

NÚMERO 28 | AGOSTO 2023

GESDEP

REVISTA

Tenis Playa

La eclosión de un deporte diferente

El deporte en la
edad avanzada

Seguridad legal

Tu tranquilidad y la de tu club

Trucos Gesdep

Algunos consejos que queremos que sepas



Evolución del Tenis Playa: Desde sus Inicios hasta la Actualidad

El tenis playa, también conocido como beach tennis, es un deporte que combina la técnica de los deportes de raqueta y la ventaja de ser practicado mayoritariamente en un ambiente playero, si bien también se puede jugarse en instalaciones indoor. A lo largo de las décadas ha experimentado una evolución fascinante, desde sus humildes comienzos hasta convertirse en un deporte globalmente reconocido y en constante crecimiento. Este artículo explora la historia y la evolución del tenis playa, destacando los hitos más importantes en su desarrollo y su situación en la actualidad.

Orígenes y Fundamentos

El tenis playa tiene sus raíces en varios deportes y juegos de raqueta que se practicaban en las playas alrededor del mundo. Sin embargo, la versión moderna se atribuye en gran medida a las costas de Italia a fines de la década de 1970. En esa época, los entusiastas del tenis comenzaron a experimentar con la idea de jugarlo en la playa, utilizando pelotas y raquetas adaptadas para las condiciones de la arena.

Décadas de 1980 y 1990: Consolidación y Popularidad Regional

Durante las décadas de 1980 y 1990, el tenis playa ganó gradualmente popularidad en Europa, especialmente en Italia y España. Los jugadores empezaron a desarrollar reglas más definidas y se organizaron torneos locales y regionales. Sin embargo, en esta etapa temprana, el deporte todavía carecía de una estructura internacional unificada.

Años 2000: Internacionalización y Crecimiento

Los años 2000 marcaron un punto de inflexión. Se establecieron organizaciones internacionales dedicadas a la promoción y regulación del deporte. La creación en 2008 de la división de tenis playa en la International Tennis Federation (ITF) fue un paso crucial hacia su internacionalización. Se establecieron reglas unificadas, se definieron medidas de la cancha y se establecieron estándares para las pelotas y las raquetas.

Auge de la Popularidad y Expansión Global

A medida que se establecían reglas y regulaciones estandarizadas, el tenis playa comenzó a expandirse a nivel mundial. Se organizan torneos internacionales en diferentes continentes, atrayendo a jugadores y aficionados de todas partes. La mezcla de juego competitivo, entretenimiento y ambiente playero atraen a una base de seguidores cada vez mayor.

Innovaciones y Cambios en el Juego

Con el paso del tiempo, el tenis playa ha ido experimentando innovaciones, tanto en términos de reglas como de estilo de juego. Las reglas se ajustaron para hacer el juego más dinámico, rápido y emocionante. La técnica y la estrategia también evolucionaron, ya que los jugadores han ido desarrollando habilidades específicas para entender el juego rival y generar una estrategia que contrarreste las virtudes de los contrarios.



Estado Actual del Tenis Playa

En la actualidad, el tenis playa es un deporte consolidado con una base de jugadores, torneos y seguidores en todo el mundo. La ITF supervisa el deporte, mientras que numerosas asociaciones nacionales también contribuyen a su promoción. Los torneos internacionales atraen a jugadores de élite, y el deporte también se ha vuelto accesible para jugadores aficionados en muchas playas.

Nada de esto sería posible sin las personas y entidades pioneras que apostaron decididamente por este deporte cuando nadie lo conocía, y que consiguieron crear una gran base de aficionados de todas las edades, no solo practicantes amateur del deporte, sino auténticos profesionales y campeones.

