



PADEL MATCH Academy Programa YOUTH COMPETITION Madrid

Programa de competición diseñado para jóvenes jugadores que desean desarrollar su máximo potencial en un entorno profesional y estructurado.

Combina entrenamiento técnico, táctico y físico con metodología de alto rendimiento, preparando a cada jugador para el éxito competitivo.



¿Para quién es este programa?



Perfil del jugador ideal

Este programa está diseñado para aquellos jóvenes que ya han desarrollado los fundamentos básicos del Pádel y buscan dar el siguiente paso hacia la competición. A partir de 8 años, los jugadores pueden incorporarse a grupos adaptados a su nivel y experiencia.

Categorías disponibles

Desde los primeros pasos en competición hasta categoría Sub23. Cada grupo está formado según el nivel y la experiencia del jugador, garantizando una progresión óptima y sesiones ajustadas a las necesidades de cada uno.



Grupos homogéneos

Los jugadores se organizan en grupos de nivel similar para maximizar el aprendizaje y asegurar entrenamientos competitivos y motivadores. Esto permite trabajar conceptos complejos con jugadores de similar madurez técnica.



Desde 8 años

Primera etapa de formación competitiva

Categorías de competición

Sub10, Sub12, Sub14, Sub16, Sub18 y Sub23

Niveles adaptados

Grupos según experiencia y rendimiento

Dirección del Programa



Álvaro Moyano García

Director Youth Competition PADEL MATCH Academy

Responsable técnico del programa juvenil de competición. Coordina a los entrenadores y adapta la metodología a cada grupo.

Garantiza un desarrollo progresivo para que cada jugador alcance su máximo potencial en un entorno profesional y motivador.

Un perfil de máximo nivel:

- 🏆 Entrenador Nivel I – FMP
- 🎓 Graduado en Ciencias de la Actividad Física y del Deporte
- 🧠 Máster en Psicología Deportiva
- 🏆 Entrenador de jugadores profesionales, llegando a cuadros finales desde previa
- 🏆 Semifinales en varios torneos FIP como coach
- 👤 Responsable de la Bullpadel Academy U18 en Madrid (Brunete) durante 4 años

Contacto directo

Teléfono: +34 670 285 565
(WhatsApp)

Disponible para resolver consultas sobre el programa, niveles disponibles o proceso de inscripción.

Inscripciones abiertas

El proceso de inscripción está activo durante todo el año. Los jugadores pueden incorporarse en cualquier momento, adaptándose a grupos existentes según su nivel.

Metodología de alto rendimiento



Entrenamiento estructurado y profesional

Objetivos específicos por sesión

Cada entrenamiento tiene una finalidad clara, ya sea mejorar un fundamento técnico, desarrollar una táctica específica o trabajar situaciones de partido determinadas.

Seguimiento continuo del progreso

Los entrenadores registran el desarrollo de cada jugador, ajustando la metodología según las necesidades individuales y el ritmo de progresión.

Enfoque personalizado

Dentro de grupos homogéneos, el entrenador identifica fortalezas y áreas de mejora específicas de cada jugador, ofreciendo ejercicios complementarios cuando sea necesario.

En PADEL MATCH Academy, cada sesión está diseñada con objetivos específicos y seguimiento continuo, garantizando una progresión real y personalizada. La metodología combina ejercicios técnicos, situaciones reales de juego y trabajo físico específico, asegurando que todos los aspectos del rendimiento estén cubiertos.

Cada sesión combina los cuatro pilares que siguen (página siguiente) de manera equilibrada, garantizando un desarrollo completo del jugador. La progresión es gradual y medida, adaptándose continuamente a los objetivos individuales y colectivos del grupo.

Los 4 Pilares fundamentales

Estructura completa del entrenamiento

Trabajo técnico

Perfeccionamiento de fundamentos básicos y avanzados del pádel: golpes de derecha e izquierda, resto, volea, bandeja y smash. Énfasis en la **precisión y eficacia** de cada golpe.

