
Squash po amatorsku

Autor: Martynka - 2010/02/19 19:00

Hej! Trafi³am na to forum przypadkiem w trakcie poszukiwania wszelkich mo¿liwych informacji o squashu. Wiem, ¿e to temat strasznie rozleg³y i jest ju¿ i tak multum informacji w sieci, ale mimo to chcê Was poprosiæ o pomoc. Gram amatorsko od kilku miesiêcy i nigdy nie zdecydowa³am siê na lekcje z instruktorem. Powód prozaiczny - liczê sobie niesamowicie, ale ja pokocha³am ten sport! Niestety w ¿aden sposób nie potrafiê skopiowaæ ruchów zawodowych graczy. Dlatego proszê o wszelki wskazówki dotycz±ce trzymania rakiety, uderzeñ, odbiæ, jakichkolwiek elementów taktyki, techniki i trików, których mogê nauczyæ siê sama:) Aha, no ii oczywi¶cie kwestia sprzêtu: dobór rakiety etc. Dziêki!

=====

O:Squash po amatorsku

Autor: pepe - 2010/02/24 09:45

Witam

Szczerze powiem, ¿e nigdy nie gra³em w squasha, ale gra³em w tenisa i podejrzewam, ¿e trzymanie rakiety wygl±da tak samo. Spójrz tez na - <http://www.squash.com.pl>.

Pozdrawiam

=====

O:Squash po amatorsku

Autor: Martynka - 2010/03/18 23:20

Dziêki za linka. A z tym chwytem to chyba nie do koñca - w squashu maj± jakby miêkkie nadgarstki przy uderzeniu, a w tenisie trzeba mieæ usztywnione. A backhand jest ju¿ zupe³nie inny. Jak siê wg³êbiê to dam znaæ:)

=====

O:Squash po amatorsku

Autor: pepe - 2010/03/19 10:45

Bardzo mo¿liwe. Mam kumpla, który gra w squasha, to go zapytam i jak siê co¶ dowiem dam ci znaæ.

=====

O:Squash po amatorsku

Autor: Martynka - 2010/03/21 12:55

Ok, wielkie dziêki ju¿ teraz :) To jak ju¿ i tak bêdziesz z nim rozmawia³, to podpytaj go proszê jak jest z punktacj± podczas meczu. Spotka³am siê z dwoma ró¿nymi i nie wiem, która jest prawdziwa, a mo¿e obie? Pierwsza: gra siê do 11 punktów, punkt zdobywa siê przy ka¿dym serwie, niezale¿nie od tego, kto serwowa³ i zmiana stron na korcie odbywa siê po ka¿dym twoim wygranym serwie. A druga: gra siê do 9, punkt przyznaje siê tylko wtedy, kiedy zdobywasz go po w³asnym serwie. Czekam na info:)

=====

O:Squash po amatorsku

Autor: Micha³86 - 2012/10/19 14:28

dobrze, ¿e grasz w squasha bo warto to w Polsce dyscyplina zdecydowanie niedoceniana. Dodatkowo jeszcze siê ruszasz co jest bardzo wa¿ne aby unikn±æ chorób zarówno fizycznych jak i psychicznych i dziêki temu nie bêdziesz musia³a siê leczyæ z depresji.

=====

O:Squash po amatorsku

Autor: nikus010 - 2013/01/02 19:52

Wie ktoś gdzie można zagrać w squasha w krakowie lub s±czu?

=====

O:Squash po amatorsku

Autor: dorotasegieda - 2013/10/30 13:08

Ja grywam w squasha przynajmniej raz na tydzieñ, genialna dyscyplina, której jedynym minusem jest koszt, bo godzina wynajêcia kortu w weekend to 60 PLN + 2 rakiety 20z³ czyli wychodzi 80.

=====

O:Squash po amatorsku

Autor: kochamsport - 2014/01/29 10:28

A gdzie dok³adnie sa takie ceny?

=====