

APRENDER BILLAR...

...DE LA BASE A LA ÉLITE.

CARLOS CORTÉS GIL

ENTRENADOR NACIONAL DE ALTO RENDIMIENTO

Índice

- I. PRÓLOGO: UNA VIDA LIGADA AL BILLAR.
- II. INTRODUCCIÓN: UN GRAN DEPORTE CON MUCHAS MODALIDADES.
- III. EL MECANISMO DE GOLPEO: EL TACO Y LA POSICIÓN DEL CUERPO.
- IV. LOS FACTORES TÉCNICOS DEL ATAQUE: TOMA DE BOLA, ALTURA, EFECTO, VELOCIDAD, DIRECCIÓN Y PENETRACIÓN.
- V. LOS OBJETIVOS DEL JUEGO: LA TÁCTICA PARA LOGRAR EL PUNTO, COLOCAR Y DEFENDER.
- VI. INICIACIÓN AL BILLAR AMERICANO Y AL BILLAR DE CARAMBOLA.
- VII. ESPECIALIZACIÓN EN BILLAR A TRES BANDAS, UNA MODALIDAD ESPECTACULAR.
- VIII. LA PREPARACIÓN FÍSICA: MANTENER UNA BUENA SALUD PARA JUGAR MEJOR.
- IX. LA PREPARACIÓN PSICOLÓGICA: CONCENTRACIÓN, MOTIVACIÓN, RELAJACIÓN Y TENSIÓN, ETC.
- X. LA COMPETICIÓN OFICIAL: CÓMO LLEGAR A SER UN MAESTRO.
- XI. **FACTORES EXTERNOS: AMBIENTALES (TEMPERATURA, HUMEDAD, VIENTO, ILUMINACIÓN) Y MATERIALES (BOLAS, TACO, MESA).**
- XII. **FACTORES INTERNOS: BIOLÓGICOS-FISIOLÓGICOS (APARATOS RESPIRATORIO, DIGESTIVO, LOCOMOTOR) Y PSICOLÓGICOS (CONCENTRACIÓN, ESFUERZO, HABILIDAD, EMOCIÓN, TENSIÓN*)**
- XIII. **FAMILIAS DE 3 BANDAS: RODADAS, CABAÑAS, PASEBOLAS, DOBLETES, LUJOS, REANVERSÉS, CORRIDOS, RETROCESOS, REPETICIONES, MASÉS. SISTEMAS BÁSICOS: BASE 50, ARGÜELLO Y TUZUL.**
- XIV. **CONSEJOS PARA DAR CLASES INICIALES EN ESCUELAS MUNICIPALES.**

I.- PRÓLOGO: UNA VIDA LIGADA AL BILLAR.

Nací en Soria un 10 de Agosto de 1981 y, huérfano desde que tenía un año, mi madre Evelia no tuvo otra opción que sacarnos adelante a mí y a mis hermanos mayores: Blanca, Ángela y Antonio. A los 4 años ya jugaba de vez en cuando en una mesa de billar americano en Garray, un pueblo cercano a Soria, a los pies de la mítica ciudad de Numancia. Pero tuve que esperar a que llegara la pareja de mi madre, Pepe Soria, para conocer el billar de verdad en la sala que abrirían en 1993, cuando ya tenía 12 años.

Aún me costaba coger el taco, que era mayor que yo, y poder encaramarme a la mesa. Si bien mi primer año lo pasé entrenando una hora diaria a Bola 8, mi contacto con el billar de Carambola fue a más cada día, primero en modalidad Libre e inmediatamente con Tres Bandas. La dimensión de la mesa, su precisión y la dificultad exigida para lograr los puntos llamaron mi atención a la par que mis deseos de competir eran más sencillos de cumplir. No obstante, mis incursiones en Billar Americano han sido periódicas y me han permitido lograr pruebas a nivel local y regional, así como victorias a nivel nacional. Pero más aún, me han ayudado a reflexionar sobre aspectos teóricos y prácticos generales.