- Corrección de errores técnicos
- Desarrollo de golpes efectivos
- Consolidación de fundamentos

Trabajo de control

Desarrollo de la regularidad y consistencia en el golpeo a través de situaciones de juego específicas. Trabajamos la calidad del contacto con la bola en todas las acciones, desde restos largos hasta voleas defensivas.

- Golpeos repetidos y controlados en contextos reales de juego
- Toma de decisiones bajo presión
- Consistencia y estabilidad en los movimientos

Situaciones de juego

Ejercicios simulando escenarios reales de partido, trabajando la toma de decisiones en momentos clave: juego de saque, roturas, puntos cerrados, ventajas y desventajas.

- Partidos cortos con objetivos
- Puntos decisivos simulados
- Juego de red y resto

Preparación estratégica

Desarrollo de la inteligencia táctica y comprensión del juego: gestión de puntos clave, análisis de rivales, adaptación de estrategias y preparación mental para competición.

- Revisión de partidos grabados
- Análisis de fortalezas propias
- Gestión emocional y concentración

Preparación física especializada

Entrenamiento físico específico para Pádel

Grupos reducidos de máximo 6 jugadores

La atención individual es clave en el entrenamiento físico. Trabajamos con grupos reducidos de máximo 6 jugadores por entrenador, permitiendo una supervisión cercana y correcciones inmediatas.

Enfoque integral del desarrollo físico

Desarrollo específico de las capacidades físicas esenciales para el Pádel: resistencia en los puntos largos, explosividad en los desplazamientos cortos, coordinación para movimientos combinados y movilidad para alcanzar bolas difíciles. Todo ello orientado a **prevenir lesiones**.

Personalización del entrenamiento

Consideramos la edad, nivel y características individuales de cada jugador. Se ajusta la intensidad, volumen y tipo de ejercicios según las necesidades específicas y el calendario de competición del atleta.



Posibilidad de añadir preparación física

Los jugadores pueden incorporar **hasta 3 sesiones de preparación física por semana** adicionales al entrenamiento de Pádel, adaptadas a su disponibilidad y objetivos.

**Velocidad y
explosividad**

**Coordinación y
movilidad**

**Prevención de
lesiones**

Horarios y flexibilidad

Estructura semanal del programa

Lunes, martes, miércoles & jueves

16:00 – 17:30

17:30 – 19:00

Inscripción flexible

El jugador elige el número de días que asiste, pudiendo combinar Pádel con entrenamiento físico según sus necesidades.



Los jugadores definen su compromiso semanal según objetivos y disponibilidad. Algunos eligen asistir dos días, otros optan por asistir a las cuatro sesiones semanales dependiendo de su calendario deportivo y académico.

Marco temporal de sesiones

Cada turno ofrece sesiones de pádel de 90 minutos, desde las 16:00 hasta las 17:30, y desde las 17:30 hasta las 19:00. Los jugadores pueden elegir una o varias franjas según su disponibilidad.

Sistema combinado Pádel + físico

Es posible realizar sesión de Pádel seguida de preparación física inmediatamente. Por ejemplo: Pádel de 16:00 a 17:30 y físico de 17:30 a 18:30. La transición directa optimiza el tiempo de entrenamiento.

Ejemplo de combinación diaria

16:00 – 17:30: Entrenamiento de Pádel (técnico, táctico y situaciones de juego)

17:30 – 18:30: Sesión de preparación física específica para Pádel

PADEL MATCH Academy

Referencia internacional en formación competitiva, reconocida por su exigencia, profesionalismo y enfoque hacia la excelencia.

Un entorno diseñado para desarrollar talento, disciplina y mentalidad de alto rendimiento.



Contáctanos

www.padelmatchacademy.com

Tel : +33 6 51 77 83 21 (WhatsApp)

Tel : +34 670 285 565 (WhatsApp)

@padelmatchacademy

PADEL MATCH
Academy