

# Vad är Padel?

Padel (eller padeltennis) är en racketsport som kan ses som en blandning mellan tennis och squash. Det spelas på en plan med två planhalvor avskilda av ett nät, precis som tennis. Däremot så kan man även använda sig av väggarna i spelet - vilket mer liknar squash.

## Historien bakom padel

Det finns liknande spel som har spelats från 1920-talet men padel som vi känner till det idag uppkom i Acapulco, Mexico, år 1969. Skapare av sporten heter Enrique Corcuera. Det var i Centralamerika det började och det är just där samt Sydamerika som sporten är som störst. I mitten på 70-talet kom padel till Europa, till Spanien. Padel är på kraftig frammarsch inom övriga Europa men det är fortfarande i Spanien som det spelas mest.

1991 bildades en internationell padelorganisation, International Padel Federation med syfte att sprida padel och sedan 1992 arrangeras världsmästerskap.

### Paddeltennis blir svenskt ord

2016 kom paddeltennis med i Svenska språkrådets nyordslista. Paddeltennis beskrivs på följande vis:

"idrott som kan beskrivas som en blandning mellan tennis och squash och som spelas i dubbellag"

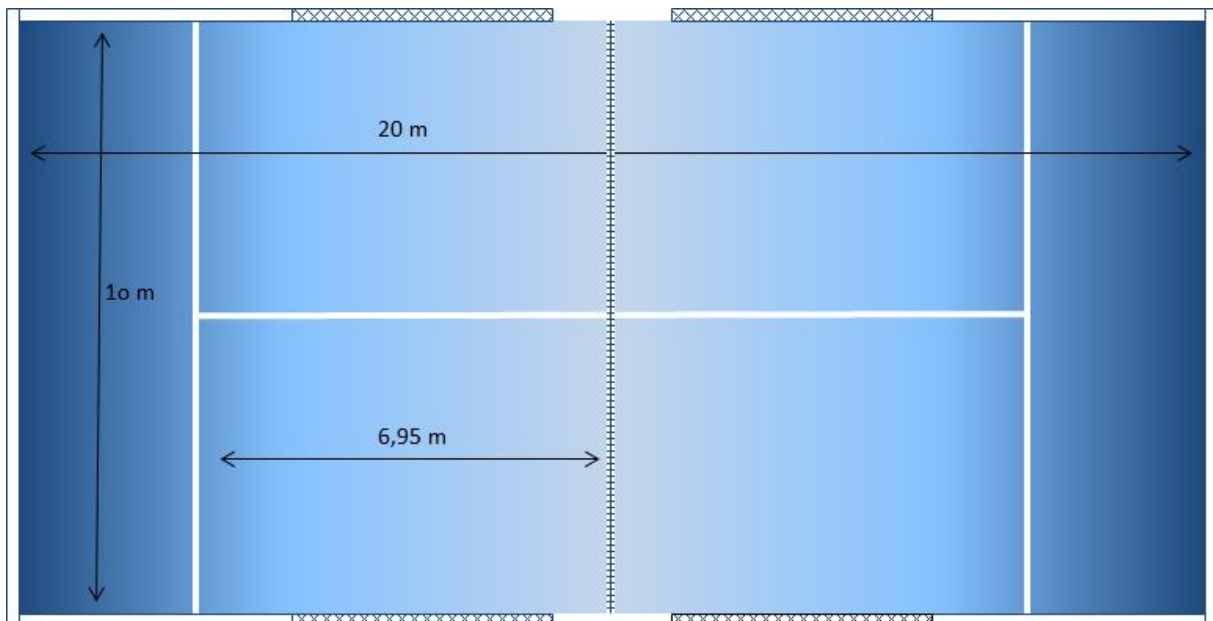
Paddeltennis ska inte förväxlas med Paddle tennis, som är en annan variant av racketsport.

## Spelplan

En vanlig padelplan har måtten 10x20 meter och omges av väggar, på denna plan spelar man alltid dubbel. Baktill, och en bit på sidorna är det glasväggar. På resterande del av sidorna är det galler. Även väggarna får användas i spelet.

Planhalvorna avskiljs av ett nät, precis som i tennis. Serverutan är 5 meter bred och knappt 7 meter lång.

Padel kan även spelas i singel, men då spelar man på en mindre plan. Planen för singel är smalare och har måtten 6x20 meter.

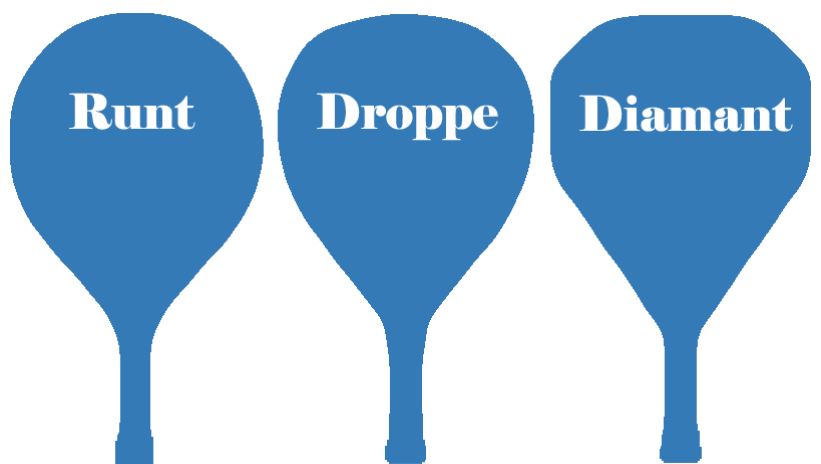


## Padelrack

Ett padelrack består inte av strängar som i exempelvis tennis och squash. Ett padelrack är gjord av kompositmaterial där slagytan har hål i sig. Att det inte är strängar gör att bollträffen inte får samma kraft och det blir en dovre träff.

Ett padelrack har normalt sett en tjocklek på knappa 4 cm. Avancerade spelare har ofta något tjockare/tyngre rack för att få mer kraft. Till nybörjare rekommenderas ett tunnare och lättare rack för att få mer kontroll.

Det finns i huvudsak tre olika former på padelrack: runda, diamantformade och droppeformade. Bäst kontroll har de flesta med ett runt rack, därför rekommenderas det till nybörjare. Avancerade spelare ser man ofta med ett diamantformat rack. På ett diamantformat rack är bästa träffstället högre upp och spelaren får då mer kraft i sina slag. Racken som är formade som en droppe är ett mellanting och brukar rekommenderas till medium/avancerade spelare.



# Boll

Bollen i padel är princip samma som en tennisboll, men något mjukare. Det finns regler för hur hårt trycket ska vara men spelar man på amatörnivå går det lika bra att spela med en vanlig tennisboll.

# Skor

För att inte halka behöver man använda en sko som har lite mönster i sulan. Det finns specifika skor för padel att köpa men de är i princip samma som skor för tennis. De viktiga egenskaperna i dessa skor är att de har lite mönster samt att de ger bra stöd för fotleden.

# Padelmatch

Ta en titt på hur spelet ser ut i padel. I filmen visas spektakulära bollar från olika padelmatcher.

<https://youtu.be/UCmUO31QhYc>

Källa: [padelregler.se](http://padelregler.se)