

Padel nivå MATCHi

1. **Aldrig hållit ett racket.**
2. **Nybjörjare.** Håller på att lära dig grunderna i padel.
3. **Nybjörjare avancerad.** Känner till grunderna i spelet men är obekväm med markslag och har problem med väggstuds.
4. **Fritidsspelare.** Spelat ett tag och känner grunderna väl och kan öka tempo i spelet, men spelar inte konsekvent.
5. **Genomsnitt.** Har spelat ett par år och, även om du inte är någon supertalang, får du bollen över nätet för det mesta och med rimlig kraft. Serva/släpp och liknande kan fortfarande vara inkonsekvent.
6. **Genomsnittligt avancerad.** Som nivå 5 men med bättre smash och specialskott. Också med konsekvent och mer kontroll.
7. **Erfaren.** Kan försvara och vända spelet mot motståndaren. Kan upprätthålla trycket på motståndaren med tunga volleys och bygga upp och slå vinnare. Förutom matcher har du antagligen börjar med specifika padelövningar.
8. **Skicklig.** Du behärskar alla de tekniska och taktiska delarna av spelet. Kan läsa spelet och använda olika taktiska element beroende på motstånd. Du är förmodligen bland de bästa spelarna i din klubb och utövar padel regelbundet, troligtvis med tränare.
9. **Expert.** Tillhör det absolut bästa och behärskar spelet på högst nivå och kan spela nationella tävlingar med bra resultat.
10. **Världsklass.** Som Fernando Belasteguín, Paquito Navarro eller någon liknande i sin storhetstid men bättre.

Se din padel nivå i tabellen

| Nivå | Slag | Serve | Väggar | Volleys | Overheads | Position/Taktik | Tävlar |
|------|---|---|--|---|---|--|----------------------|
| 1 | Svårigheter att hålla igång bollen. | Svårt | Svårt | Svårt | Svårt | Svårt | Ingen tävling |
| 2 | Undviker gärna backhand-slag, har svårt med placering men kan hålla igång bollen. | Fokus på att sätta serven och minska dubbelfel. | Har testat att släppa bollen i väggen innan de slår men det blir sällan bra. | Vågat testa att ta sig fram på nätet men med svagt resultat. | Vågat testa att ta sig fram på nätet men med svagt resultat. | Svårt att positionera sig på banan. | Ingen tävling |
| 3 | Tryggare med grundslag som forehand, backhand, och lobb. | Få dubbelfel och vågar testa att komma fram på nät. | Använder sällan bakre väggen. | Säker på att träffa bollen men fokus ligger på att få in bollen. | Du har en enda variant av slag ovanför huvudet och fokus ligger på att sätta bollen på banan. | Börjat förstå logiken men har ändå svårt att placera sig. Hamnar ofta där man inte bör vara. | Lokalt/ingen tävling |
| 4 | Som nivå 3 fast säkrare överlag. | Tar sig alltid fram på nät efter servern och lyckas ofta sätta första volleyen. | Börjar använda väggen oftare och är mer stabil. | Betydligt stabilare och mer tyngd i volleyslagen. | Du är trygg med slag ovanför huvudet och har börjat utveckla flera sorters overheadslag. | En av er är framme på nät men ni behöver röra er bättre som lag. | Lokalt/ingen tävling |
| 5 | Som nivå 4 men har bättre kontroll under press. | Som nivå 4 och behärskar nu olika spinn, hastigheter och placeringar. | Som nivå 4 men kan nu snurra efter dubbelvägg och i övrigt bekvämare med väggen. | Behärskar olika typer av hastigheter och kan placera bollen utan att missa. | Du kan nu placera bollen, missar mindre och kan även variera farten. | Du rör dig bättre med din partner och läser varandra bra. | Lokalt/ingen tävling |

| | | | | | | | |
|----|--|--|---|---|--|--|----------------------|
| 6 | Som nivå 5 men har nu kunskapen att variera hastigheter, placeringar och spin. | Serven är ett offensivt slag som utmanar motståndaren. | Förstår taktiken med bakre vägg och använder den allt mer. | Som nivå 5 men du kan nu använda spinn och olika slags volley flera gånger i rad. | Som nivå 5 men du kan använda dig av olika sorters spinn i slagen. | Som nivå 5 men du kan tillsammans med din partner sätta upp en riktigt bra taktik. | Lokalt/ingen tävling |
| 7 | Som nivå 6 men ny betydligt tryggare med alla grundslag och har en bra grundläggande teknik. | Serven är ett offensivt slag som utmanar motståndaren. | Som nivå 6 men använder väggen numera som ett vapen och spelpartner. | Som nivå 6 men kan slå många svåra volleys i rad. | Du är både stabil och bekväm med att kunna välja olika sorters overheadslag. | Du och din partner har flera olika taktiker att variera mellan. | Lokalt/ingen tävling |
| 8 | Behärskar alla grundslag. | Serven är ett offensivt slag som utmanar motståndaren. | Vill använda väggen så mycket som möjligt för att maximera sitt spel. | Du kan på riktigt plocka poäng mot bra försvarsspelare. | Du kan på riktigt plocka poäng mot bra försvarsspelare. | Flera av era taktiker kan vinna era matcher. | SPT Klass B-C |
| 9 | Behärskar alla grundslag. | Serven är ett offensivt slag som utmanar motståndaren. | Gillar väggen. | Du slår en stoppbollev ut ur buren när du vill. | Du har en stabil bandeja och kan kicka smashen ur buren. | Du har koll på er taktik och kan läsa motståndarens taktiker. | SPT Klass A-B |
| 10 | Behärskar alla grundslag. | Serven är ett offensivt slag som utmanar motståndaren. | Älskar väggen. | Du hade kunnat vara Youtube-stjärna. | Du hade kunnat vara Youtube-stjärna. | Du kan bli coach. | SPT Klass A / WPT |