

Historias de deporte y amistad que se han sumado a esta dinámica disciplina deportiva:

# Reinas del pádel

## Alejandra Donoso: Jugando en el Polo y más

**1. Tan fanáticas** es Alejandra Donoso, que los lunes, el día en que el Club de Polo y Equitación San Cristóbal está cerrado, ella va a jugar pádel a Lo Cañas. Una disciplina que practica con tres de sus amigas, Carola Jerez, Claudia Seguel y Amelía Gómez (con ellas arriba), quienes también tienen en común estar vinculadas al mundo del polo y son categoría C en pádel. Alejandra dice que lo que más le gusta es lo entretenido que es como deporte, lo fácil de jugar y de encontrar *partners*. Como trabajan en forma independiente, tienen libertad para organizarse y jugar varias veces a la semana. Además, Alejandra está inscrita en American Pádel, entidad que se encarga de organizar campeonatos.



**DANIELA MUZARO TROTTER**  
 Corría el segundo semestre del año 2000 y en nuestro país se empezaba a popularizar un nuevo deporte proveniente de Argentina: el pádel, una variante del tenis que se juega en una cancha más pequeña y cerrada, rodeada de paredes de vidrio. El objetivo de este es que, mediante un solo golpe, la pelota pase al campo contrario por encima de la red y una vez tocado el suelo del otro equipo, esta puede rebotar en cualquier lado de la cancha. De inmediato esta importación del otro lado de la cordillera comenzó a ganar adeptos en nuestro país, sobre todo por su dinamismo y la posibilidad de jugar en espacios pequeños, de manera recreativa y también competitiva, en todas las edades y niveles. Postpandemia, el pádel ha registrado un crecimiento notable y se ha convertido en uno de los deportes de moda, al punto que en la actualidad hay un registro de más de 1.700 canchas en nuestro país. Más allá de sus beneficios físicos —ya que ayuda a mantenerse en forma, fortaleciendo los músculos, al mismo tiempo que aumentaría los niveles de coordinación y concentración, entre otros—, su creciente popularidad también se debería a que es muy fácil aprender las reglas y al jugarse en pareja aumenta la interacción social y el trabajo en equipo. Aquí, algunas mujeres que han hecho del pádel una de sus actividades deportivas favoritas, junto a sus amigas, parejas y familia.

## Josefa Sáez: En modo universitario



**4. Su encuentro** con el pádel fue en su primer año de Derecho en la Universidad de Los Andes, justo cuando le quedaba tiempo "entre ventanitas". Así, Josefa (a la derecha, la primera de la foto) con un grupo de amigas empezaron a practicar en las canchas de la universidad. Al principio era solo los jueves, pero poco a poco fueron tomando el ritmo y entusiasmandose con más días de prácticas. Después de dos años, ya no solo tiene un grupo de amigas con las que juega pádel, sino que también algunas han sumado a sus pololos, jugando al menos tres veces por semana. Además, para Josefa el pádel le ha servido mucho para botar el estrés del estudio y para tener la energía necesaria y que su día le rinda al máximo. En las fotos, arriba con Benjamin Martínez, Ignacio Errázuriz y Teresita Concha. En la siguiente, con sus amigas Ana Barros y Domingo Arrigorriaga.

## Las "padelistas" de Chicureo

**5. Son amigas** desde hace años y se consideran "fanáticas" del pádel. La mayoría se conoció siendo aprendices del colegio de sus hijos, tocando la coincidencia de que todas eran socias del Club de Golf Hacienda Chicureo. Juntas armaron la rama de Pádel del club y al ser varias siempre pueden tener partidos, como mínimo dos veces a la semana. Coinciden en que les gusta el pádel porque es un deporte dinámico y muy social, se ríen mucho y eso para ellas constituye una verdadera terapia. Si bien consideran que su nivel no es tan óptimo y son bastante dispares, cuentan que van mejorando cada día. Juegan torneos interclubes y también partidos mixtos con sus maridos. También, les encanta hacer su "tercer tiempo", donde después toman y comen algo rico y hay mucha conversación. Arriba, Lela Castaño, Loreto Santa Cruz, Constanza Trabucco y Carolina O'Ryan. A la derecha, Karin Heitman y Paula Parada.



