



Information about the subject

Degree: Bachelor of Sciences of Physical Activity and Sport

Faculty: Faculty of Physical Activity and Sport Sciences

Code: 282069 **Name:** Paddle

Credits: 4,50 **ECTS Year:** 4 **Semester:** 2

Module: 4) Optional Module.

Subject Matter: Adversary Sports **Type:** Elective

Field of knowledge: Health Sciences

Department: Physical-Sports Disciplines and Activities

Type of learning: Classroom-based learning

Languages in which it is taught: Spanish

Lecturer/-s:

OAC3 Jaime Tortosa Grobas (**Responsible Lecturer**)

jaime.tortosa@ucv.es



Module organization

4) Optional Module.

Subject Matter	ECTS	Subject	ECTS	Year/semester
Inclusive Activities and Practices	4,50	Inclusive Activities and Practices in the Areas of Education and Leisure Time	4,50	3, 4/2
Anthropology.	12,00	Anthropology	6,00	3/1
		Science, Reason and Faith	6,00	3/2
Collective Sports	22,50	Basketball	4,50	3, 4/2
		Football	4,50	3, 4/2
		Handball	4,50	3, 4/2
		Hockey	4,50	This elective is not offered in the academic year 25/26
		Volleyball	4,50	4/2
Adversary Sports	18,00	Fencing	4,50	This elective is not offered in the academic year 25/26
		Judo	4,50	4/2
		Paddle	4,50	4/2
		Tennis	4,50	3, 4/2



Sports in the Natural Environment	4,50	Sports in Nature: Specific Techniques	4,50	3, 4/2
Individual sports	22,50	Athletics	4,50	3, 4/2
		Cycling	4,50	This elective is not offered in the academic year 25/26
		Gymnastics	4,50	This elective is not offered in the academic year 25/26
		Swimming	4,50	This elective is not offered in the academic year 25/26
		Triathlon	4,50	3, 4/2
Direction and Management of Gyms and Sports Centers	4,50	Gym and Sports Centre Management and Administration	4,50	This elective is not offered in the academic year 25/26
Idiom	9,00	Inglés Avanzado para Ciencias Actividad Física y Deporte	4,50	3, 4/2
		Inglés Intermedio para Ciencias Actividad Física y Deporte	4,50	3, 4/2
Sports facilities	4,50	Sports Facilities	4,50	This elective is not offered in the academic year 25/26
Research Methods and Techniques	4,50	Applied Research Methods and Techniques in Sport Sciences	4,50	3, 4/2
Nutrition	4,50	Nutrition	4,50	3, 4/2



Professional Itinerary Electives	27,00	Fitness and Physical Conditioning	6,00	4/1
		Pedagogy in Educational Values in Sports and Physical Activity	6,00	4/1
		Skills, Entrepreneurship and Employment	3,00	4/2
		Sports Management of Human and Economic Resources	6,00	4/1
		Theory and Practice of Training for High Performance in Sports	6,00	4/1
Trends in sports practices	4,50	Trends in Sports Practices	4,50	This elective is not offered in the academic year 25/26
Social Skills and Group Dynamics	4,50	Social Skills and Group Dynamics	4,50	This elective is not offered in the academic year 25/26



Learning outcomes

At the end of the course, the student must be able to prove that he/she has acquired the following learning outcomes:

- R1 Describe and identify the internal logic of the paddle sport through the analysis of its functional structure and sociocultural elements.
- R2 Understand, correct, and optimize the technical execution of different strokes specific to paddle sports, providing appropriate feedback using various methodologies.
- R3 Describe and practically prioritize the configurative elements of each structure (coordination, cognitive, conditional, socio-affective, and emotive-volitional) in paddle sports across different ages and contexts.
- R4 Design and implement tasks, sessions, and programs for developing various capacities and skills specific to paddle sports in different ages and contexts.
- R5 Apply assessment procedures and instruments to determine the acquisition level of paddle sports skills across different ages, oriented toward health and contexts.

Competencies

Depending on the learning outcomes, the competencies to which the subject contributes are (please score from 1 to 4, being 4 the highest score):

	Weighting			
	1	2	3	4



Assessment system for the acquisition of competencies and grading system

Assessed learning outcomes	Granted percentage	Assessment method
R1, R2, R3, R4, R5	30,00%	Written and/or practical tests.
R1, R2, R3	20,00%	Individual or Group Work / Project.
R1, R2, R3, R4, R5	15,00%	Exercises and Practices in the Classroom.
R1, R2, R3, R4, R5	20,00%	Oral tests or presentation.
R1, R2, R3	15,00%	Non-face-to-face autonomous work.

Observations

- The student may keep the evaluation instruments passed during the 3 years following the first enrollment.
- It is necessary to obtain a 50% in all the evaluation instruments to pass the course.
- According to article 4.2. of the UCV Evaluation Guidelines, the limit of absences that may be due to eventualities (medical consultation, bureaucratic procedures...) that do not have to be justified, is 30%.
- Attendance to all practical sessions indicated in the schedule is compulsory. Additionally for this subject, in case of not attending 75% of these, the student will fail the two calls of the course, having to recover them in the following enrollment.
- In case of not complying with any of these criteria, the student will be graded with a maximum of 4.5.

SPECIFICATIONS OF THE EVALUATION INSTRUMENTS

Individual/group work/project

This evaluation instrument quantifies the students' ability to develop and present two different projects or works as a group. First, one related to the rules of the sport and, secondly, the technical and tactical analysis of a particular stroke of the sport of paddle, as well as a subsequent practical approach illustrative of: how to teach the stroke, how to raise a methodological progression for teaching at different ages and levels, how to identify the most common errors, etc..

Oral tests or exposition

The development of the two works mentioned above will be presented to the rest of the classmates, so both the content of the papers and their presentation will be evaluated.

