objetivo:

Favorecer, facilitar e impulsar la práctica deportiva para personas con discapacidad intelectual, de modo inclusivo evitando la segregación e incrementando la empatía de la población en general al poder compartir espacios y actividades como forma de encuentros deportivos inclusivos

Con este objetivo común, la Asociación Española de Pickleball y la Fundación Alas han comenzado a organizar de forma conjunta diferentes eventos deportivos con distintas entidades con el objetivo de promocionar la práctica de este deporte en nuestro país.



***"¿Sabes cuál es mi parte favorita del juego?
La oportunidad de jugar"
Mike Singletary***

¿QUÉ ES EL PICKLEBALL



¿QUÉ ES EL PICKLEBALL?

Deporte de raqueta que combina elementos del tenis, pádel, bádminton y ping pong. Fácil de aprender, de ritmo rápido, muy divertido de jugar y adecuado para todo tipo de jugadores independientemente de su edad, condición, habilidades o forma física

TENIS



TENIS DE MESA



BADMINTON



PÁDEL



Historia y evolución



1965

Creado en los Estados Unidos durante el verano de 1965 en Bainbridge Island, cerca de Seattle, por el congresista Joel Pritchard, Bill Bell, Jordania Steranka y Barney McCallum.



En los primeros años, el pickleball fue practicado por las familias en sus patios traseros en una superficie dura, en la calle o en cualquier otro lugar en el que podían encontrar una superficie plana.

Años 70

Durante la década de los 70, pasó de ser una actividad originariamente familiar a un deporte de raqueta con unas reglas formales.

Actualidad

Hoy en día el pickleball se juega en escuelas, clubes y centros polideportivos en diferentes países alrededor del mundo, donde destacan por su importancia Estados Unidos, donde es considerado como el deporte de mayor crecimiento de los últimos años.



¿QUE SE NECESITA PARA JUGAR?



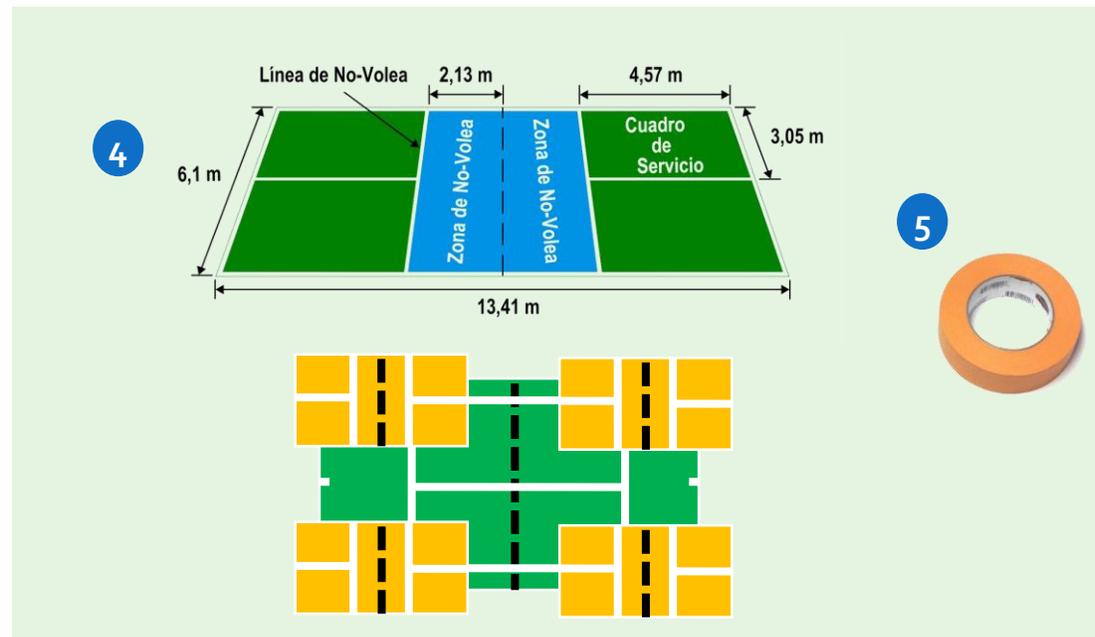
Equipamiento sencillo y económico. No requiere de instalaciones específicas, pudiendo aprovechar las ya existentes en la mayoría de clubes deportivos y colegios