## Valerie Hamilton y Trinidad Montané / Perseverancia y compañerismo en Buin



**2. La profesora** Valerie Hamilton con Trinidad Montané (ambas, a la izquierda) se conocieron en RH Pádel Academy. De esta disciplina, a Trinidad le atrajeron varias cosas, pero en especial que no se requiere haber sido deportista de toda la vida para jugar y ver avances. "Puedes partir de abajo y subir rápidamente si entrenas lo necesario y te mantienes lo suficientemente motivada y con ganas de más", dice. Además, destaca que aunque en un principio las unió las ganas de jugar, junto al compromiso y la perseverancia para poder mejorar y aprender, al poco tiempo se agregó la amistad, la buena onda y el compañerismo entre ellas (arriba, varias de ellas con uno de los profesores) y con otras jugadoras, como Arletta Chataca y María Jesús Masasa. De hecho, se apoyan tanto dentro como fuera de la cancha. En promedio, ya juegan cinco veces a la semana, incluidos partidos y entrenamientos. Han participado en varios "americanos" (campeonatos), interclubes y torneos.

## Varias generaciones en Lo Barnechea



**3. En el Club Conecta** de La Dehesa, un gran grupo de mujeres, entre los 25 y 60 años, se ha formado en torno al pádel, al punto que se ha generado una amistad que ha trascendido la cancha y después de los partidos o pequeños campeonatos que ellas mismas organizan se van a un *happy hour* como recompensa al esfuerzo y para seguir compartiendo. Algunas se encuentran en nivel C y otras ya han escalado al B. Cada vez que pueden organizar partidos en la semana, apenas tienen un momento libre, y como academia han representado al club en torneos interligas. En la primera foto, Paola Guidugli, Catalina Allendes, Josefina Silva y Soledad Dagrino; en la segunda, Bri Wollik, Carolina Martija, Sabrina Bergonz, Catalina Eynaudi y Patricia Moeckel; y en la tercera, Jose y Javiera Drapel.

## Luz María Guerrero: Desde el colegio de sus hijos

**6. La liga de pádel** del colegio Everest, donde juegan más de 60 mujeres todos los miércoles, fue el comienzo en este deporte por parte de Luz María Guerrero (a la derecha), quien siempre ha jugado tenis. A la liga también se incorporó Catalina Silberberg y hoy juegan muchas veces en dupla, tratando de entrenar juntas una vez por semana. Hoy se encuentran en categoría C y el año pasado jugaron en el Intercolar y salieron segundas en su categoría. También han sido invitadas a participar en algunos campeonatos del Club Conecta. Luz María cuenta que además de unir las amistades de sus hijos, el pádel ha afianzado más su lazo de amistad. "Nos reímos mucho jugando juntas, nos apoyamos, nos aplaudimos y nos motivamos. Antes del pádel nos considerábamos 'amigas conocidas' y ahora somos BFF", dice. En la segunda foto, Verónica Vergara, Jose Pérez, Luz María Guerrero y Catalina Silberberg; y en la tercera, Luz María y Carolina tras terminar un partido.



## Daniela Steffens: Con amigas, familia y maridos

**7. Desde la pandemia** que Daniela Steffens (a la izquierda, junto a su papá Cristián Steffens, y, a la derecha, con su amiga Dominique León) juega pádel, y en su familia es un deporte en que practican desde los abuelos a los nietos, al punto que en las vacaciones hacen un torneo. Además, ella pertenece a la rama de pádel del colegio de sus hijos y es una de las organizadoras de la escalera. Juega unas tres veces a la semana, con amigas y también maridos. Acerca de jugar con su papá, dice: "Es una forma muy rica de estar juntos". En la siguiente imagen, con Cristián Julio, Macarena Correa, y con su marido e hijo, Felipe y Agustín Espinola, respectivamente.



## Antonia Urrejola y Carolina Figueroa: Un intenso y entretenido primer año

**8. Se conocieron** jugando tenis en el Club de Golf Los Leones y desde hace un año "sucumbieron" al pádel. Antonia Urrejola (arriba, a la izquierda) es profesora de educación básica y resulta que han jugado en campeonatos interclubes y que también les gusta participar en partidos mixtos. Carolina Figueroa (en las fotos siguientes) es periodista y dice que hay días en que puede jugar hasta tres partidos si le alcanza el tiempo. Las dos agregan que igual es un deporte competitivo, pero que lo principal es que lo pasan muy bien en la cancha.