Written and/or practical tests



This evaluation instrument tries to measure the theoretical knowledge and its practical application on the contents of the subject. It consists of a test-type questionnaire made up of questions with 2, 3 or 4 valid answer options. Each error may subtract 1 correct, 0.5 or 0.33 correct respectively.

Exercises and classroom practice

Development of classroom activities through moodle platform and practical sessions guided by the teacher in which the achievement of the objectives set in the different sessions will be measured. These activities will be developed in the classroom since they will be linked to the information and/or documentation worked in the different theoretical-practical sessions.

Non-attendance autonomous work

The autonomous work of the student on the materials made available by the teacher will be evaluated. The documents will be delivered and evaluated by the teacher through the Moodle tool.

The detailed explanation (procedure of the tasks) as well as the evaluation instruments (cards or rubrics) of each section will be published in the platform of each group at the student's disposal.

Learning activities

The following methodologies will be used so that the students can achieve the learning outcomes of the subject:

- M1 Attendance at practices.
- M2 Resolution of problems and cases.
- M3 Discussion in small groups.
- M4 Practical laboratories.
- M5 Presentation of content by the teacher.
- M6 Practical lesson.
- M7 Group dynamics and activities.



IN-CLASS LEARNING ACTIVITIES

	LEARNING OUTCOMES	HOURS	ECTS
THEORETICAL CLASS: Presentation of contents by the teacher. Competency analysis. Demonstration of capabilities, skills and knowledge in the classroom. M2, M5, M7	R1, R2, R3, R4, R5	14,50	0,58
PRACTICAL CLASS / SEMINAR: Group dynamics and activities. Resolution of problems and cases. Practical laboratories. Data search, computer classroom, library, etc. Meaningful construction of knowledge through student interaction and activity. M2, M5, M6, M7	R1, R2, R4, R5	24,80	0,99
EVALUATION: Set of oral and/or written tests used in the evaluation of the student, including the oral presentation of the final degree project. M2, M7	R1, R2, R3, R4	4,00	0,16
TUTORING: Supervision of learning, evolution. Discussion in small groups. Resolution of problems and cases. Presentation of results before the teacher. Presentation of diagrams and indexes of the proposed works. M2	R2, R4	1,70	0,07
TOTAL		45,00	1,80



LEARNING ACTIVITIES OF AUTONOMOUS WORK

	LEARNING OUTCOMES	HOURS	ECTS
GROUP WORK: Problem solving. Preparation of exercises, memoirs, to present or deliver in classes and/or in tutoring. M2, M7	R1, R2, R3, R4, R5	25,00	1,00
SELF-EMPLOYED WORK: Study, Individual preparation of exercises, assignments, reports, to present or deliver in classes and/or in tutoring. Activities in platform or other virtual spaces. M2	R1, R2, R3, R4, R5	42,50	1,70
TOTAL		67,50	2,70

Description of the contents

Description of the necessary contents to acquire the learning outcomes.

Theoretical contents:

Content block	Contents
BLOCK 1	History, evolution and current situation of paddle tennis
BLOCK 2	The rules of the game
BLOCK 3	The playing space and paddle materials
BLOCK 4	Technical aspects: grip, strokes and effects
BLOCK 5	Tactical aspects: positioning and other tactical elements



Temporary organization of learning:

Block of content	Number of sessions	Hours
BLOCK 1	3,00	6,00
BLOCK 2	5,00	10,00
BLOCK 3	5,00	10,00
BLOCK 4	10,00	20,00
BLOCK 5	7,00	14,00



References

BASIC REFERENCES

- Almonacid, B. (2012). Perfil de juego en pádel de alto nivel. Jaén. Universidad de Jaén.
- Aparicio, J.A. (1998). Preparación Física en el tenis, la clave del éxito. Madrid: Editorial Gymnos.
- Aparicio, A., Gil, M. I., López, G. F., y Díaz, A. (2016). Satisfaction of users of two padel clubs in Cartagena (Region of Murcia). Sport Tk. Revista Euroamericana de Ciencias del Deporte, 5(2), 27-31.
- Ávalos, H., Sanchís, M., Magraner, L., y Alcántara, E. (2013). Homologación de instalaciones para pádel. Revista de Biomecánica, 59, 15-16.
- Barbero, G. Didáctica de una clase de pádel. Retos. Nuevas tendencias en Educación Física, Deporte y Recreación, 2007, nº 12, pp 54-57
- Barquín, R. R., y García, O. L. (2008). Características psicológicas en los jugadores de pádel de alto rendimiento. Revista Iberoamericana de Psicología del Ejercicio y el Deporte, 3(2), 183-200.
- Cabello, E. (2015). Epidemiological study of sports injuries and their consequences in recreational sport in Spain. Apunts, Educación Física y Deportes, (119), 62-70.
- Casals, C., Sánchez-Alcaraz, B. J., Courel-Ibáñez, J., Martínez-López, J., y Suárez-Cadenas, E. (2017). Variables psicológicas asociadas a la práctica competitiva en pádel. Revista Andaluza de Medicina del Deporte, 10(3), 158.
- Castaño-Ruiz, J. (2009). Iniciación al Pádel: Cuaderno Didáctico. Wanceulen SL. España: Sevilla.
- Castejón, F.J. (1995). Fundamentos de Iniciación Deportiva y Actividades Físicas organizadas. Madrid: Editorial Dickinson.
- Castejón, F.J. (2000). Iniciación Deportiva. Aprendizaje y Enseñanza. Madrid: Editorial Pila Teleña.
- Castellar, C., Pradas, F., Quintas, A., Arraco, S., y Pérez, J. B. (2017). Perfil condicional de jugadoras de pádel de élite. Revista Andaluza de Medicina Del Deporte, 8(4), 185-185.
- Castellote, M. (2005). Pádel un gran deporte. Madrid: Bullpádel.
- Castillo-Lozano, R., y Casuso-Holgado, M. J. (2015). A comparison musculoskeletal injuries among junior and senior paddle-tennis players. Science & Sports, 30(5), 268-274.
- Castillo-Lozano, R., y Casuso-Holgado, M. J. (2017). Incidence of musculoskeletal sport injuries in a sample of male and female recreational paddle-tennis players. The Journal of sports medicine and physical fitness, 57(6), 816-821. 96
- Castillo-Rodríguez, A., Alvero-Cruz, J. R., Hernández-Mendo, A., y Fernández-García, J. C. (2014). Physical and physiological responses in paddle tennis competition. International Journal of Performance Analysis in Sport, 14(2), 524-534.
- Castillo-Rodríguez, A., Hernández-Mendo, A., y Alvero-Cruz, J. R. (2014). Morfología del jugador de élite de pádel: comparación con otros deportes de raqueta. International Journal of Morphology, 32(1), 177-182.
- Ciria, C., González, M., Ramos, A. y Millán, L. 2012. El pádel de la jet set a deporte popular. (En línea). Diciembre 2012. Recuperado 20-03-2013.



