

Andreas Efler

# Billar a Tres Bandas - deporte fascinante

Bases

Técnica

Aspectos mentales



Libros de la casa

# ÍNDICE

<b>Prólogo</b> .....	<b>3</b>
<b>Material de juego</b> .....	<b>4</b>
<b>Las reglas y las disciplinas del billar de carambola</b> .....	<b>8</b>
<b>La postura correcta</b> .....	<b>14</b>
El caballete de mano.....	15
La mano de ejecución.....	18
El limado.....	19
La preparación de la tacada.....	20
La tacada estándar.....	21
Lista de control de los errores más frecuentes.....	22
<b>Explicación de los símbolos de la gráfica</b> .....	<b>23</b>
<b>Los efectos en teoría y práctica</b> .....	<b>24</b>
Incidencia del punto de contacto con la bola 1.....	24
El ataque central.....	25
El retroceso.....	26
La corrida.....	27
El efecto lateral.....	29
El tome de bola 2 y sus consecuencias.....	37
<b>Los diferentes grupos de jugadas, 1<sup>er</sup> parte</b> .....	<b>44</b>
La salida.....	45
"Larga-corta-larga", 1 <sup>er</sup> tipo.....	47
"Larga-corta-larga", 2 <sup>o</sup> tipo.....	50
"Corta-larga-corta", 1 <sup>er</sup> tipo.....	55
"Corta-larga-corta", 2 <sup>o</sup> tipo.....	58
Dobles vueltas.....	61
Rensersé.....	65
"Corta-larga-larga".....	70
"Larga-larga-corta" con efecto a favor.....	73
"Larga-larga-corta" con efecto contrario.....	77
Bricole por una banda previa.....	80
Doblete.....	83
<b>Ampliar los márgenes de acierto</b> .....	<b>88</b>
<b>Efectos especiales</b> .....	<b>96</b>
Choque reforzado sobre B 2 (eclatement).....	96
Líneas curvas producidas por ataque alto.....	99
Ataque fuerte en la banda.....	101
Ataque fuerte en la banda con taco abajo.....	103
Trayectorias extrañas por inclinación del taco.....	105
Efecto de "tornillo" por ataque en el rincón.....	109
<b>Los tipos de golpe</b> .....	<b>110</b>
El golpe estándar.....	110
El golpe "seco".....	111
El golpe "alargado".....	112
El "enrollado".....	113
Golpes de máxima rotación.....	119
<b>Los diferentes grupos de jugadas, 2<sup>a</sup> parte</b> .....	<b>129</b>
"Larga-corta-larga" II, vueltas.....	130
Dobles vueltas II.....	144
Rensersé II.....	149
<b>Fotos con cámaras especiales</b> .....	<b>159</b>

“Corta-larga-larga” II.....	175
“Larga-larga-corta” con efecto a favor II.....	178
“Larga-larga-corta” con efecto contrario II.....	179
Bricole por una banda previa II.....	182
Doblete II.....	186
Otras soluciones por bricole.....	193
<b>El tome preciso de B 2.....</b>	<b>196</b>
<b>Juego de preparación.....</b>	<b>202</b>
La escogencia de la jugada.....	202
El emplazamiento de la bola 2.....	204
La distribución de la velocidad entre B 1 y B 2.....	207
Posiciones de práctica.....	209
<b>Táctica.....</b>	<b>220</b>
<b>Juego de preparación y evitar retruque en las vueltas.....</b>	<b>227</b>
<b>Programa de entrenamiento para dobles vueltas.....</b>	<b>246</b>
Programa básico.....	246
Las dobles vueltas con B2 cercana a la banda.....	252
<b>Sistemas.....</b>	<b>256</b>
Sistema conti.....	256
Sistema japonés.....	266
<b>Análisis de problemas.....</b>	<b>269</b>
<b>Soluciones maestras.....</b>	<b>291</b>
<b>La adaptación a otros billares y el aprovechamiento del tiempo de precalentamiento.....</b>	<b>312</b>
<b>Métodos de entrenamiento.....</b>	<b>315</b>
<b>El juego interior.....</b>	<b>318</b>
Rendimiento.....	319
Condición física.....	321
Las herramientas.....	323
Herramienta nº 1: La autoobservación.....	323
Herramienta nº 2: Establecer un estado ideal de estímulo.....	325
Herramienta nº 3: Visualizar.....	328
Herramienta nº 4: Las afirmaciones.....	331
Herramienta nº 5: La motivación.....	332
Herramienta nº 6: Plantearse metas.....	335
Herramienta nº 7: Capacidad de concentración.....	338
Las 6 leyes del atleta interno.....	348
<b>Glosario.....</b>	<b>352</b>
<b>Gráficas vacías.....</b>	<b>354</b>
<b>El autor.....</b>	<b>357</b>