Francisco Graña presidía la Federación de Castilla y León de Billar entonces, logrando incentivar una Liga Regional de Billar a Tres Bandas, bien secundada por los campeonatos de clubes de ciudades como Miranda de Ebro, Burgos, Valladolid, Cuéllar y Soria. Aquí precisamente el Club Billar Carambola organizaba todos los años el prestigioso Trofeo "San Saturio", al cual llegarían algunos de los mejores jugadores del país, como es el caso de José María Quetglas.

Con una tacada de 7 carambolas en mi primer torneo a los 13 años lograría un premio de 2 noches de hotel para ver en Madrid un encuentro España-Portugal, donde conocería al que ya era todo un fenómeno mediático y modelo a seguir: Daniel Sánchez. Tanto Quetglas como Sánchez vendrían a Soria a impartir clases, así como lo hizo Pepe Carrillo, otro gran maestro con gran presencia televisiva. En mi Club había gran cantidad de gente joven con los que progresé paralelamente (los Molina, Alcalde, Bendicho, Del Santo y compañía) combinada con otra no tan joven pero muy preparada e ilusionada, como Elías Menéndez, mi rival a batir a nivel local.

Enseguida saldría a concentraciones con los mejores juniors nacionales, dirigidos por Martín, Cañellas y, posteriormente Quetglas, uno de los mejores entrenadores del mundo en Billar A Tres Bandas. Pronto comenzaría a competir también en Campeonatos de España Junior, donde un puñado de amigos nos reuníamos cada temporada para intentar emular a ídolos como Dani Sánchez.

Ello y la consideración del billar como deporte desde 1998 por parte del Comité Olímpico Internacional (concretamente las modalidades de Bola 9, Tres Bandas y Snooker), pienso que fueron decisivos para que Fernando Requena, como Presidente de la Federación Española de Billar, y José María Quetglas, como Director Técnico de la misma, pusieran en marcha un ambicioso programa de tecnificación que ha dado grandes frutos.

Pronto llegaría mi mayoría de edad, dejando el instituto con aprobados raspados, y viajaría a Valladolid a estudiar un poco más la Licenciatura de Geografía, mi verdadera vocación académica. Allí destacaban varios jugadores, pero sería Salva Díez mi modelo a seguir y mi rival a batir. Mis medallas en Campeonatos Regionales Absolutos y Nacionales Junior me dieron la

posibilidad de obtener una beca como deportista de “élite” en la Junta de Castilla y León. Cada año debería entrenar duro para revalidar méritos y continuar con esa importante ayuda económica, con lo cual aumentó mi visión deportiva, entre otras cosas porque viví durante más de 5 años en una residencia deportiva, algo posiblemente pionero en España.

Todo ello gracias a José Soria, que cogió una huérfana Federación de Billar de Castilla y León, y a su inseparable “Secretaria” Evelia Gil. Ellos, junto con lo que pudimos ayudar en diverso grado otros aficionados, lograron también una sala pública para el Club Billar Valladolid, el cual pasaría de la nada a ser medalla de Bronce en Liga Nacional de División de Honor en muy pocos años. También organizamos el histórico Mundial de Billar a Tres Bandas de Valladolid, donde TVE fue testigo de sus 10.000 aficionados en 4 días de competición. Inmediatamente pondríamos en marcha la Escuela Municipal de Valladolid, gracias al apoyo de la Fundación Municipal de Deportes con Borja Lara a la cabeza. Más de medio centenar de alumnos corroboran cada año su éxito.



Figura 1: C. Cortés alecciona a varios jóvenes con la ayuda de J. Fraile durante el Mundial de 2003 de Valladolid.

Se realizaron posteriormente 3 Pruebas de Ranking Nacional y se logró crear un Centro de Perfeccionamiento Técnico Deportivo Regional de Billar modélico en España, con 2 mesas de Pool de 9 pies y otras 2 mesas de Carambola de Gran Match. Además, pusimos en marcha sesiones de ocio nocturno para jóvenes y cursos universitarios que suman cada año otro medio centenar de practicantes.