- Courel-Ibáñez, J., y Sánchez-Alcaraz, B. J. (2017). Effect of situational variables on points in elite padel players. *Apunts Educacion Fisica y Deportes*, (127), 68-74.
- Courel-Ibáñez, J., Sánchez-Alcaraz, B. J., Garcia, S., y Echegaray, M. (2017). Evolution of padel in Spain according to practitioners' gender and age. *Cultura Ciencia y Deporte*, 12(34), 39-46.
- Courel-Ibáñez, J., y Alcaraz-Martínez, B. J. S. (2018). The role of hand dominance in padel: Performance profiles of professional players. *Motricidade*, 14(4), 33-41.
- Courel-Ibáñez, J., y Herrera-Gálvez, J. J. (2019). Fitness testing in padel: Performance differences according to players' competitive level. *Science & Sports*, 35(1), 11-19.
- Courel-Ibáñez, J., y Llorca-Mirallès, J. (2021). Physical Fitness in Young Padel Players: A Cross-Sectional Study. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 18(5), 2658.
- Courel-Ibáñez, J., Cordero, J. C., Muñoz, D., Sánchez-Alcaraz, B. J., Grijota, F. J., y Robles, M. C. (2018). Fitness benefits of padel practice in middle-aged adult women. *Science & Sports*, 33(5), 291-298.
- Courel-Ibáñez, J., Martínez Sánchez-Alcaraz, J.B. y Muñoz, D. (2019). Exploring game dynamics in padel: Implications for assessment and training. *The Journal of Strength & Conditioning Research*, 33(7), 1971-1977.
- Courel-Ibáñez, J., Sánchez-Alcaraz, B. J., Muñoz, D., Pérez, F. J. G., Herrera, R. C., y García, J. D. (2018). Gender Reasons for Practicing Paddle Tennis. *Apunts: Educación Física y Deportes*, 133, 116-125.
- Courel-Ibáñez, J., Sánchez-Alcaraz, B.J., y Cañas, J. (2017). Game performance and length of rally in professional padel players. *Journal of Human Kinetics*, 55, 161.
- Courel-Ibáñez, J., Sánchez-Alcaraz, J. B., y Cañas, J. (2015). Effectiveness at the net as a predictor of final match outcome in professional padel players. *Investigación en Pádel. Revisión sistemática*, 97
- De Borja, F., De Hoyo y París, F. (2006). Integración y deporte: pádel adaptado. *Revista de educación física: renovar la teoría y práctica*, 104, 35-38.
- De Hoyo, M., Sañuda, B. y Carrasco, L. (2007). Demandas Fisiológicas de la competición en pádel. *Revista internacional de Ciencias del Deporte*, 3, 8, 54-58.
- De Hoyo, M., Corrales, B. S., y Páez, L. C. (2007). Demandas fisiológicas de la competición en pádel. *RICYDE. Revista Internacional de Ciencias del Deporte*, 3(8), 53-58.
- De Prado, F., Martínez, B. J. S. A., Navarro, J. G., y López, A. B. (2014). Prevención de lesiones en el pádel. *Trances: Transmisión del conocimiento educativo y de la salud*, 6(4), 175-188.
- Díaz, J., Grijota, F. J., Robles, M. C., Maynar, M., y Muñoz, D. (2017). Study of Internal Load in Amateur Padel through Heart Rate. *Apunts Educacion Fisica y Deportes*, (127), 75-81.
- Díaz, J., Muñoz, D., Cordero, J. C., Robles, M. C., Courel-Ibáñez, J., y Sánchez-Alcaraz, B.J. (2018). Mood state and quality of life in women adults practicing of padel. *Revista Iberoamericana de Ciencias de la Actividad Física y el Deporte*, 7(3), 34-43.
- Díaz, V. J. L., Cantó, E. G., y Soto, J. J. P. (2013). Nivel de ejecución del remate de potencia de pádel en alumnos de la Universidad de Murcia. *EmásF: revista digital de educación física*, (23), 16-24.
- Díaz-García, J., López-Gajardo, M. Á., Ponce-Bordón, J. C., y Pulido, J. J. (2021). Is Motivation



Associated with Mental Fatigue during Padel Trainings? A Pilot Study. *Sustainability*, 13(10), 5755.

Escudero-Tena, A., Fernández-Cortes, J., García-Rubio, J., y Ibáñez, S. J. (2020). Use and efficacy of the lob to achieve the offensive position in women's professional padel. Analysis of the 2018 WPT finals. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 17(11), 4061.