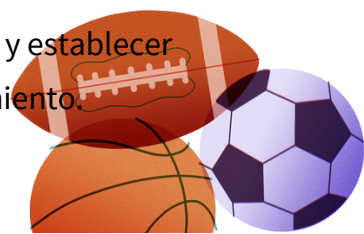
En este sentido España es un país puntero en el Tenis Playa, gracias, por ejemplo, a entidades como APproba Tenis Playa, que desde hace más de quince años organiza y promueve este deporte en la ciudad de Las Palmas de G.C., teniendo como base operativa la Playa de Las Canteras. De su escuela han salido muchísimos jugadores que hoy disfrutan de este deporte, así como profesionales y campeones del más alto nivel. En femenino, solo por citar algunos nombres, Grimanesa Santana, Omayra Farías y Daniela Rodríguez suman un palmarés espectacular, ganando torneos nacionales e internacionales cada año, campeonatos de España y Europa, presencias en la selección nacional, etc... Y en competición masculina, nada más y nada menos que el número 1 mundial Antomi Ramos empezó a dar sus primeros raquetazos en la misma arena.

La práctica del deporte en edades avanzadas

La práctica regular de deportes es beneficiosa en todas las etapas de la vida, pero en las edades avanzadas adquiere una importancia aún mayor. Mantenerse activo físicamente en la tercera edad ofrece una serie de ventajas para la salud física, mental y emocional. En este artículo, exploraremos los beneficios de hacer deporte en edades avanzadas y recomendaremos los tipos de deportes más adecuados para esta etapa de la vida.

Beneficios de Hacer Deporte en Edades Avanzadas

- **Mejora de la salud cardiovascular:** la actividad física regular ayuda a mantener la salud del corazón y a mejorar la circulación sanguínea, reduciendo el riesgo de enfermedades cardiovasculares.
- **Mantenimiento de la masa muscular y la fuerza:** la práctica de deportes ayuda a prevenir la pérdida de masa muscular y la disminución de la fuerza, lo que a su vez favorece la independencia funcional en las actividades diarias.
- **Control del peso:** la actividad física ayuda a mantener un peso saludable y a controlar el metabolismo, lo que es esencial para prevenir problemas de salud relacionados con el peso.
- **Flexibilidad y movilidad:** muchos deportes promueven la flexibilidad y la movilidad de las articulaciones, lo que ayuda a mantener una buena postura y prevenir problemas musculoesqueléticos.
- **Salud mental y emocional:** hacer deporte libera endorfinas, lo que contribuye a mejorar el estado de ánimo y reducir el estrés, la ansiedad y la depresión. También estimula la función cognitiva y previene el deterioro cognitivo.
- **Socialización:** Practicar deporte en grupo ofrece oportunidades para socializar y establecer conexiones significativas, lo que puede ayudar a combatir la soledad y el aislamiento.



Deportes adecuados para edades avanzadas:

- **Natación:** es un deporte de bajo impacto que mejora la fuerza muscular, la flexibilidad y la salud cardiovascular, al mismo tiempo que alivia el estrés en las articulaciones.
- **Caminata:** una de las opciones más sencillas y efectivas. Ayuda a mantener la salud cardiovascular, a fortalecer los músculos y a mantener un peso saludable.
- **Tai Chi y Yoga:** estas disciplinas mejoran la flexibilidad, el equilibrio y la relajación. También tienen un enfoque en la mente y el cuerpo, lo que contribuye a la salud mental.
- **Ciclismo:** una actividad de bajo impacto que puede adaptarse al nivel de condición física de cada persona. Mejora la salud cardiovascular y fortalece las piernas.
- **Golf:** ofrece una actividad física suave mientras se disfruta del aire libre. Ayuda a mejorar la coordinación y el equilibrio.
- **Pilates:** enfocado en fortalecer el núcleo y mejorar la postura. Es especialmente beneficioso para prevenir dolores de espalda.