Para poder ejercer como maestro tuve que realizar el Curso de Monitor Nacional de Billar en 2003 y, posteriormente, el Curso de Entrenador Nacional de Billar, en 2006. Además, como Licenciado en Geografía mi intención de opositar para ser Profesor de Enseñanza Secundaria me requirió realizar el Curso de Aptitud Pedagógica en 2005.

Fue una etapa de gran esfuerzo que me permitió alcanzar mi máximo nivel deportivo, promediando cerca de 0,900 en la temporada 2004/05, e incluso más de 1,000 a mitad de la siguiente, cuando la enfermedad que ya padecía me obligó a medicarme y empeorar mis resultados. Posteriormente, me llevó también a colgar el taco y a perder toda ilusión por vivir. Fue una depresión, sí, la peor enfermedad que he padecido y que amenaza en este siglo XXI. Pero mi lucha interior y la ayuda de los míos (especialmente de mi madre y de mi actual pareja, Cristina) me han recuperado totalmente a nivel psicológico.

Sí han quedado en cambio secuelas fruto de la medicación que me hacen dudar sobre mis posibilidades de superación como jugador, con lo que he apostado decididamente por exprimir mis conocimientos como docente, lo cual es una de mis aspiraciones profesionales. Ahora, con un trabajo estable en Logroño y mientras continúo estudiando, me queda algo de tiempo para enseñar Billar y, a su vez, aprender a enseñar Billar, quedando en un segundo plano mis aspiraciones como jugador en alta competición (pues además padezco hernias lumbares). Aún así, en la presente temporada he logrado dos marcas personales: un promedio general de 1,151 en Liga Nacional en 4 partidos y una serie de 14 carambolas en un partido contra Rubén Legazpi (subcampeón del mundo junto a Daniel Sánchez con España).

Actualmente doy clases a un grupo de aficionados de Logroño en “Café Robi” un día a la semana y soy coordinador de una nueva Escuela Municipal de Billar en Soria, en la cual doy clases a jóvenes de 10 a 13 años todos los domingos (Carlos Benito y J. Ángel de Miguel hacen lo propio lunes y jueves con otra quincena de adultos). También colaboro con otras instituciones: Universidad de La Rioja y Centro Joven de Haro, entre otros. Además, a partir de octubre comenzaré a coordinar otra pionera iniciativa en La Rioja: la Escuela Municipal de Billar de Logroño, ubicada en el Complejo Deportivo de “La Ribera”.

Una vez que tengamos instalaciones adecuadas podremos poner en marcha las clases de billar. No importa si tenemos una mesa u otra, pues lo realmente importante es tener sobre ella bolas, tacos y un montón de ilusión por aprender y superarse a uno mismo.



Figura 2: Grupo con 13 de los 16 alumnos de la EMB de Soria iniciada en 2009 en el Círculo Amistad Numancia.

II.- INTRODUCCIÓN: UN DEPORTE, MUCHAS MODALIDADES.

El verdadero objetivo de este manual es lograr facilitar el aprendizaje al máximo de un deporte divertido a la par que difícil. Pero además, espero que sirva también para que algunos de sus lectores se vean capacitados para enseñar billar, ya sea a nivel particular o en cursos deportivos.

En primer lugar, he de señalar que el billar comenzó por ser un juego practicado por nobleza y burguesía en la hierba (de ahí el color más característico del paño) y consistía en golpear con una bola de marfil a otras dos, lo cual es conocido como Billar de Carambola. Pronto se llevaría el juego a una mesa de salón para hacerlo tan confortable como hoy en día. Serían los ingleses quienes colocarían agujeros en las bandas exteriores y aumentarían el número de bolas, y de ahí derivaría el Billar Americano. Esta especialidad ha sido la que más expansión ha logrado, si bien es cierto que a ella se asocia la también la imagen más degradada gracias a películas norteamericanas.