Escudero-Tena, A., Sánchez-Alcaraz, B. J., García-Rubio, J., y Ibáñez, S. J. (2021). Analysis of Game Performance Indicators during 2015–2019 World Padel Tour Seasons and Their Influence on Match Outcome. *International journal of environmental research and public health*, 18(9), 4904.

Espina, M. (1997). *Manual Práctico de Pádel*. Madrid: Ed. Gymnos

Federación Internacional de Tenis. (1991). *Mini tenis desarrollo de base.*, Madrid: Editorial Gymnos.

Fernández-Martínez, N., Gómez-Chacón, R., Bernal-García, A., y Pérez-Villalba, M. (2018). Evolución de las licencias federativas de Pádel en Andalucía (2009-2016). *Sport TK- Revista Euroamericana de Ciencias del Deporte*, 57-64.

García-Benítez, S., Courel-Ibáñez, J., Pérez-Bilbao, T., & Felipe, J. L. (2018). Game responses during young padel match play: Age and sex comparisons. *The Journal of Strength & Conditioning Research*, 32(4), 1144-1149.

García, A. y García, J. (2010). Diferencia de oferta de pistas de pádel en las diferentes comunidades autónomas españolas. *EF Deportes*, 14, 140.

García, JM, Navarro Valdivieso M, Ruiz Caballero J.A. (1997). *Planificación del entrenamiento deportivo*. Madrid: Editorial Gymnos.

García-Fernández, P., Guodemar-Pérez, J., Ruiz-López, M., Rodríguez-López, E. S., García-Heras, A., & Hervás-Pérez, J. P. (2019). Epidemiology of injuries in professional and amateur spanish paddle players. *Revista Internacional de Medicina y Ciencias de la Actividad Física y del Deporte*, 19(76).

García-Benítez, S., Pérez-Bilbao, T., Echegaray, M., & Luis Felipe, J. (2016). The influence of gender on temporal structure and match activity patterns of professional padel tournaments. *Cultura, Ciencia y Deporte*, 11(33), 241-247.

Gea García, G. M., Conesa Garre, C. M., Courel-Ibáñez, J., & Menayo Antúnez, R. (2021). Ball type and court surface: A study to determinate the ball rebound kinematics on the padel wall. *International Journal of Performance Analysis in Sport*, 21(2), 226-241.

Gómez Chacón, R., Pascua Barón, D., & Fernández Martínez, N. (2019). Evolución de las licencias federativas (1994–2016). *Pádel vs Tenis. Materiales para la historia del deporte*, 16, 43-49.

Granda Vera, J., Barbero Álvarez, J. C., & Cortijo Cantos, A. (2019). Determining precues in paddle tennis by using a kinematic analysis. *Revista Internacional de Medicina y Ciencias de la Actividad Física y del Deporte*, 19(73), 1-18.

González-Carvajal, C. (2003). *Pádel*. Madrid: Tutor.

González-Carvajal, C. (2006). *Escuela de Pádel. Pádel del aprendizaje a la competición*. Madrid. Tutor.

Hughes, M. D., & Bartlett, R. M. (2002). The use of performance indicators in performance



analysis. *Journal of sports sciences*, 20(10), 739-754.

Javadiha, M., Andujar, C., Lacasa, E., Ric, A., & Susin, A. (2021). Estimating Player Positions from Padel High-Angle Videos: Accuracy Comparison of Recent Computer Vision Methods. *Sensors*, 21(10), 3368.

Jiménez-Naranjo, H. V., Coca-Pérez, J. L., Gutiérrez-Fernández, M., & Fernández-Portillo, A. (2016). Determinants of the expenditure done by attendees at a sporting event: The case of World Padel Tour. *European journal of management and business economics*, 25(3), 133-141.

Jiménez-Naranjo, H. V., Coca-Pérez, J. L., Gutiérrez-Fernández, M., & Sánchez-Escobedo, M. C. (2015). Cost-benefit analysis of sport events: The case of World Paddle Tour. *European Research on Management and Business Economics*, 22(3), 131-138.

Lacasa, K., Orteub, E., Gabriel, E., Torrents, C., & Salas, C. (2017). Las situaciones reducidas de juego como constreñimiento de la tarea en la iniciación al pádel para niños de seis a diez años. *Revista Andaluza de Medicina del Deporte*, 10(3), 161-161.

Lasaga, M^a J., (2010). Estudio social y metodológico de pádel desde la percepción de técnicos y jugadores: una apuesta educativa. Sevilla. Tesis Doctoral. Universidad de Sevilla.

Luna, V.M. y Arazuri E.S. (2008) Promoción del pádel de competición en las primeras etapas deportivas (6-12 años). Un proyecto de intervención. *Retos. Nuevas tendencias en Educación Física, Deporte y Recreación*, 13, 46-49.

Lupo, C., Condello, G., Courel-Ibáñez, J., Gallo, C., Conte, D., & Tessitore, A. (2018). Effect of gender and match outcome on professional padel competition. *RICYDE. Revista Internacional de Ciencias del Deporte*, 14(51), 29-41.

Martínez-Rodríguez, A., Collado, E. R., & Vicente-Salar, N. (2015). Body composition assessment of paddle and tennis adult male players. *Nutrición Hospitalaria*, 31(3), 1294-1301.

Mellado-Arbelo, Ó., Vidal, E. B., & Usón, M. V. (2019). Análisis de las acciones de juego en pádel masculino profesional. (Analysis of game actions in professional male padel). *Cultura, Ciencia y Deporte*, 191-201.

Menayo, R., Manzanares, A., Conesa, C. M., & López, A. (2015). Velocidad de la bola y precisión en el saque en pádel: protocolos de registro, análisis y prospectivas. *Revista Andaluza de Medicina del Deporte*, 8(4), 187-187.