# PRÓLOGO

El billar es uno de los deportes más practicados en el mundo. La magia del taco y las bolas tuvo su origen en Francia, en la época de Luis XI ( 1423- 1483 ). La primera mesa de billar conocida fue de su propiedad. Desde esta época se ha desarrollado el juego en todos los continentes de maneras diferentes. En Rusia se juega Pirámide, en Australia, Inglaterra y Canadá es más practicado el Snooker. En los EEUU se juega principalmente Pool, también Carambola. La mayor afición por el billar de carambola la encontramos en los países latinoamericanos. En Europa se practican todas las disciplinas con diferente intensidad. Este libro trata sobre la "reina de las disciplinas" de Carambola: el Billar a Tres Bandas.

Desde hace ya casi veinte años practico este deporte apasionadamente y aún me quedan misterios por descubrir. El aspecto más interesante y a la vez el mayor reto de nuestro deporte es la búsqueda permanente de la perfecta armonía entre el cuerpo y la mente, la integración entre el pensar y el sentir. Para conseguirlo, debemos reconciliarnos con nuestros "demonios internos", los que percibimos como modelos de pensamiento negativos. Una vez lograda esta armonía, se convierte el billar en una forma de meditación, en la cual se nos evidencian las infinitas posibilidades existentes en el cuerpo humano.

Este libro pretende brindarle al principiante un comienzo sólido en la más difícil de las disciplinas del billar, igualmente ofrecerle al jugador avanzado la oportunidad de llenar vacíos de conocimiento o de corregir errores. Ya que especialmente en el billar la fuerza mental juega un papel preponderante, he tratado este tema con amplitud y profundidad, lo cual interesará sobre todo a aquellos jugadores que consideran el billar más que un hobby.

Al principiante quisiera recomendarle que dé sus primeros pasos lentamente y que practique con especial cuidado y detalle los ejercicios de los primeros capítulos del libro. Su atención debe ir dirigida a una postura perfecta y a una técnica limpia en el ataque, antes que al puntaje logrado. "Todo comienzo es difícil" es poco decir tratándose del billar a tres bandas. Digo ésto para evitar que los principiantes se frustren y abandonen el deporte antes de haber experimentado el billar en sus aspectos fascinantes.

En este punto quiero agradecer a todas aquellas personas que me ayudaron a superar momentos difíciles de mi desarrollo como billarista, teniendo que aguantar a veces estallidos de ira por golpes fallidos. Muchas gracias a Markus Vogt y a su encantadora esposa Betty, así mismo a Mario Scalva. Los progresos decisivos se los debo al extraordinario jugador francés Robert Weingart, quien infortunadamente murió muy joven. Su genialidad sobre el "pañó verde" era indescriptible. Otro gran jugador que me enseñó mucho fué el también fallecido Christoph Pilss. Su pasión, su amor por la investigación y su incomparable humor serán siempre inolvidables para mí.

Un gran agradecimiento también a todos los amigos que me apoyaron de alguna manera en la producción de este libro; especialmente a Robert Leitner, quien me aconsejó y ayudó en todas las cuestiones técnicas y gráficas. Gracias a él fué posible realizar secuencias de video con cámaras especiales, de las cuales se encuentran algunas fotos impresas en este libro. Ese DVD representa un "manjar" para los amantes del billar.