Equipamiento



- 1 PALA:** Muy ligeras y de fácil manejo, fabricadas en madera o compuesto de alta tecnología. Su precio oscila entre 20 € y 150 €
- 2 PELOTA:** De plástico perforado, con entre 7 y 7,5 cm de diámetro y un peso de entre 22 y 26 gramos.
- 3 RED PORTATIL:** Similar a las utilizadas para tenis y pádel. Fácil montaje y desmontaje, en menos de 5 minutos

Instalaciones



- 4 PISTA:** Mismo tamaño de una pista de bádminton de dobles (6,10 m de ancho por 13,41 m de largo). Cualquier instalación, tanto indoor como outdoor, de superficie rígida y lisa, como pabellones, patios de colegio o pistas de tenis puede ser adaptada fácilmente para la práctica del deporte.
- 5 CINTA:** Permite marcar las líneas de la pista de forma sencilla y económica en cualquier superficie.

1 pista de tenis
=
4 pistas pickleball

¿CÓMO SE JUEGA?



Se puede jugar tanto en **dobles** como en **individuales**

Los partidos juegan al mejor de **3 sets de 11 o 15 puntos**. Sólo sube el punto el marcador cuando se gana el punto con el saque en posesión

Los partidos tienen una duración aproximada de **30-45 min**



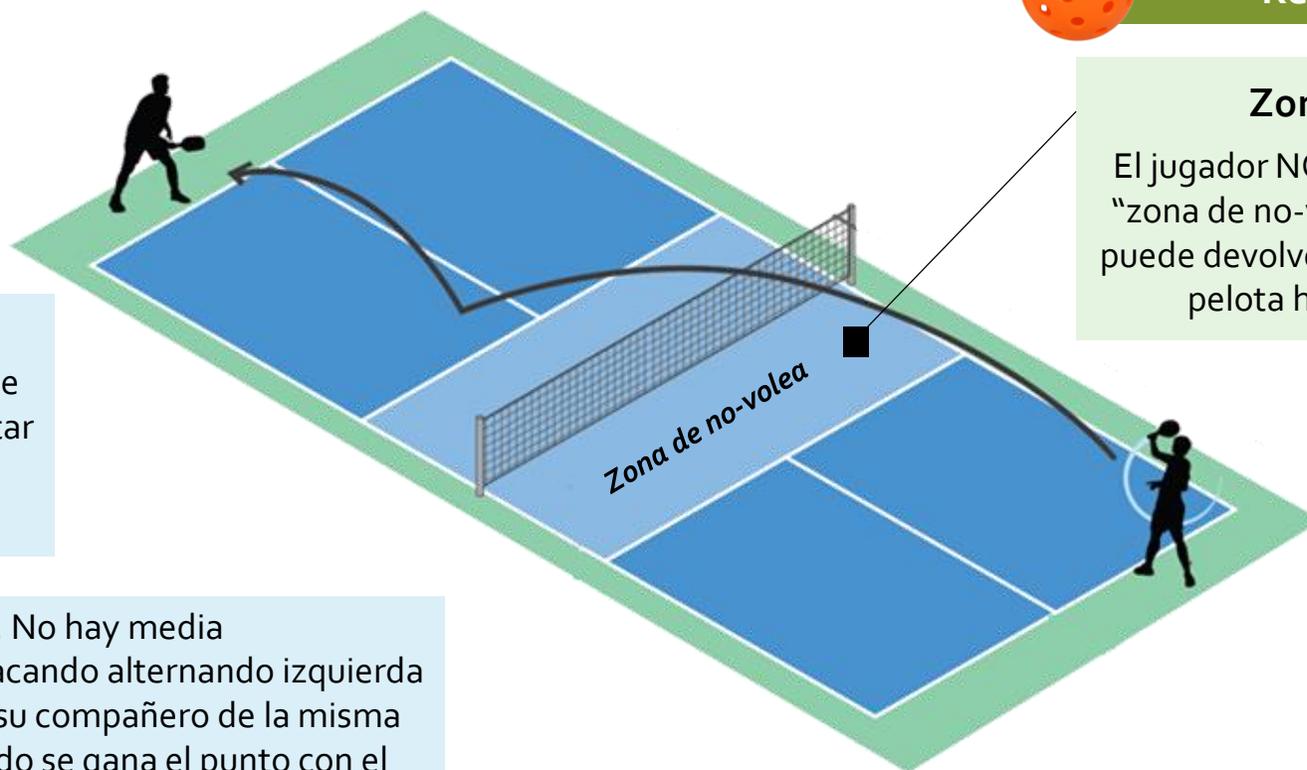
El saque

Golpeo bajo:

La pelota se saca desde abajo sin botarla

El servicio empieza desde el fondo en el lado derecho y debe pasar por encima de la red y botar en el cuadrado de saque diagonalmente opuesto

Sólo hay un saque. No hay media El que sirve, si gana, continua sacando alternando izquierda y derecha. Si lo pierde servirá su compañero de la misma manera. Sólo se puntúa cuando se gana el punto con el saque. Cuando se pierda de nuevo el equipo contrario recuperará el saque.