Moher, D., Shamseer, L., Clarke, M., Ghersi, D., Liberati, A., Petticrew, M., & Stewart, L.A. (2015). Preferred reporting items for systematic review and meta-analysis protocols (PRISMA-P) 2015 statement. *Systematic reviews*, 4(1), 1-9.

Moncaut, A. P. (2003). *Fundamentos Técnicos del Pádel 143 ejercicios para la enseñanza y la mejora*. Madrid: Gymnos.

Montes, A., & Rojo, J. (2015). Analysis the use of the grip with velcro fasteners relating to the effectiveness of volleying in padel tennis. *Revista Iberoamericana de Ciencias de la Actividad Física y el Deporte*, 4(1), 6-18.

Moreno, R.A. y Moreno, A. (2008). *Manual de pádel: conceptos básicos*. Sevilla: Junta de Andalucía, Consejería de Turismo, Comercio y Deporte.

Müller, C. B., & Del Vecchio, F. B. (2018). Physical fitness of amateur paddle players: comparisons between different competitive levels. *Motricidade*, 14(4), 42-51.

Müller, C. B., Goulart, C., & del Vecchio, F. B. (2019). Acute effects of caffeine consumption on



- performance in specific test paddle. *Revista Brasileira de Ciências do Esporte*, 41(1), 26-33.
- Muñoz, M. A. (2007). Pádel adaptado. Sobre ruedas, 65,19.
- Muñoz, D., Courel-Ibáñez, J., Sánchez-Alcaraz Martinez, B. J., Diaz García, J., Grijota Pérez, F. J., & Muñoz Jimenez, J. (2017). Analysis of the use and effectiveness of lobs to recover the net in the context of padel. *Retos*-100
- Muñoz, D., Sánchez-Alcaraz Martinez, B. J., Courel-Ibáñez, J., Romero, E., Grijota, F. J., & Díaz, J. (2016). Study about profile and distribution of padel courts the Autonomous Community of Extremadura. *E-balonmano*, 12(3), 223-230.
- Muñoz, A., González, C. S., Quintana-García, I., & Peinado, M. G. (2021). The relative age effect in the professional Padel circuit. *Retos-Nuevas tendencias en Educación Física, Deporte y Recreación*, 41, 519-523.
- Muñoz, D., Díaz, J., Pérez, M., Siquer-Coll, J., & Grijota, F. J. (2018). Análisis de los parámetros de carga externa e interna en pádel. *Kronos*, 17(1).
- Muñoz, D., Díaz, J., Quintero, M. P., Pérez, F. J. G., Ibáñez, J. C., & Martínez, B. J. S. A. (2019). Efectos del volumen de práctica de pádel sobre la composición corporal en jugadores amateurs. *Acción motriz*, (22), 17-22.
- Muñoz, D., Fernández, A. G., Pérez, F. J. G., García, J. D., Sánchez, I. B., & Jiménez, J. M. (2016). Influencia de la duración del set sobre variables temporales de juego en pádel. *Apunts, Educación Física y Deportes*, (123), 69-75.
- Muñoz, D., Sánchez-Alcaraz, B. J., Courel-Ibáñez, J., Diaz, J., Julian, A., & Munoz, J. (2017). Differences in winning the net zone in padel between professional and advance players. *Journal of Sport and Health Research*, 9(2), 223-231.
- Muñoz, D., Toro-Román, V., Grijota, F.J., Courel-Ibáñez, J., Sánchez-Pay, A. & Sánchez- Alcaraz, B.J. (2021). Análisis antropométrico y de somatotipo en jugadores de pádel en función de su nivel de juego. *Retos: nuevas tendencias en educación física, deporte y recreación*, (41), 285-290.
- Navas Sanz, D., Ramón-Llín, J., & Veiga, S. (2018). Match analysis of wheelchair padel players of different functional level. *Journal of Human Sport and Exercise*, 13(4), 916- 925.
- Navas, D., Veiga, S., Navarro, E., & Ramón-Llín, J. (2020). Differences in kinematic and match-play demands between elite winning and losing wheelchair padel players. *Plos one*, 15(9), e233475.
- Olmedilla, A., Ortega, E., de los Fayos, E. J. G., Jara, P., & Ortín, F. J. (2009). Evolución de la investigación y de la aplicación en Psicología del Deporte, a través del análisis de los Congresos Nacionales de Psicología del Deporte (1999-2008). *Cultura, Ciencia y Deporte*, 4(10), 15-23.
- Parrón Sevilla, E., Nestares Pleguezuelo, T., & Teresa Galván, C. D. (2015). Valoración de los hábitos de vida saludables en jugadores de pádel. *Revista Andaluza de Medicina del Deporte*, 8(4), 184-184.
- Pradas de la Fuente, F., González-Jurado, J. A., García-Giménez, A., Gallego Tobón, F., & Castellar Otín, C. (2019). Características antropométricas, de Investigación en Pádel. Revisión sistemática jugadores de pádel de élite: Estudio piloto. *Revista Internacional de Medicina y Ciencias de la Actividad Física y el Deporte*, 9(74), 181-195.
- Pradas, F., Cachón, J., Otín, D., Quintas, A., Arraco, S. I., & Castellar, C. (2014). Anthropometric,



physiological and temporal analysis in elite female paddle players. *Retos: Nuevas Tendencias en Educación Física, Deporte y Recreación*, 2041(25), 107-112.

Pradas, F., Cádiz, M. P., Nestares, M. T., Martínez-Díaz, I. C., & Carrasco, L. (2021). Effects of Padel Competition on Brain Health-Related Myokines. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 18(11), 6042.