Muchas gracias también a Jerker Anstrin y a Fritz Wenger por su apoyo en diferentes aspectos y a Heinrich Weingartner por poner a mi disposición documentos, dibujos y fotos de su imponente museo del billar. Por su colaboración en la traducción quiero dar las gracias a Jaime Bedoya y Ramón Rodríguez, dos grandes maestros del billar a tres bandas.

Al final del libro hay un glosario para todos aquellos términos que pudieran ser incomprensibles para algunos lectores.

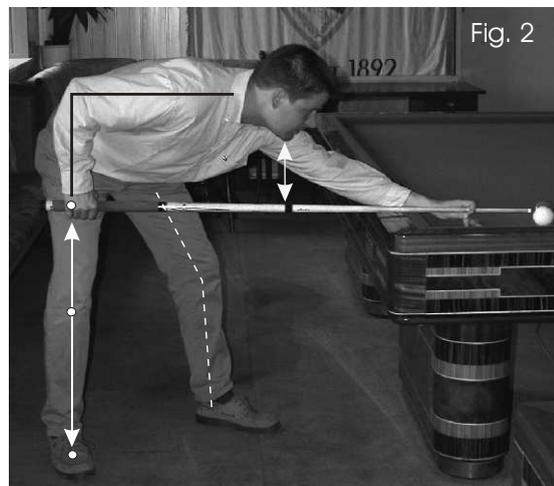
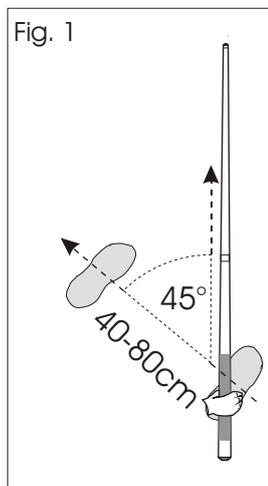
# LA POSTURA CORRECTA

Cuando observamos a un buen jugador, nos llama la atención la facilidad con que realiza sus movimientos. Sin esfuerzo aparente conduce las bolas por varias bandas, con efectos extremos y una precisión milimétrica, hasta su destino final. La condición fundamental para lograr ésto, además de conocer la solución correcta para cada jugada es, ante todo, poseer una perfecta técnica de ataque, la cual a su vez es resultado de una correcta posición del cuerpo. Ésta se da cuando el peso del cuerpo está repartido equilibradamente entre los tres puntos de apoyo (las dos piernas y la mano puente), de modo que se genere una sensación de armonía corporal en la que ningún músculo necesite tensionarse innecesariamente.

Los principios a tener en cuenta son los siguientes:

Los pies están separados, según el tamaño del jugador, de 40 a 80 cm (fig.1).

- El taco y la línea imaginaria que conecta los dos pies forman un ángulo de  $45^\circ$  (fig.1).
- Las dos piernas están un poco flexionadas (fig.2).
- La mano derecha (para diestros) que realiza la empuñadura, la rodilla derecha y el pie derecho forman más o menos una línea (fig.2).
- Brazo y antebrazo derechos forman un ángulo recto antes de comenzar el limado (fig.2).
- La cabeza se encuentra mínimo a 10 cm del taco (fig.2).
- La cabeza está en posición perpendicular al taco y los ojos paralelos a él (fig.3).



Entre los grandes jugadores existen grandes diferencias en la postura. Estas individualidades se deben a las distintas formas anatómicas ó a tradiciones de billar diferentes según cada región. Por ejemplo, un coreano se coloca de por sí de manera diferente a un suramericano frente a la mesa de billar. Las normas expuestas arriba corresponden a la tradición clásica de billar europeo y se han impuesto también en otros continentes.