Reglas especiales

Zona de No-Volea:

El jugador **NO** puede volear dentro de la "zona de no-volea" o "cocina", aunque si puede devolver la pelota en esta zona si la pelota ha botado previamente

Regla de doble bote:

Es necesario dejar botar el resto. La pareja que sirve podrá volver a golpear la pelota después que haya botado en su campo obligatoriamente



PICKLEBALL: UN DEPORTE PARA TODOS

¿Qué es el deporte inclusivo?

“Deporte que permite la práctica conjunta de personas con y sin discapacidad, ajustándose a las posibilidades de los practicantes y manteniendo el objetivo de la especialidad deportiva que se trate”

El Pickleball cumple todas las condiciones para ser considerado un deporte totalmente inclusivo, permitiendo su práctica en igualdad de condiciones a todo tipo de personas independientemente de su edad, condición o experiencia previa



Desde que este deporte se crea en EEUU, tiene como objetivo principal que personas de diferentes edades y condiciones puedan practicarlo, por las características del reglamento, las dimensiones del campo y el material que se utiliza. Una pala y una bola ligeras permiten un control básico del juego en los primeros momentos de su práctica para la mayoría de los principiantes, lo que disminuye mucho el nivel de frustración. Las competiciones de Pickleball organizadas para diferentes tipos de edades fomenta el esfuerzo de sociabilización y superación.

UN DEPORTE PARA TODOS

NIÑOS de todas las edades



MAYORES de todas las edades



PERSONAS CON DISCAPACIDAD

Intelectual



Física



PICKLEBALL EN EL MUNDO



En la actualidad, Estados Unidos es el país donde el pickleball ha alcanzado un mayor desarrollo y popularidad, aunque en los últimos años estamos asistiendo a un enorme crecimiento y a su expansión internacional a 35 países en Europa, América y Asia



"El deporte de mayor crecimiento en Estados Unidos"

USATODAY



Más de 2,5 millones de practicantes.
1 de cada 100 norteamericanos juegan al pickleball



Más de 5.000 instalaciones, de entre 4 y 12 pistas, en EEUU. Se han multiplicado por 5 desde 2010



