

23 TÁCTICAS PARA GANAR EN EL SQUASH

1-No cometer errores. Los partidos de Squash se ganan en base a los errores cometidos; más por el contrincante y tú, los menos posibles.

2-Priva a tu contrincante de la oportunidad de hacer tiros ganadores.

3-Date un margen de error, al tirar arriba de la chapa; cuando atacas.

4-Ataca cuando tengas una tiro fácil y cuando tu contrincante este en posición conveniente para ti.

5-Calcula el riesgo, antes de atacar.

6-Prepárate para tu partido llegando temprano, has un buen calentamiento y preparación mental.

7-Piensa en lo básico cuando tengas ansiedad, te sientas con flojera o decaído.

8-Planea tus partidos.

9-Has una lista de cosas por hacer, cuando te despiertes; el día del partido.

10-Evita las distracciones, concentrándote positivamente en el siguiente punto.

11-Mantente al pendiente de las áreas de peligro, en las cuales puedes perder concentración.

12-Lleva tu ritmo, durante el partido.

13-Varía tu ritmo.

14-La primera batalla en el Squash es por la "T".

15-Recupera y domina la "T".

16Crea oportunidades con presión y juego positivo.

17Volea. Golpea la bola antes de que bote y golpea fuerte, para limitar el tiempo a tu contrincante.

18-Si un tiro queda corto; la próxima vez, apunta más arriba.

19-Tira globos, cuando estés bajo presión.

20-Empieza a la defensiva.

21-Coloca la bola donde tu contrincante tenga opciones limitadas.

22-Golpea la bola, lejos de tu contrincante.

23-Volea para dominar la "T" y aplica presión.