Algunos trucos y consejos de Gesdep

Apartado de instalaciones de equipos rivales

Localización de instalaciones

Añadir

Buscar

Q

Nombre	Localidad	Teléfonos	
Estadio de Gran Canaria	Las Palmas de Gran Canaria	928123456	
Gran Canaria Arena	Las Palmas de Gran Canaria	928123456	
Pabellón Juan Beltrán Sierra			

Creemos que es muy práctico tener un apartado donde se encuentren fácilmente los campos y canchas de juego de los rivales del club. Está bien tener una base de datos de los clubes, pero cada uno de ellos suele tener más de una instalación. Por lo tanto es conveniente tener un enlace de la ubicación de donde juega cada equipo de cada club y poder manejarla en los dispositivos móviles de jugadores, entrenadores, padres y tutores

Características del apartado “Proveedores y clientes”

Control de facturas

Nuevo Volver Informes ?

Balones El Gol

	C/P	Número	Fecha	Ejercicio	Trimestre	Tipo	Base imponible	Tipo IVA/IGIC	Total IVA	Total factura	Observaciones
☒	C	708	14/07/2022	2022	3	Serv.Profesionales	125,00 €	21%	24,00 €	149,00 €	
☒	C	665	06/03/2021	2020	1	Serv.Profesionales	111,00 €	11%	11,00 €	111,00 €	Firma de patrocinio
☒	P	122	13/03/2020	2020	1	Otros Gastos	1.222,00 €	12%	34,00 €	1.543,00 €	Pago por esponsorización

Documentos Asociados

Añadir

Nombre del documento

Ver

Al no recibir habitualmente consultas, tenemos la sensación de que a este apartado no se le está dando la importancia que nosotros creemos. Hemos integrado en él todo esto:

- Base de datos de clientes y proveedores
- Facturación de servicios o materiales adquiridos a proveedores
- Facturación a clientes
- Traslado de los conceptos a ingresos y gastos
- Organizar el gasto o ingreso según los tipos y orígenes previamente definidos por el club
- Enlazar los documentos físicos al apartado

Mensajería a Jugadores

Enviar Volver ?

Asunto

Comentarios a la próxima convocatoria

Mensaje

Mediante este mensaje estamos avisando únicamente a los jugadores que viven en el barrio de Las Canteras para que sean trasladados al estadio en bus partiendo de la Plaza de Saulo Torón

Notificación

☒ notificación a App

Avisar por correo electrónico a:*

☐ Jugador ☐ Madre ☐ Padre

¿Se puede responder a este mensaje?

☐ Permitir respuesta

*Si no tiene el correo en la ficha de jugador, no se enviará

Jugadores disponibles

Juvenil

☐ Alberto - Abella Díaz, Alberto

☐ Antonio - Benítez de la Fe, Antonio

☐ Fabio - Bolívar Tabares, Fabio

☐ Jairo - Lopera Sáenz, Jairo

☐ Jorge - Gutiérrez López, Jorge

☐ Josema - Lorenzo Tejera, José Manuel

Jugadores seleccionados 0



Estamos convencidos de que la mensajería interna de Gesdep es más práctica y funcional que WhatsApp o similares. Se acabaron los grupos y más grupos. Aquí se trata de comunicar con quien el club quiera, ya sea de forma masiva, por equipos, miembros del club sueltos de diferentes equipos, de manera individual, etc... Esto quiere decir que no hay que tener un grupo (por ejemplo) de 100 destinatarios para hacer llegar una información de algo que interesa a 25.

Además de ello la mensajería cuenta con estas características y ventajas:

- Envío a la App y a informejugador.com
- Correo electrónico de aviso a la madre y/o padre y/o deportista
- Posibilidad de permitir respuesta o no
- Saber si el destinatario ha leído o no el mensaje



Reserva de Instalaciones

Asistente generación ?