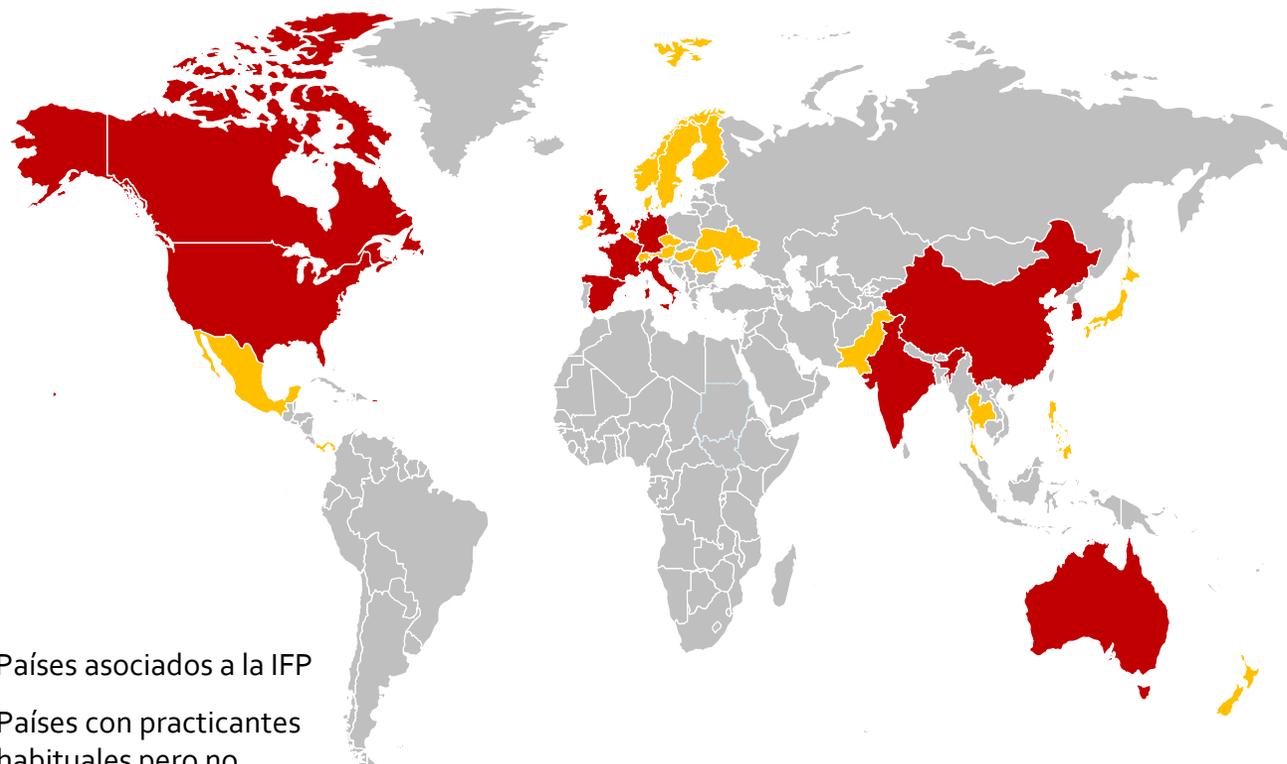
Gran cobertura en los principales medios de comunicación (ESPN, CBS, NBC, etc.) incluso con algunos dedicados en exclusiva



Fuente: USAPA



La Federación Internacional de Pickleball (IFP) cuenta ya con 15 países asociados, aunque el número de países con practicantes se eleva hasta 35



- Países asociados a la IFP
- Países con practicantes habituales pero no asociados a la IFP

Fuente: IFP

PICKLEBALL EN ESPAÑA

A pesar de ser un deporte relativamente nuevo en nuestro país, tras Estados Unidos, España es posiblemente el país con un mayor nivel de desarrollo y crecimiento del pickleball a nivel mundial



Lugares para la práctica de pickleball en España



Fuente: Pickleball Spain



Gran crecimiento en el número de practicantes en los últimos años, que en la actualidad superan las 1.000 personas



Más de 20 clubes e instalaciones disponibles para la práctica del pickleball repartidas en 5 regiones



Sede de torneos internacionales y de competiciones y rankings locales en distintas ciudades





REPERCUSIÓN EN MEDIOS

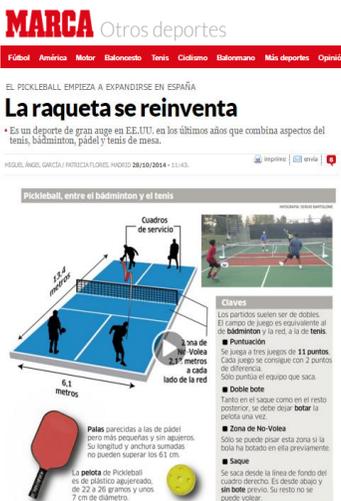
Los medios de comunicación nacionales e internacionales se han hecho eco del auge y el desarrollo del pickleball en nuestro país en los últimos años



Prensa escrita y medios online



Medios audiovisuales



¿Qué es el pickleball?



A partir de 43:10



A partir de 1:28.39



A partir de 33:10



A partir de 46:56



A group of approximately 12 people, including individuals with disabilities, are posed on a tennis court. They are holding tennis rackets, some of which feature a stylized logo. The group is arranged in two rows, with some individuals in the front row holding rackets. The background shows a tennis court with a net and a basketball hoop. The text is overlaid on a semi-transparent white banner.

**NUESTRA PROPUESTA PARA LOS II JUEGOS
PARAINCLUSIVOS DE LA COMUNIDAD DE
MADRID - 2019**

OPORTUNIDAD PARA LA COMUNIDAD DE MADRID



Desde la Asociación Española y Fundación Alas estamos convencidos de que el pickleball es el deporte perfecto para fomentar la práctica deportiva y la actividad física entre todos los colectivos sociales, independientemente de su edad y condición

Dado el enorme éxito de este deporte en otros países como Estados Unidos y Canadá, donde es el deporte con mayor crecimiento de los últimos años, y el cada vez mayor número de practicantes en nuestro país, principalmente en Madrid, consideramos que esta supone una **oportunidad única para que la Comunidad de Madrid apueste por el fomento de esta práctica deportiva en la región**, como una puerta más para la inclusión de distintos colectivos (mayores y personas con discapacidad)



¿Cuál es nuestra propuesta para la Comunidad de Madrid?

Participar en los II Juegos Parainclusivos de la Comunidad de Madrid, con un espacio para la presentación y práctica del deporte y con la organización de un torneo durante la celebración del evento

Habilitar pistas de pickleball (desmontables o permanentes) en las instalaciones deportivas de la Comunidad de Madrid

Colaborar en la promoción del deporte en la región a través de los distintos eventos organizados

¿POR QUÉ APOYAR EL PICKLEBALL?



Inclusivo e intergeneracional

Desde su creación, este deporte está concebido para que personas con diferentes edades (hijos, padres y abuelos) y condiciones y habilidades puedan practicarlo o participar a través de diferentes roles (arbitro, jugador, persona de apoyo para PDI)



Sencillo y divertido

Las dimensiones del campo y el material utilizado permiten un control básico del juego desde el primer momento para la mayoría de los principiantes, reduciendo mucho el nivel de frustración



Innovador y atractivo

Es un deporte innovador que acaba de aterrizar en nuestro país, que esta creciendo muy rápidamente, sobre todo en la Comunidad de Madrid, y que puede convertirse en el próximo boom, como ha ocurrido en Estados Unidos



Social y divertido

Es un deporte extremadamente divertido y adictivo, que facilita y fomenta el trabajo en equipo y la socialización con el resto de jugadores, generando un alto grado de motivación entre los jugadores



Beneficioso para la salud

Como cualquier otro deporte, el Pickleball tiene numerosos efectos positivos sobre la salud, y además, por sus características, cuenta con un menor riesgo de lesiones que otros deportes



JORNADA DE PUERTAS ABERTAS Y TORNEO DE PICKLEBALL EN LOS JUEGOS PARAINCLUSIVOS



Nuestra propuesta de participación en los II Juegos Parainclusivos de la Comunidad de Madrid incluye la celebración de una jornada de puertas abiertas y de un torneo de Pickleball, para lo que a continuación se muestran algunas indicaciones y recomendaciones para sacar el máximo partido del evento



Jornada de puertas de abiertas

Zona para dar a conocer el deporte mediante exhibiciones de jugadores de primer nivel y de clases y demostraciones prácticas para todos los asistentes.

Para ello proponemos organizar varias zonas organizadas por niveles (Principiantes, Básico, Intermedio, Avanzado) para que todos los asistentes puedan practicar el deporte.



Torneo

Organización de un torneo en el que puedan participar tanto jugadores de todas las edades y condición con nivel avanzado como aquellos con nivel más básico. Para ello se organizaran distintas categorías por edad y por niveles.

Será necesario publicitar el torneo con antelación y tener cerrado el número de inscritos con al menos tres días de antelación.



Instalaciones y material necesario

Entre dos y cuatro pistas de tenis que permitirán configurar entre 8 a 16 pistas de Pickleball (4 pistas en cada pista de tenis) marcadas con cinta de carroceros y utilizando redes portátiles.

Palas y pelotas suficientes para que toda la gente pueda participar. Tanto las palas y pelotas como las redes serán aportadas por la Asociación Española de Pickleball.



Tiempo necesario y horarios

Los horarios para la celebración de nuestras actividades se adaptarán a los horarios del evento general, aunque en base a nuestra experiencia previa en eventos similares estimamos que necesitaríamos una hora antes del inicio del evento y otra al finalizar el mismo para montar y desmontar las pistas.



Promoción del evento

Proponemos distintos eslóganes para promocionar los eventos:

- "¿Te animas a probar el nuevo deporte de raqueta que arrasa en EE.UU.?"
- "El pickleball, ese gran desconocido, un deporte para todos"
- "¿Quieres probar un deporte fácil y muy divertido, de largos peloteos y que combina elementos técnicos de otros deportes de pala y raqueta?"



Para más información:

Asociación Española de Pickleball

Fundación Alas

Calle de la Encomienda de Palacios, 235

28030 Madrid

<http://www.pickleballspain.org/es/>

<https://alasmadrid.org/>