Pradas, F., García-Giménez, A., Toro-Román, V., Ochiana, N., & Castellar, C. (2021). Gender Differences in Neuromuscular, Haematological and Urinary Responses during Padel Matches. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 18(11), 5864.

Pradas, F., García-Giménez, A., Toro-Román, V., Sánchez-Alcaraz, B. J., Ochiana, N., & Castellar, C. (2020). Effect of a padel match on biochemical and haematological parameters in professional players with regard to gender-related differences. *Sustainability*, 12(20), 8633.

Pradas, F., Sánchez-Pay, A., Muñoz, D., & Sánchez-Alcaraz, B. J. (2021). Gender differences in physical fitness characteristics in professional padel players. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 18(11), 5967.

Priego Quesada, J.I., Sanchis Almenara, M., Kerr, Z. K. & Alcantara, E. (2018). Examination of the risk factors associated with injured recreational padel players in Spain. *The Journal of sports medicine and physical fitness*, 58(1-2), 98-105.

Priego, J., Melis, J. O., Belloch, S. L., Soriano, P. P., García, J. C. G., & Almenara, M. S. (2013). Padel: A Quantitative study of the shots and movements in the high- performance. *Journal of Human Sport and Exercise*, 8(4), 925-931.

Priego, J., Melis, J.O., Llana-Belloch, S., Perez-Soriano, P., Gonzalez Garcia, J. C., & Sanchis Almenara, M. (2014). Pressurometry and biomechanical study of the foot in padel. *Revista Iberoamericana de Ciencias de la Actividad Física y el Deporte*, 3(1), 21-26.

Ramón-Llín, J. (2013). Análisis de la distancia recorrida y velocidad de desplazamiento en pádel. Valencia. Universitat de València.

Ramón-Llín, J., & Guzmán, J. F. (2014). Distancia a la red de los jugadores de pádel en función del lado de juego. *Revista Internacional de Deportes. Colectivos*, 18, 105- 113.

Ramón-Llín, J., Belloch, S. L., Guzmán, J., Vuckovic, G., Muñoz, D., & Sánchez-Alcaraz, B. J. (2020). Análisis de la distancia recorrida en pádel en función de los diferentes roles estratégicos y el nivel de juego de los jugadores. 102. *Acción motriz*, (25), 59-67.

Ramón-Llín, J., Guzman, J. F., & Martinez Gallego, R. (2018). Comparison of heartrate between elite and national paddle players during competition. *Retos-Nuevas Tendencias en Educación Física Deporte y Recreación*, (33), 91-95.

Ramón-Llín, J., Guzmán, J. F., Belloch, S. L., Vuckovic, G., & James, N. (2013). Comparison of distance covered in paddle in the serve team according to performance level. *Journal of Human Sport and Exercise*, 8(3), 738-742.

Ramón-Llín, J., Guzmán, J. F., Llana, S., James, N., & Vuckovic, G. (2017). Analysis of padel rally characteristics for three competitive levels. *Kinesiologia Slovenica*, 23(3).

Ramón-Llín, J., Guzmán, J. F., Llana, S., Martínez-Gallego, R., James, N., & Vuckovic, G. (2019). The effect of the return of serve on the server pair's movement parameters and rally outcome in padel using cluster analysis. *Frontiers in psychology*, 10, 1194.

Ramón-Llín, J., Guzmán, J., Llana, S., Vuckovic, G., Muñoz, D., & Sánchez-Alcaraz, B. J. (2021).



Analysis of distance covered in padel based on level of play and number of points per match. Retos, 39, 205-209.

Ramón-Llin, J., Guzmán, J., Martínez-Gallego, R., Muñoz, D., Sánchez-Pay, A., & Sánchez-Alcaraz, B. J. (2021). Analysis of the situation on the court of the players in the serve and its relationship with the direction, the side of the court and the result of the point in high-level padel. Retos, 41, 399-405.

Ramón-Llin, J., Guzmán, J., Martínez-Gallego, R., Muñoz, D., Sánchez-Pay, A., & Sánchez-Alcaraz, B. J. (2020). Stroke analysis in padel according to match outcome and game side on court. International Journal of Environmental Research and Public Health, 17(21), 7838.

Reglamento del Pádel. Página web de la Federación Española de Padel.

Rivilla-García, J., Muñoz Moreno, A., Lorenzo, J., Van den Tillaar, R., & Navandar, A. (2019). Influence of the opposition on overhead smash velocity in padel players. Kinesiology, 51(2.), 206-212.

Rodríguez Cayetano, A., Muñoz, A. S., Ramos, de Mena Ramos, J. M., Blanco, J. M. F., Calle, R. C., & Pérez Muñoz, S. (2017). Pre-competitive anxiety in U12, U14 and U16 paddle tennis players. Revista de Psicología del Deporte, 26(3), 51-56.

Rodríguez Cayetano, A., Pérez Muñoz, S., de Mena Ramos, J. M., Codón Beneitez, N., & Sánchez Muñoz, A. (2020). Motives for sports participation and intrinsic satisfaction in padel players. Retos, Nuevas Tendencias en Educación Física, Deporte y Recreación, (38), 242-247.

Rodríguez-Fernández, M. (2011). Padel sports clubs in Spain. International Journal of Sports Marketing and Sponsorship, 13(1), 33-43. Investigación en Pádel. Revisión sistemática, 103

Romero, S., Carrasco, L., Hoyo, M. D., Sanudo, F. D. B., Corral, J. A., Chacon, F., y Lasaga, M. J. (2008). Determinacion del perfil de los seleccionadores de padel de alta competición. Tandem: Didactica de la educacion fisica, 28, 85-95.

Romero, S., Lasaga, M. J., & Romero, A. L. (2010). Metodología de enseñanza en pádel en niveles de iniciación. Habilidad Motriz: revista de ciencias de la actividad física y del deporte, (34), 33-42.