Todos los equipos

Todas las instalaciones

Semana

Buscar

Horario: ☒ Tarde ☐ Mañana ☐ Todo

	Lunes 24/10									Martes 25/10							
	FUT		GYM		REU		BKT			FUT		GYM		REU		BKT	
	Zona A	Zona B	Zona A	Zona B	Zona A	Zona B	Zona A	Zona B		Zona A	Zona B	Zona A	Zona B	Zona A	Zona B	Zona A	Zona B
15:00~15:15									15:00~15:15								
15:15~15:30								CAD Partido amistoso	15:15~15:30	BEN Entrenamiento							
15:30~15:45									15:30~15:45				JUV				
15:45~16:00									15:45~16:00								
16:00~16:15	ALE Entrenamiento								16:00~16:15							INF	
16:15~16:30									16:15~16:30								
16:30~16:45									16:30~16:45								
16:45~17:00									16:45~17:00								
17:00~17:15								INF	17:00~17:15								
17:15~17:30									17:15~17:30								

Para nosotros se trata de un “super-apartado” Hablamos de un programa dentro del programa, por decirlo de alguna manera. Este desarrollo es de los más recientes y permite a los clubes crear sus instalaciones en Gesdep y tener un completo sistema de reservas totalmente personalizado. Cada usuario que tenga acceso a esta parte del programa hará la reserva, no pudiendo solaparse con otras que se hayan efectuado, ya que el sistema no lo va a permitir.

El club puede dar de alta todas las instalaciones que tenga: canchas, piscinas, biblioteca, sala de reuniones, gimnasio, etc. Una vez hecho, las reservas pueden hacerse de la manera más flexible; un día a la semana, al mes, unos días determinados, una reserva puntual, de manera recurrente durante un periodo de tiempo...

Y no solo se definen las instalaciones, sino también la actividad que se podrá llevar a cabo en ellas, de tal manera que en el planning saldrá el horario reservado y el motivo de la reserva

Mantenimiento de Instalaciones		
	Abreviatura	Nombre de la instalación
	FUT	Campo de fútbol 11
	BKT	Cancha de basket
	GYM	Gimnasio
	REU	Sala de reuniones

Actividades Reserva Instalaciones	
	Descripción
	Entrenamiento
	Partido oficial
	Partido amistoso
	Reserva externa
	Reunión