El Billar de Carambola, asociado históricamente a casinos de importantes ciudades, tiene una connotación de juego pleno de elegancia. Su modalidad matriz es el Billar Libre, el cual consiste en hacer contactar una bola contra otras dos. Cada jugador golpea siempre a la misma bola con un taco (instrumento troncocilíndrico delgado y alargado, generalmente de madera). Ahora bien, puede atacar (blanca ó amarilla) tanto contra la bola del contrario, como contra la bola neutral (roja) o contra una o más bandas.

Al dominar de tal forma este juego como para realizar centenares de carambolas sin fallar, se optó por complicarlo con las modalidades de Cuadro, que exige desplazar al menos una de las bolas contrarias fuera de un cuadro de un determinado tamaño antes de conseguir 3 carambolas consecutivamente en dicho cuadro.

Al dominarse también estas modalidades se crearon las modalidades de Banda y Tres Bandas, que exigen que la bola jugadora contacte con una ó tres bandas (respectivamente) antes de golpear a la tercera y última bola. Caso aparte merece la modalidad de Billar Artístico, sin lugar a dudas el más espectacular de todos, que consiste en tirar posiciones predeterminadas que exigen golpes de gran dificultad técnica.

Todas estas modalidades se practican en una mesa de Carambola, cuya medida homologada para la competición es conocida como Gran Match (2,84 x 1,42 cm. de superficie de juego), aunque existen varios tamaños inferiores. Realmente importante es la calefacción que incorpora y la elasticidad de sus paños y bandas, pues mejoran la velocidad y el mantenimiento de la rotación. La mesa de Billar Americano, en cambio, carece de estos componentes y tiene menores dimensiones (2,54 x 1,27 cm. de superficie de juego la mayor, identificada con 9 pies).

Y es que en el Billar Americano no prima tanto la reacción de tu bola como la reacción de la bola contraria, la cual ha de ser introducida en uno de los 6 agujeros ó troneras que hay. Aunque también hay multitud de modalidades, hemos de destacar Bola 8 y bola 9 por encima de todas.

En Bola 8 el objetivo es meter con una bola blanca común un grupo de 7 bolas (lisas ó rayadas) y por último introducir la Bola 8. Todos los tiros han de ser anunciados una vez seleccionado el grupo de bolas y la sanción por cometer falta se castiga con "bola en mano", un solo tiro colocando la bola blanca en cualquier punto de la mesa.

En Bola 9 también se sancionan así las faltas, pero el objetivo es meter la bola 9 desde el mismo saque con la única salvedad de tocar en primer lugar la bola de numeración más baja que haya sobre el tapete. Los jugadores, generalmente, optan por la secuencia lógica a no ser de encontrar una buena combinación. Al no haber necesidad de anunciar existe un grado mayor de factor suerte, pero la exigencia de puntería y colocación es mayor aún que en Bola 8.

Y el Billar Inglés ó Snooker es caso aparte de dificultad. Sobre una mesa de billar inmensa de 12 pies (3,60 x 1,80 cm.) se juega con unas bolas y agujeros aún más pequeños, debiendo meter un grupo de bolas rojas comunes en alternancia con una de las seis bolas comodines de colores. Las rojas tienen valor de un punto y los comodines van de 2 a 7 puntos, los cuales han de meterse por orden una vez desaparecen todas las bolas rojas.

En 1998 el C.O.I., como hemos citado anteriormente, reconoció 3 modalidades de cara a su posible inclusión en el futuro en los Juegos Olímpicos: Tres Bandas, Bola 9 y Snooker. Todas ellas tienen gran implantación internacional y sólo queda aunar esfuerzos entre federaciones y asociaciones comerciales para luchar por abrirse un hueco en el escaparate olímpico, lo que sin duda aumentaría el número de aficionados.

Pero tan importante o más puede resultar la labor de cada aficionado en la actualidad, ya sea para ver jugar, para jugar, para enseñar a jugar, para arbitrar o para organizar competiciones, cursos o exhibiciones. La consideración deportiva del Billar ha abierto múltiples posibilidades de cara a los apoyos institucionales. Los ayuntamientos están dispuestos por lo general a ceder instalaciones y aportar recursos económicos a los clubes si ponen en marcha cursos deportivos o escuelas municipales. Y las comunidades autónomas crean centros y programas de tecnificación si se les exponen proyectos, máxime si vienen respaldados con resultados deportivos.

