

# MATCH

Nº 6 DEZEMBRO Cz\$ 30,00



Tênis • Squash  
Badminton  
Minitênis • Soft-tênis

À ESPERA DO  
PAPAI NOEL

**CBT: PROMOTORAS  
ENSINAM  
SEUS TRUQUES**

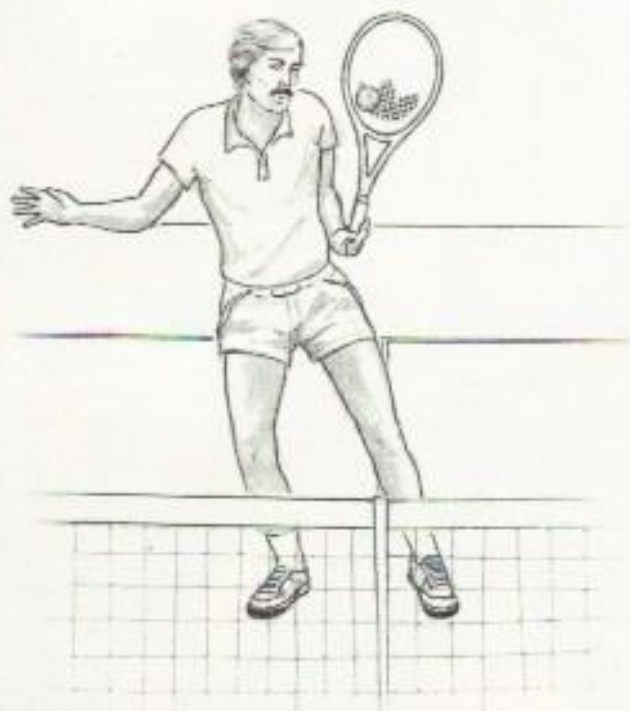
LUIZ MATTAR

**COM PINTA  
DE CAMPEÃO**

**BUENOS AIRES:  
VITÓRIA DA RENOVACÃO**

**NOVAS SEÇÕES: GUIA DE COMPRAS  
E FICHAS BIOGRÁFICAS**

**NO POSTER,  
A FANTÁSTICA MARTINA**



## AS FACILIDADES DO VOLEIO DE BACKHAND

Se você é um jogador que gosta de atuar na rede, deve saber que normalmente um bom adversário procura colocar suas passadas nos cantos da quadra, através de paralelas, cruzadas ou lobs. Mas sempre existe um momento, quer por tática ou por desespero, em que a bola pode vir exatamente sobre seu corpo. Num partida de duplas, quando seu companheiro dá um saque fraco, essa possibilidade aumenta ainda mais.

O melhor a fazer, então, é buscar o voleio com a empunhadura de backhand. Na ilustração, você pode perceber claramente que com o backhand haverá uma posição mais cômoda e eficiente, já que a raquete fica bem próxima ao corpo, o que não ocorre com o forehand.

Por Gláucia Langela



Treino: Faça para seu parceiro de treino ficar jogando várias bolas sobre seu corpo, com grande velocidade.

# Tática

## COMO UTILIZAR OS ÂNGULOS DA QUADRA

Você está enfrentando um adversário que gosta muito das longas trocas de bola no fundo da quadra. Normalmente, quando você não está com o serviço, o ataque se torna mais difícil e será preciso encontrar uma boa tática para acumular pontos importantes.

Uma maneira muito utilizada entre os grandes jogadores é a busca de ângulos muito abertos, que dificultem a devolução e permitam uma aproximação mais tranquila à rede. Assim, quando você sentir que deu uma bola bem no fundo, avance um pouco na quadra e tente um golpe cruzado na altura da área de serviço (veja o alvo da figura 1).

Isso vai tirar seu adversário da quadra, permitindo que você avance ainda mais. A resposta ideal não é a tentativa de matar o ponto, mas sim devolver a bola no lado oposto, que pode ser até no meio da quadra (figura 2). Já desequilibrado, certamente seu adversário não vai encontrar muitos ângulos para uma passada mortal e assim você liquidará o ponto no lance seguinte, com um voleio cruzado (figura 3).

Por Gláucia Langela

