




PALA CÁNTABRA JDT 14

<p>Características y OBJETIVOS</p>	<p>Se trata de un juego cooperativo de pala que se disputa entre dos o más jugadores, con diferencia de roles. Su modo de juego se remonta a la primera mitad del siglo XX, en las playas de Cantabria. El objetivo es mantener la pelota en el aire sin que caiga, realizando el mayor número de golpes posibles.</p>	
<p>NÚMERO DE PARTICIPANTES</p>	<p>Lo pueden practicar: 2 jugadores (1 contra 1), 3 jugadores (2 contra 1), 4 jugadores (2 contra 2), sin distinción de sexo.</p>	
<p>MATERIAL y TERRENO DE JUEGO</p> 	<p>1.-IMPLEMENTO: Pala de madera de unos 50 cm. de largo, 23 cm. de ancho y 1,5cm. de grosor. El mango mide 17 cm. y su peso oscila entre 550 y 750 gr. Existe diferenciación entre pala de "ataque" (para el jugador pegador) y de "defensa" (j. parador):</p> <ul style="list-style-type: none"> - La pala de ataque es más alargada y ligera, con el centro de gravedad más próximo a la cabeza, para imprimir más fuerza a la pelota. - La pala de defensa es más corta, ancha y pesada, con el c.g. más próximo a la empuñadura, otorgando mayor control. <p>2.-MÓVIL: Pelota de tenis.</p> <p>El TERRENO DE JUEGO es la arena de playa, y la distancia entre los jugadores suele estar entre 6-8m. en iniciación y 10-12 para niveles avanzados.</p>	
<p>PUNTUACIÓN Y REGLAS DE JUEGO</p>	<p>Por tratarse de juego cooperativo, la puntuación será conjunta entre los participantes, contando el número de golpes o intercambios realizados. El jugador "pegador" debe golpear la pelota fuerte hacia el "parador", dirigiéndola a su cuerpo y a una altura media-baja, ligeramente por debajo de la cintura. De este modo el jugador parador o defensor, que actúa como frontón, devuelve la pelota dejándola fácil a su compañero (normalmente hacia su lado fuerte).</p>	
<p>VARIANTES</p> 	<p>El juego de 1 contra 1 resulta más cansado y se suele practicar a modo de entrenamiento.</p> <p>En caso de jugar 2 contra 1, dos serán los pegadores y uno el receptor.</p>	

Para más información:
 Libro: "Los Deportes de Raqueta. Modalidades lúdico-deportivas con diferentes implementos".
 Rut Aznar Miralles. INDE, 2014
<https://facebook.com/deportederaqueta>
<http://palascantabras.es>

RUT AZNAR MIRALLES
 FRANCISCO CAYUELAS MARTÍNEZ