PAGOS POR LA APP GESDEP CONNECT

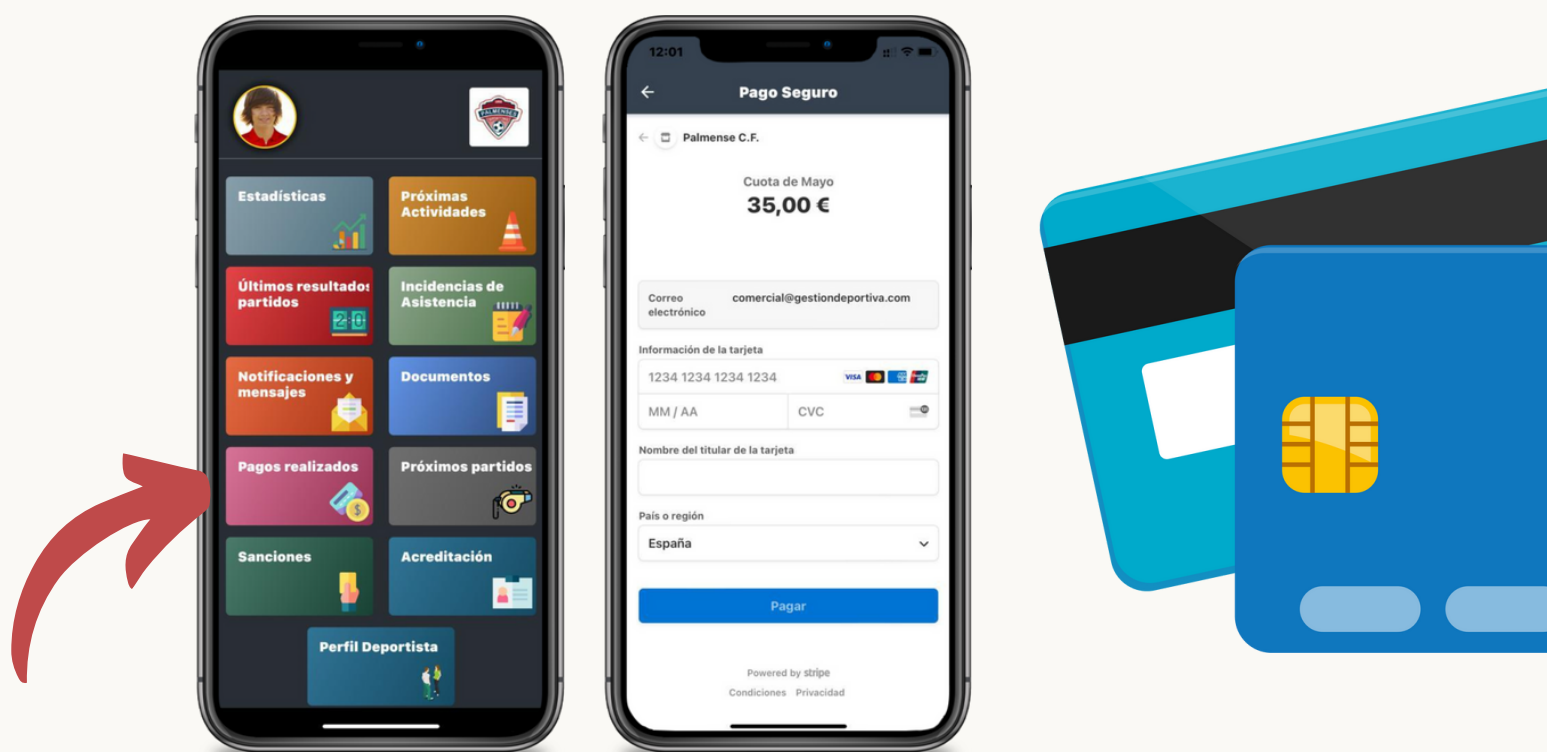
Recordamos este apartado, que creemos que es muy importante para el pago de cuotas en este inicio de temporada 23/24

PASO 1

Vincular la suscripción de Gesdep con el sistema de pagos Stripe. Para ello hay que ir a 'Gestión' - 'Configuración' - 'Configuración de pagos online'

PASO 2

Comunicar a madres y padres que ya tienen habilitado el botón 'Pagos realizados' en la App donde podrán efectuar los pagos de una manera sencillísima



- Una vez efectuado cada pago, estos se traspasan a 'Cuotas de jugadores' en Gesdep
- El club recibe un correo electrónico con el aviso de los pago
- Los pagos quedan reflejados en la App y en informejugador.com

En este video tienes toda la información del sistema, paso por paso:



EMPIEZA LA TEMPORADA CON ABSOLUTA TRANQUILIDAD LEGAL PARA TU CLUB

Ya para terminar te recordamos el acuerdo de Gesdep con DeporLegal, asesoría legal especializada en el deporte



En [ESTE ENLACE](#) tienes el video de presentación del acuerdo, y también encontrarás otros cuantos videos con temáticas interesantes para los clubes de base, que representan el 92% de los federados en España.

Las áreas que puede abarcar DeporLegal para tu club son estas, fíjate qué interesante... ¿a qué alguna vez os ha ocurrido alguno de los siguientes casos?:

- Licencia de jugadores y contratos
- Fuga de jugadores
- Derechos de retención
- Disciplina deportiva
- Recurso a sanciones
- Ascensos y descensos
- Régimen interno
- Estatutos
- Reclamaciones
- Laboral y voluntariado dentro de los clubes
- Adaptaciones a la normativa vigente
- Elecciones y juntas directivas
- Gestión de subvenciones y ayudas
- Y un largo etcétera....