Es recomendable comenzar a jugar Bola 8 en caso de Billar Americano y, en caso de Billar de Carambola, a Libre. Son modalidades con un objetivo más sencillo que otras (tienes mayor probabilidad de éxito para lograr punto cada vez que entras a jugar), aunque su dominio total tiene una dificultad similar y por ello los fallos destacan más, mientras en Bola 9 y Tres Bandas, por ejemplo, permiten disimular fallos e incluso aciertos mal ejecutados.

Mi intención con este libro es enseñar un billar básico ó general, pero con progresivos niveles de profundidad que faciliten el desarrollo práctico tras una clara explicación teórica. Han sido muchos mis maestros y muchos más los jugadores de los que he aprendido billar, pero hasta que no he sido docente no he reflexionado lo suficiente como para aclarar multitud de conceptos y poder así exponerlos a alumnos noveles, ya fueran hombres o mujeres, ya tuvieran 10 u 80 años.

Comenzaremos nuestra clase particular por saber agarrar el taco, pues condiciona el mecanismo de ataque y, con ello, las posibilidades de éxito. Enseguida quedará ligado a la parte más densa e importante, que son los factores del juego. En cada disparo nosotros podemos variar cada uno de los 6 factores discriminados, y podemos conseguir un punto con diferentes combinaciones entre ellos sin ser conscientes. Mi intención es ayudar a reflexionar sobre ellos para saber qué hemos hecho bien o mal en cada tiro. Discriminaremos la altura y el efecto de la bola 1, la toma de la bola 2, así como la velocidad, la dirección y la penetración del taco.

La técnica dejará paso a la táctica, para dejarnos claros los objetivos de este deporte: lograr el punto, colocar (en caso de acierto) y defender (en caso de fallo). Si bien lo más bonito es no

dejar de fallar, sabemos que es algo más que factible conforme aumenta la dificultad, y por ello hemos de aprender a elegir la opción con menor riesgo de cara a un posible error. Para ganar puede ser tan importante un acierto como un buen fallo defensivo, pues el rival lo tendrá que solventar o, de lo contrario, puede dejarnos el punto en bandeja.

Será entonces cuando podamos desarrollar algunos de los ejercicios de iniciación más comunes tanto de Billar Americano (Bola 8 y Bola 9), como de Billar de Carambola (Libre y Bandas). Mi experiencia en esta última modalidad me llevará a proponer ejercicios de perfeccionamiento, incluyendo los sistemas matemáticos más comunes y sencillos de utilizar.

La preparación física vendrá secundada de la psicológica, y es que como exigente deporte que es requiere ciertas recomendaciones si queremos jugar cada día mejor, especialmente si lo queremos hacer en competición. Por ello se finaliza con una serie de consejos de cara a la competición oficial y su preparación, para lo cual son vitales los planes de entrenamiento.