Ruiz-Barquín, R., de la Vega-Marcos, R., De la Rocha, M., & Ortín-Montero, F. J. (2017). Resilience in adapted paddle coaches. Anales de psicología, 33(3), 743-754.

Ruiz, R. (2008). Perfil de personalidad femenino en el deporte del Padel de Alto Rendimiento. En L. Ariza L. y Guillen, M. (Coords.), Internacional y XXV Nacional de Educacion Fisica Universidad de Cordoba.

Ruiz, R. y Lorenzo, O. (2008). Características psicológicas en los jugadores de pádel de alto rendimiento del Deporte y III Congreso Iberoamericano de Psicología de la Actividad Física y el Deporte (pp. 479

Ruiz, R., Lorenzo, O., Perdiguero, F. J. y Díaz, M. J. (2006). Características de personalidad y psicológicas en los jugadores de Pádel de Alto Rendimiento. Convocatoria de Ayudas a Universidades y a entidades públicas proyectos de apoyo científico y tecnológico al deporte y otras acciones de promoción y difusión de la investigación deportiva. Consejo Superior de Deportes.

Sánchez-Alcaraz, B. J. (2013). Historia del pádel. Materiales para la historia del deporte, (11), 57-60.



- Sánchez-Alcaraz, B. J. (2014a). Análisis de la exigencia competitiva del pádel en jóvenes jugadores. *Kronos*, 13(1).
- Sánchez-Alcaraz, B. J. (2014b). Game actions and temporal structure differences between male and female professional paddle players. *Acción motriz*, 12, 17-22.
- Sánchez-Alcaraz, B. J. (2014c). La utilización de vídeos didácticos en la enseñanza- aprendizaje de los golpes de pádel en estudiantes. *DIM: Didáctica, Innovación y Multimedia*, (29), 1-8.
- Sánchez-Alcaraz, B. J. (2014d). Recomendaciones para el entrenamiento de la condición física en jóvenes jugadores de pádel. *Trances, Revista de Transmisión del Conocimiento Educativo y de la Salud*, 6(2), 189-200.
- Sánchez-Alcaraz, B. J., & Mármol, A. G. (2015). Revisión de los parámetros de juego en pádel. *Trances: Transmisión del conocimiento educativo y de la salud*, 7(3), 407-416.
- Sánchez-Alcaraz, B. J., & Sánchez-Pay, A. (2014). Medición de la condición física del jugador de pádel a través de tests. *Trances: Transmisión del conocimiento educativo y de la salud*, 6(2), 45-62.
- Sánchez-Alcaraz, B. J., Courel-Ibáñez, J., & Canas, J. (2016). Groundstroke accuracy assessment in padel players according to their level of play. *RICYDE-Revista Internacional de Ciencias del Deporte*, 12(45), 324-333.
- Sánchez-Alcaraz, B. J., Courel-Ibáñez, J., & Canas, J. (2018). Temporal structure, court movements and game actions in padel: A systematic review. *Retos-Nuevas Tendencias en Educación Física Deporte y Recreación*, (33), 308-312.
- Sánchez-Alcaraz, B. J., Courel-Ibáñez, J., Díaz García, J., & Muñoz Marín, D. (2019). Descriptive study about injuries in padel: Relationship with gender, age, players' level and injuries location. *Revista Andaluza de Medicina del Deporte*, 12, 29-34.
- Sánchez-Alcaraz, B. J., Courel-Ibáñez, J., Díaz, J., Grijota, F. J., & Muñoz, D. (2019). Efectos de la diferencia en el marcador e importancia del punto sobre la estructura temporal en pádel de primera categoría. *Journal of Sport & Health Research*, 11(2), 104.
- Sánchez-Alcaraz, B. J., Courel-Ibáñez, J., Muñoz, D., Infantes-Córdoba, P., de Zumarán, F.S., & Sánchez-Pay, A. (2020). Análisis de las acciones de ataque en el pádel masculino profesional. *Apunts Educación Física y Deportes*, 36(142), 29-34.
- Sánchez-Alcaraz, B. J., Martínez-Gallego, R., Llana, S., Vuckovic, G., Muñoz, D., Courel- Ibáñez, J., ... & Ramón Llin, J. (2021). Ball impact position in recreational male padel players: Implications for training and injury management. *International journal of environmental research and public health*, 18(2), 435.
- Sánchez-Alcaraz, B. J., Muñoz Marín, D., Courel-Ibáñez, J., Grijota Pérez, F. J., Chaparro Herrera, R., & Diaz Garcia, J. (2018). Practice motives in padel players regarding age, level and gender. *Sport TK-Revista Euroamericana de Ciencias del Deporte*, 7(1), 57- 61.
- Sánchez-Alcaraz, B. J., Muñoz, D., Pradas, F., Ramón-Llín, J., Cañas, J., & Sánchez-Pay, A. (2020). Analysis of serve and serve-return strategies in elite male and female padel. *Applied Sciences*, 10(19), 6693.
- Sánchez-Alcaraz, B. J., Muñoz, F. J., Ramón-Llín, J., Sánchez-Pay, A., & Muñoz, D. (2020).



Influencia del punto de oro en la estructura temporal y el marcador en pádel profesional. *Kronos*, 19(1).

Sánchez-Alcaraz, B. J., Orozco Ballesta, V., Courel-Ibáñez, J., & Sánchez Pay, A. (2018). Speed, agility, and strength assessment in young padel players. *Retos-Nuevas Tendencias en Educación Física Deporte y Recreación*, (34), 263-266.

Sánchez-Alcaraz, B. J., Perez-Puche, D. T., Pradas, F., Ramón-Llín, J., Sánchez-Pay, A., & Muñoz, D. (2020). Analysis of performance parameters of the smash in male and female professional padel. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 17(19), 7027.