## EL CABALLETE DE MANO

La mano soporte (generalmente la izquierda) es la responsable de guiar la parte delantera del taco. Su forma y su distancia de la punta del taco se deben adaptar a cada jugada, buscando conseguir la máxima estabilidad. En cuanto a la distancia entre la punta del taco y el dedo índice de la mano soporte (longitud de estribe) se puede decir lo siguiente:

- Para un golpe muy suave: Estribe corto, entre 4 y 12 cm aprox. (principalmente en las disciplinas de serie).
- Para un golpe suave o corto, seco (el movimiento del taco frena abruptamente después del contacto con la bola): entre 12 y 16 cm aprox.
- Para un golpe estándar: entre 16 y 20 cm aprox.
- Para un golpe fuerte o alargado (acompañando la bola en su recorrido después del impacto): Estribe largo, entre 20 y 24 cm aprox.

La forma del puente depende del punto sobre el que queremos golpear la bola tacadora. La forma más común o posición cerrada (fig.1) es colocando el dedo índice como un anillo alrededor del taco y el dedo pulgar horizontalmente como soporte. Los dedos pulgar e índice van recostados sobre la primera falange del dedo del corazón. Los dedos anular y meñique van acostados y abiertos sobre la mesa, ampliando así la superficie de apoyo. Dicho anillo debe envolver el taco lo suficiente como para impedir que éste se mueva lateralmente durante el limado (el ir y venir del taco durante la preparación del ataque) y el consecutivo ataque, pero sin impedir el libre deslizamiento del mismo por entre los dedos. Para tacadas muy suaves puede utilizarse la posición abierta (fig.2). Aquí debe cuidarse de formar un canal estable con los dedos índice y pulgar por donde será guiado el taco. Además de estas posiciones estándar de la mano soporte, hay otras posiciones usadas en jugadas especiales o para tacar bolas cercanas a la banda (figs. 3-9).

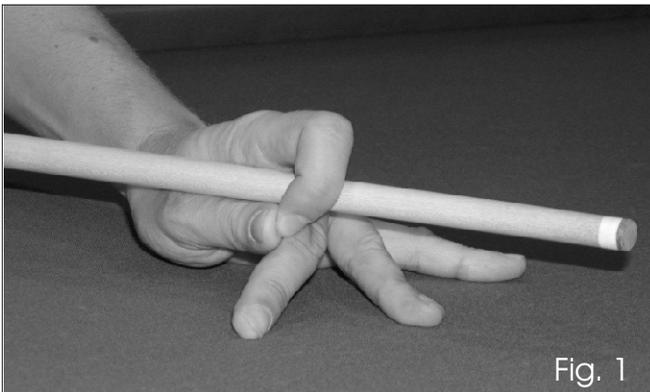


Fig. 1

La posición cerrada sirve para todas las tacadas, en las cuales queremos golpear la bola sobre la parte central.

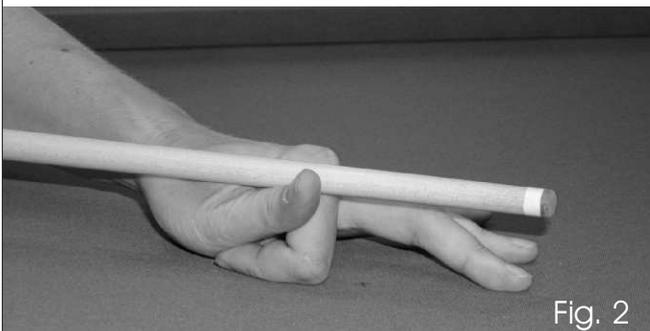
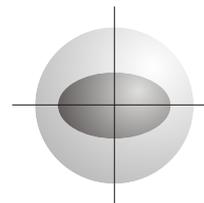


Fig. 2

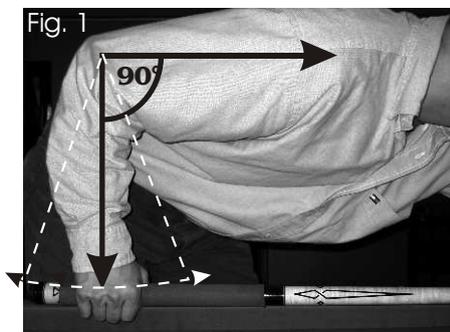
La posición abierta se debe utilizar sólo para tacadas muy suaves sobre la parte central de la bola.