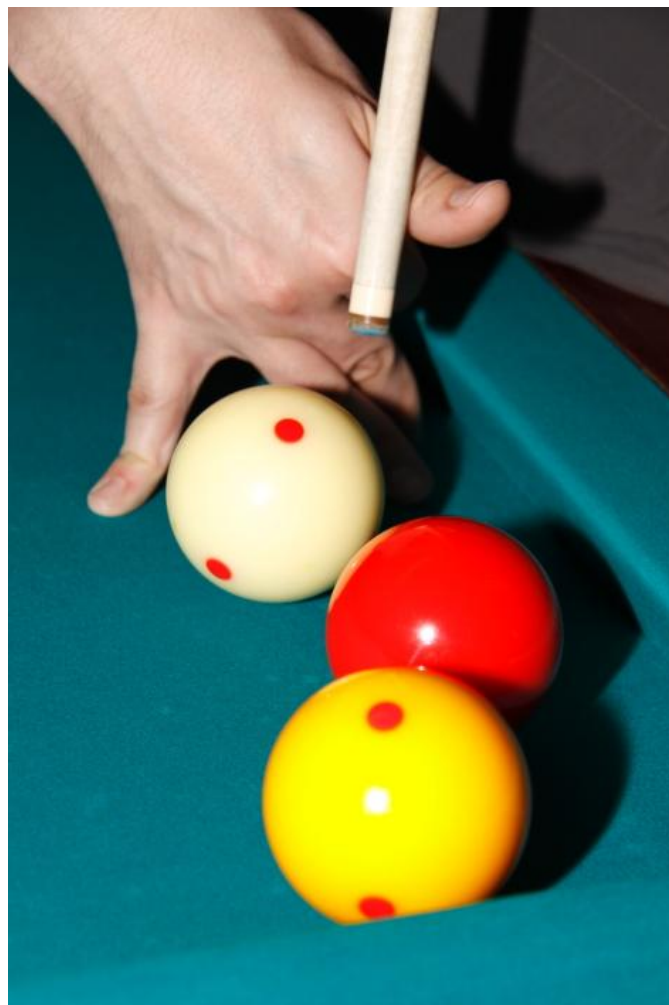


Figura 3: Los puntos en la bola mejoran aprendizaje y arbitraje, además de dar espectacularidad en movimiento.

III. EL MECANISMO DE GOLPEO: EL TACO Y LA POSICIÓN DEL CUERPO.

El mecanismo es un concepto referido a la colocación del cuerpo y el movimiento necesario para la ejecución del golpeo. Si bien existe una posición motriz o prototipo, cada modalidad e incluso cada familia de golpes (dentro de cada modalidad) requieren unas matizaciones. Pero además tenemos que tener en cuenta que cada persona tiene un cuerpo diferente y una complexión diferente, siendo altura y envergadura dos componentes muy ligados que nos traerán de cabeza y exigirán costosas adaptaciones en casos extremos.



Figura 4: El brazo ha de formar, aproximadamente, un ángulo recto con el antebrazo y quedar paralelo al taco.

A la hora de recomendar la posición hemos de discriminar diferentes partes del cuerpo. Mi experiencia docente me ha revelado que es realmente difícil conseguir que los alumnos adquieran una buena posición para el tiro. Por ello he optado por secuenciar detenidamente los movimientos a ejercitar de cara a la mejor colocación y ejecución posibles.

Seré yo mismo quien ejemplifique la mejor forma de coger el taco. En primer lugar me colocaré de frente a una de las bandas de la mesa. Agarraré con una mano el taco (derecha para diestros e izquierda para zurdos). La mano deberá estar bien cerrada y deberé dejar un espacio de uno o dos puños por lo general, en función de la longitud del taco (140 a 150 cm.) y de mi envergadura. Estiraré el brazo como si estuviera empuñando una espada y posaré con cuidado el taco sobre el marco de la mesa.

Entonces giraré ligeramente mi cuerpo hacia el taco de manera que mi pie trasero quede paralelo al marco de la mesa y perpendicular, por lo tanto, al taco que sostengo. El pie más adelantado formará un ángulo de aproximadamente 60 grados. A partir de aquí me iré acercando a la mesa poco a poco y doblaré el tronco mientras flexiono ligeramente las piernas. Al mismo tiempo cogeré el taco con la otra mano y seguidamente la apoyaré sobre la mesa.

Mientras mi brazo delantero queda estirado siguiendo una línea paralela con mi pierna delantera, mi brazo trasero ha de seguir una línea paralela al taco y ha de quedar flexionado formando un ángulo recto de 90 grados aproximadamente. Además, he de comprobar que mi cabeza queda exactamente sobre el taco, de forma que nos divida imaginariamente la cara en

dos partes iguales. Para ello podemos bajar la barbilla hasta el taco e inmediatamente subirla hasta no más de un palmo de distancia. No obstante, mi cabeza se acomodará con una leve inclinación, dado que no repercute en la puntería que dirige, por lo general, mi ojo más retrasado (derecho en diestros e izquierdo en zurdos).

