

¿CÓMO ELEGIR TU NUEVA RAQUETA DE BÁDMINTON?

Sobre todo si no tienes los conocimientos técnicos para elegir la raqueta que se adapta a tu nivel y estilo de juego, PREGUNTA a tus entrenadores y ellos te aconsejarán.

Os dejamos una pequeña guía para la elección de tu nueva raqueta y la marca **OLIVER** y modelos que aconsejamos desde nuestra Entidad. ¡No te defraudarán!

CARACTERÍSTICAS A TENER EN CUENTA EN LA ELECCIÓN DE TU NUEVA RAQUETA

- Peso de la raqueta.
- Equilibrio de la raqueta.
- Flexibilidad o rigidez de la raqueta.
- Grosor de la cabeza y el marco de la raqueta.
- Nivel de juego.

PESO DE LA RAQUETA

- - 80 gramos: Raqueta demasiado ligera. Buen manejo, pero también menos potencia de golpeo, muy frágil. Recomendadas para los jugadores con problemas de codo y hombro. Absorbe bien los golpes y limita las posibles lesiones de las articulaciones anteriormente detalladas.
- Entre 80 y 90 gramos: Raqueta intermedia. Muy polivalente y todoterreno. Buen equilibrio entre su manejo y potencia. Las más utilizadas por los jugadores.
- + 90 gramos: Raqueta bastante pesada. Poco manejo y velocidad de brazo. Se usan más para la práctica recreativa y los comienzos en escuelas de iniciación.

EQUILIBRIO DE LA RAQUETA

Cuando hablamos de equilibrio en la raqueta, nos estamos refiriendo a la distribución del peso en la raqueta. Este peso se expresa en milímetros desde el mango. Cuanto más alto es, más se distribuye el peso del equilibrio hacia la cabeza.

Para que nos entendamos si el balance de una raqueta es de 300 mm, diremos que es una raqueta "cabezona". Si es de 280 mm, diremos que es muy ajustada.

Estamos hablando de raquetas modelos adultos, en modelos junior no es lo mismo.

- Equilibrio en la cabeza: Mayor potencia de golpeo, pero menor manejo y precisión. Recomendada para jugadores que tienen poca potencia de golpeo y buena técnica. Mayor riesgo de fatiga en el brazo ejecutor.

- Equilibrio neutro: Buen equilibrio entre su manejo y potencia. Las más utilizadas por los jugadores.
- Equilibrio en el mango: Buen manejo de la raqueta, velocidad de reacción y precisión en los golpes, sin ganar potencia. Ideal para cualquier tipo de juego y menor riesgo de fatiga en el brazo ejecutor.

FLEXIBILIDAD O RIGIDEZ DE LA RAQUETA

Estamos hablando del cuerpo o varilla de la raqueta. Dicha varilla se deforma con el impacto del volante. Cuanto más flexible es el cuerpo de la raqueta, más se deforma. Cuanto más rígido menos deformación.

En bádminton la potencia y la velocidad no son lo mismo. Con potencia el volante llega más lejos, pero sin velocidad, mientras que con velocidad, va el volante más rápido, pero no necesariamente más lejos. Por lo tanto, la velocidad no está relacionada con la potencia sino con la repulsión, es decir, la forma en que el volante regresa cuando golpea la cuerda de la cabeza de la raqueta.

- Flexible: Mejor potencia y recorrido del volante, gracias a la gran deformación del cuerpo de la raqueta, pero menos precisión y control sobre el volante. De esta forma podemos enviar el volante más lejos. Recomendada para jugadores con poca potencia y técnica de golpeo.
- Semi rígido: Con esta raqueta tenemos el equilibrio adecuado entre velocidad, potencia y precisión. Perfecta para jugadores con buena potencia de brazos.
- Rígido: Con mucha velocidad en la salida del volante, con más precisión y control. Perfecta para jugadores que buscan una alta velocidad de juego y partidos rápidos. Perfecta para jugadores expertos.

GROSOR DE LA CABEZA Y EL MARCO DE LA RAQUETA

La tolerancia y la precisión están muy relacionadas con la elección del cordaje y la tensión que le demos a la raqueta. Pero tendremos también en cuenta:

- Marco Grande: Un marco grande tolera mejor los errores. Si eres principiante y haces muchas "cañas", es mejor optar por una cabeza de raqueta tolerante, con un tamaño más grande o una forma isométrica.
- Marco Pequeño: Tendremos mayor precisión en los golpes. Si eres un jugador experto con buena técnica, favorece la elección de marcos con cabeza normal.

NIVEL DE JUEGO

El nivel de juego está muy relacionado con los días que practicas a la semana y si te estás planteando competir y subir tu nivel técnico. Te aconsejamos que tengas en cuenta estas premisas:

- Si eres un jugador casual y principiante: Te aconsejamos nuestras raquetas de iniciación. Raquetas de más de 90 gramos que son bastante resistentes y las más económicas. Entre ellas puedes elegir:
 - OLIVER SPEED LINGT 500
 - OLIVER STRONG 600
 - OLIVER ORION 58 (júnior)

Estas raquetas son las que aconsejamos a nuestros deportistas en las escuelas de iniciación y con precios muy asequibles para socios.

- Si eres un principiante, pero te planteas jugar en serio: Te aconsejamos que evites las raquetas demasiado pesadas. Opta por una raqueta flexible, incluso semi rígida, que son más fácil de manejar. Puedes ver mucha de ellas en el catálogo OLIVER.
- Si eres un jugador regular en los entrenamientos: Aprovecha y prueba las raquetas OLIVER de la línea de club que son versátiles en todos los sentidos:
 - OLIVER DUAL TEC
 - OLIVER XPRO 30
- Si eres un jugador muy regular en los entrenamientos: Te dejamos que elijas cualquier raqueta de la línea profesional que tiene la marca OLIVER, pero te aconsejamos comparando calidad / precio:
 - EXTREME 69

Os dejamos enlace del catálogo completo de la marca colaboradora de nuestra Entidad OLIVER para que puedas elegir también tus accesorios, como volantes, raqueteros, grips, zapatillas, etc...

No dejes de asesorarte por tus entrenadores y pídeles a ellos los precios especiales para socios, te sorprenderán!!!