Sánchez-Alcaraz, B. J., Real, F. F., Zurano, A., Muñoz, D., & Mas, J. R. L. (2021). Análisis del golpe de doble pared abierta en pádel profesional. Diferencias entre géneros. *Acción motriz*, (26), 113-122.

Sánchez-Alcaraz, B. J., Sánchez-Pay, A., Gómez-Mármol, A., Bazaco-Belmonte, M. J., & Molina-Saorin, J. (2017). Differences in forms of organization of the padel lessons with students. *Revista Internacional de Medicina y Ciencias de la Actividad Física y del Deporte*, 17(67).

Sánchez-Alcaraz, B. J., Siquier-Coll, J., Toro-Román, V., Sánchez-Pay, A., & Muñoz, D. (2021). Analysis of the parameters related to score in world padel tour 2019: Differences by gender, round and tournament type. *Retos*, 39, 200-204.

Sánchez-Alcaraz, B.J. (2013). Táctica del pádel en la etapa de iniciación. Trances: Transmisión del conocimiento educativo y de la salud, 5(1), 109-Investigación en Pádel. Revisión sistemática, 105, 116.

Sánchez-Alcaraz, B.J., Gómez, A., Parra-Meroño, M.C. & García-Montiel, J.A. (2014). Análisis de la satisfacción laboral de técnicos deportivos de pádel y natación. *Apunts. Educación física y deportes*, 3(117), 77-83.

Sánchez, B. J., Cánovas, J., Muñoz, D., Sánchez, A., *Padel Scientific Journal*, Vol. I (2023) 71-105, ISSN: 2952-2218

Sánchez-Muñoz, C., Muros, J. J., Cañas, J., Courel-Ibáñez, J., Sánchez-Alcaraz, B. J., & Zabala, M. (2020). Anthropometric and physical fitness profiles of world-class male padel players. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 17(2), 508.

Sánchez-Pay, A., García-Castejón, A., Courel-Ibáñez, J., & Sánchez-Alcaraz, B. J. (2020). Influence of low-compression balls in padel initiation stage. *Revista Internacional de Medicina y Ciencias de la Actividad Física y del Deporte*, 20(79).

Sañudo, B., De Hoyo, M., Carrasco, L. (2008). Demandas fisiológicas y características estructurales de la competición en pádel masculino. Sevilla. *Revista Apunts Educación física y deportes* (4º trimestre de 2008).

Teresa, C. D., Nestares, T., Castellar, C., Arraco, S., Otín, D., & Díaz-Castro, J. (2017). La práctica de pádel mejora la respuesta inmune tras la competición Selección de comunicaciones orales presentadas al II Congreso Nacional de Investigación en Pádel (CIP 2016). 5 y 6 de mayo de 2016. Granada. *Revista Andaluza de Medicina del Deporte*, 10(3), 158-159.

Torres-Luque, G., Ramírez, A., Cabello-Manrique, D., Nikolaidis, T. P., & Alvero-Cruz, J. R. (2015). Match analysis of elite players during paddle tennis competition. *International Journal of Performance Analysis in Sport*, 15(3), 1135-1144.



- Villena Serrano, M., Zagalaz Sánchez, M. L., Castro López, R., & Cachón Zagalaz, J. (2017). El pádel: revisión sistemática de la base de datos TESEO (Ministerio de educación español). *Sportis*, 3(2), 375-387.
- Villena-Serrano, M., Castro-López, R., Lara-Sánchez, A., & Cachón-Zagalaz, J. (2016). A Systematic review of the characteristics and impact of paddle tennis in Spain. *Apunts: Educación Física i Esports*, (126).
- Villena-Serrano, M., Castro-López, R., Zagalaz Sánchez, M. L., & Cachón Zagalaz, J. (2020). Análisis del bienestar subjetivo del jugador de pádel. *Revista de psicología del deporte*, 29(1), 29-38.
- Villena-Serrano, M., Castro-López, R., Zagalaz-Sánchez, M. L., & Cachón-Zagalaz, J. (2018). Análisis y relación del autoconcepto y la ansiedad en jugadores de pádel. *Revista Inclusiones*, 12-24.
- Zabala-Lili, J., Gil, S. M., Badiola, A., Bidaurreazaga-Letona, I., Vargas, A., & Granados, C. (2016). Características físicas y antropométricas, y análisis de juego en jugadores de pádel de elite. *Búsqueda*, 3(16), 33-40.

WEBS

American Platform Tennis Association.
<http://www.platformtennis.org/>.

Federación Valenciana de Pádel.
<http://www.padelcv.com>

Federación Española de Pádel.
<http://www.padelfederacion.es/Paginas/inicio/index.aspx>.

Fernández Cuevas, Ismael. Proyecto de investigación "Jeu du Paume".
http://www.museodeljuego.org/_xmedia/contenidos/0000000882/docu1.pdf.

Gran Enciclopedia Navarra. Historia de la Pelota Vasca.
<http://www.enciclopedia navarra.net/navarra/pelota/14375>.

New York State Paddle Tennis Association Inc.
<http://www.paddletennis.org/>.

Origines du Jeu de paume publicado por el Comité Français de Courte-Paume.
<http://www.club.fft.fr/courte-paume/originespaume.html>.

Paddle Tennis Sports.
<http://www.paddletennisports.com/>.

Platform and Paddle Tennis.



Universidad
**Católica de
Valencia**
San Vicente Mártir

Course guide

Year 2025/2026
282069 - Paddle

<http://www.geography.ccsu.edu/harmonj/atlas/platpad.htm>

The Padel Company Inc.

http://www.thepaddlecompany.com/paddle_tennis.htm.