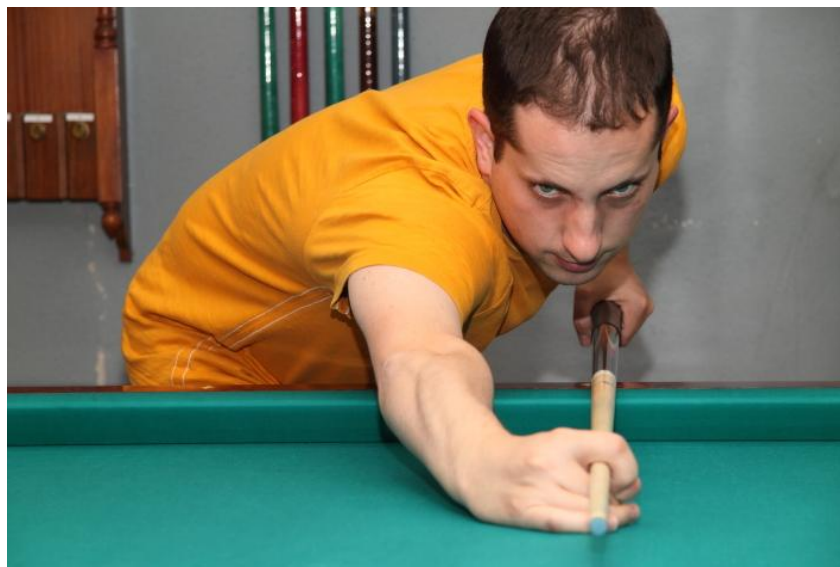


Figura 5: El taco debe quedar, aproximadamente, bajo el eje imaginario que divide nuestro rostro.

El peso del cuerpo ha de recaer fundamentalmente en las piernas, y concretamente algo más en la pierna más retrasada. Pero lo realmente importante es sacar el trasero y no flexionar en exceso las piernas. Hemos de buscar la posición más cómoda y también la que mejor nos permita ejecutar, lo que conseguiremos con el mejor equilibrio del cuerpo. Atención por lo tanto en la aproximación a la mesa para no quedar demasiado echados hacia adelante sobre taco y mesa de billar.

En realidad, es desde una posición compensada desde donde podemos hacer un balanceo del taco como si de un péndulo se tratara. Solo tenemos que mover el antebrazo y, para evitar balanceos no deseados, tendremos que apretar bien el puño mientras lo llevamos hacia delante, hacia el pecho, y por el contrario deberemos soltar los dedos meñique, anular y corazón cuando el taco vuelva hacia atrás. Así lograremos rectitud en el ataque y no hay nada mejor para conseguirlo que ejercitar el limaje introduciendo el taco en un botellín de agua vacío.

Si bien ya hemos hablado de la mano trasera nos queda por explicar los diferentes modos de sujetar el taco con la mano delantera. Los jugadores de Billar Americano prefieren habitualmente jugar con mano abierta y los jugadores de Billar de Carambola con mano cerrada. Ello se debe a que los primeros se agachan al máximo para lograr la mejor puntería posible y ese dedo les estorba la visión. Es primordial la toma de bola 2 y la rectitud viene conseguida gracias a la finalización del golpeo en el tapete, lo cual reduce efectos que pueden producir efectos que descontrolen la trayectoria deseada. En cambio, los jugadores de Carambola utilizan la mano cerrada porque han de sujetar mejor el taco en una mayor variedad de golpes y se evitan así errores en el recorrido de la bola 1, que es la que otorga la consecución de los puntos.

Gracias por visitar este Libro Electrónico

Puedes leer la versión completa de este libro electrónico en diferentes formatos:

- HTML(Gratis / Disponible a todos los usuarios)
- PDF / TXT(Disponible a miembros V.I.P. Los miembros con una membresía básica pueden acceder hasta 5 libros electrónicos en formato PDF/TXT durante el mes.)
- Epub y Mobipocket (Exclusivos para miembros V.I.P.)

Para descargar este libro completo, tan solo seleccione el formato deseado, abajo:

