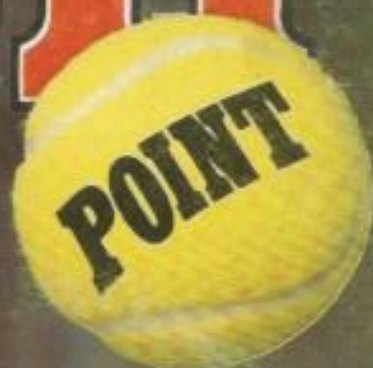


MATCH

№ 10 MAIO/87 Cr\$ 75,00

Tênis • Squash
Badminton
Minitênis • Soft-tênis



**A TECNOLOGIA CHEGA
AO TÊNIS BRASILEIRO**

**NOSSOS PROBLEMAS
PARA O PAN**

**CHRIS E WILANDER
VOLTAM AOS TÍTULOS**

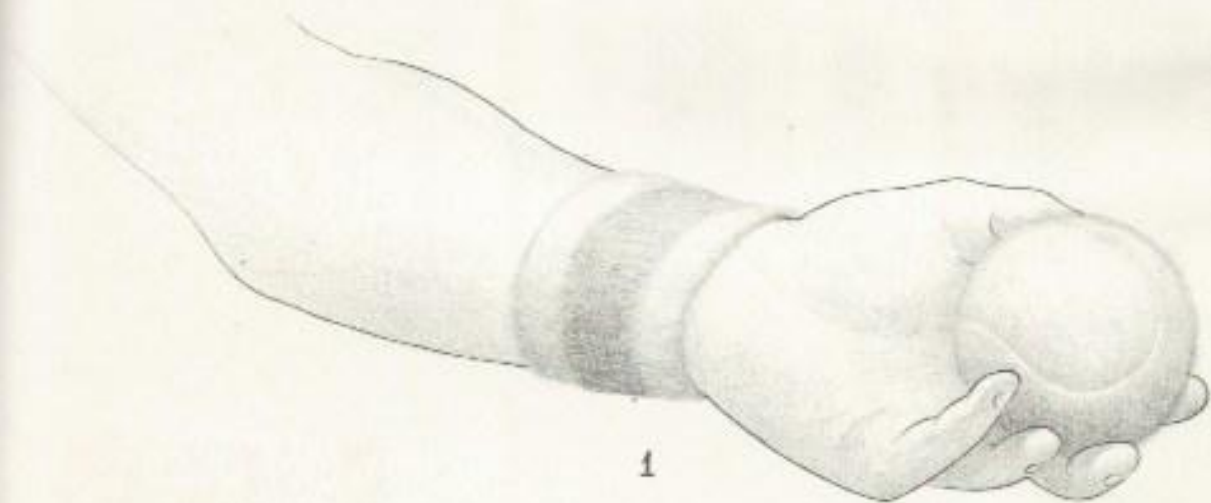


SEU FILHO MERECE ISTO?

PARA SACAR, TENHA A BOLINHA NA PONTA DOS DEDOS

Considerado o golpe mais complexo do tênis, o saque exige diversos movimentos sincronizados. Cada um possui o seu segredo e até mesmo a forma de segurar a bolinha para o lançamento para o ar influi diretamente. Assim, pegar a bolinha com a ponta dos dedos no momento de jogá-la para o alto é uma boa dica para se evitar um eventual descontrole na altura ou na direção desejada.

Se, ao contrário, a bola estiver na palma da mão, há o risco de ela se movimentar na própria mão no momento do lançamento, o que certamente modificará sua trajetória e prejudicará todo o saque.



1



2

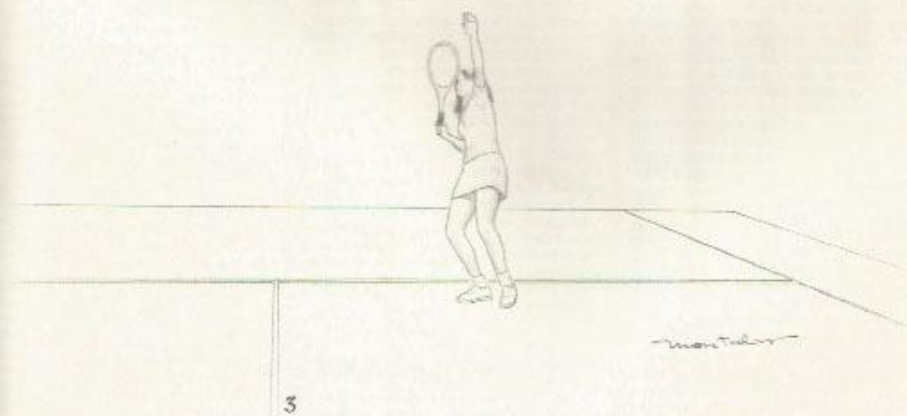
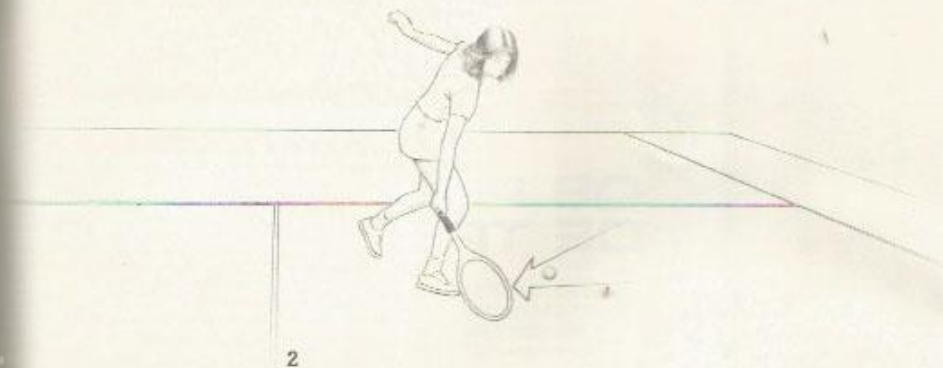
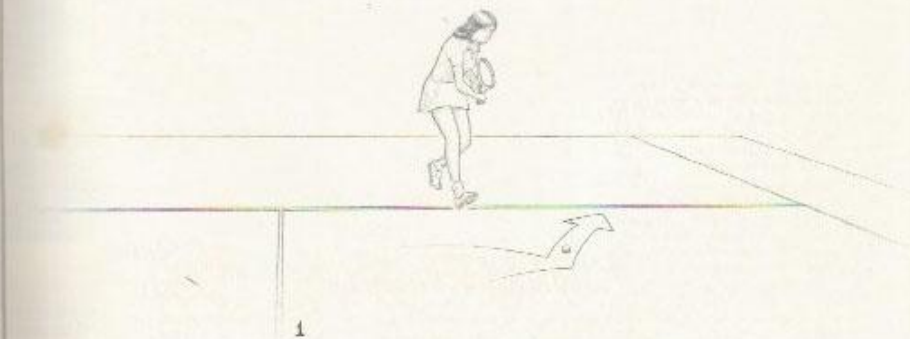
Por Gláucia Langela

Tática

CHAME SEU ADVERSÁRIO PARA A REDE. E VENÇA.

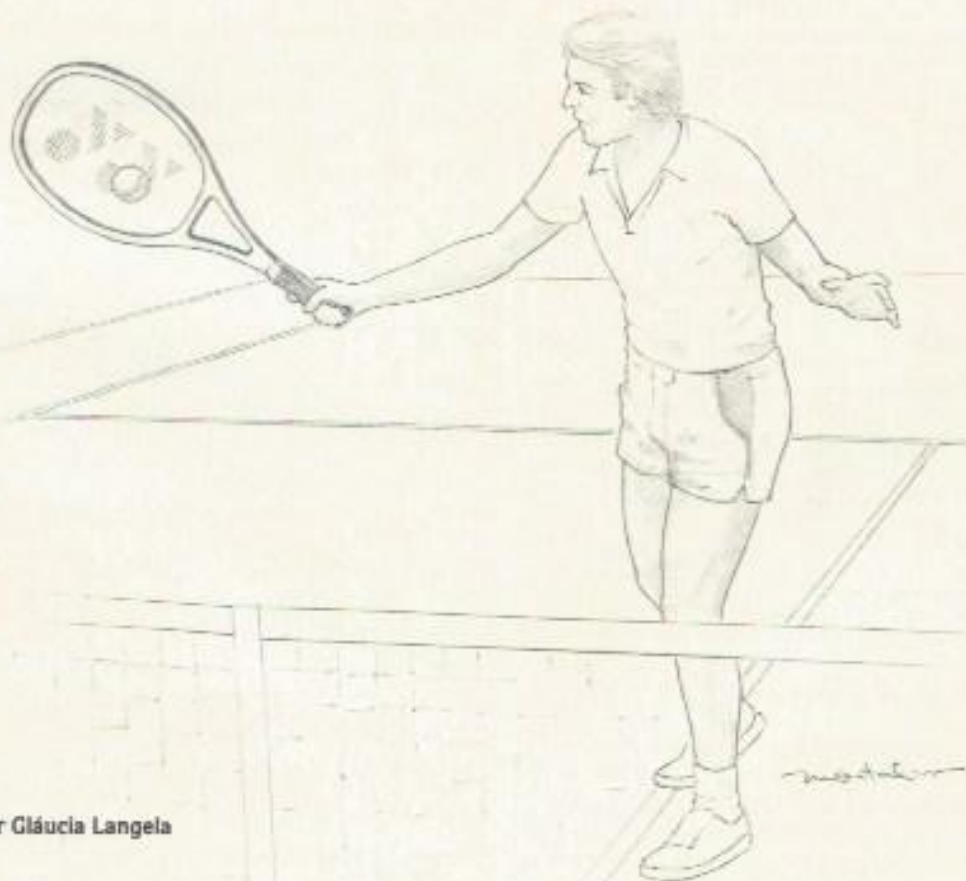
Você tem pela frente um daqueles adversários chatos, que ficam sempre no fundo da quadra, rebatendo tudo o que você manda com notável eficiência e ganhando os pontos. O que fazer para mudar a situação? Ir para a rede? Não, a melhor tática num jogo como esse é tirar seu adversário de seu "habitat" natural, ou seja, do fundo de quadra. Encurte então uma bola, chamando-o para a rede, e em seguida jogue a bola na direção dos seus pés ou cubra-o com um lob profundo.

Por Gláucia Langela



OLHE SEMPRE A BOLINHA COMO UM GRANDE CAMPEÃO

Existem algumas diferenças entre um tenista comum e um grande campeão. E uma das mais importantes certamente está no fato de o campeão jamais deixar de olhar fixamente a bolinha até o complemento do ponto. É muito comum ao tenista principiante errar uma bola fácil porque, ao finalizar o ponto, ele olha para o local da quadra onde pretende jogar a bolinha e deixa de fixar-se exclusivamente na bolinha. O campeão não perde esse ponto, porque não tira os olhos da bola, e conclui a jogada com a mesma seriedade e atenção com que, por exemplo, responde ao primeiro saque.



Por Gláucia Langela