## LA MANO DE EJECUCIÓN

La única parte dinámica del cuerpo es el brazo que impulsa el taco. Para su perfecto funcionamiento es importante que no haya tensiones en el resto del cuerpo. Los principios básicos para el brazo son:

Brazo y antebrazo forman un ángulo recto antes de comenzar el movimiento de limado.

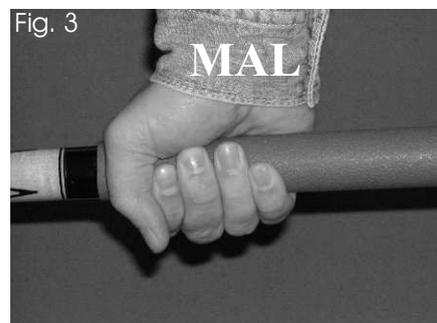
- El brazo permanece siempre en posición horizontal (también durante la tacada).
- El taco descansa suelto sobre todos los dedos de la mano (¡sin apretar!), el dedo del corazón soporta la mayoría del peso (fig. 2-5).
- Los dedos y la muñeca permanecen relajados incluso durante la tacada.
- El antebrazo cuelga perpendicular a la superficie de juego y la mano no debe inclinarse hacia fuera ni hacia adentro (figs. 6-8).



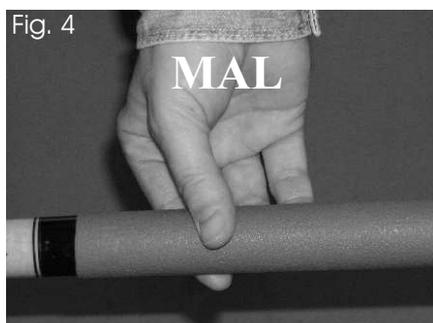
En posición de descanso el brazo y el antebrazo forman un ángulo de 90°. Durante el limado el antebrazo se balancea hacia adelante y hacia atrás, mientras que el brazo se mantiene en posición horizontal. En caso de una tacada más fuerte, el brazo baja un poco para regular el golpe, compensando así la tendencia de la mano a subir.



El taco descansa principalmente sobre el dedo del corazón, pero está en contacto con los demás dedos. La mano y el dorso están relajados y así deben estar también durante la tacada.



La empuñadura está muy apretada. La tacada resultará dura y descontrolada. De esta forma es imposible realizar jugadas con buenos resultados.



El taco va agarrado únicamente con los dedos índice y pulgar, cuyos músculos y tendones se tensionarán demasiado. Además, esta posición no ofrece estabilidad alguna.



El taco va sostenido por todos los dedos, pero acá está tensionada la palma de la mano. Esto le quitará estabilidad especialmente a las tacadas fuertes.



## EL LIMADO

El limado o limaje es el último paso preparatorio del ataque, para el cual hay varios aspectos para tener en cuenta: Primero, existen tres formas de limado:

**1. EL LIMADO CONTÍNUO:** el taco se mueve uniforme y armónicamente sin interrupción hacia adelante y hacia atrás. Este tipo de limado se utiliza para tomar impulso sobre todo en jugadas de máximo efecto.

**2. EL LIMADO INTERRUMPIDO:** el taco se para (se frena) en el punto delantero del movimiento durante  $\frac{1}{2}$  segundo y enseguida se retoma el movimiento, realizando éste varias veces. Esta forma de limado se utiliza más que todo para jugadas a gran distancia, las cuales requieren de mucha precisión.

**3. EL LIMADO CONTINUO CON UNA INTERRUPCIÓN:** igual que en 1., pero en el último movimiento se para el taco por un instante (ver 2.) en el punto delantero.

Para todas las formas de limado rigen las siguientes reglas:

- En el movimiento hacia adelante se lleva el taco muy cerca al punto que se quiera tocar de la bola tacadora (fig. 1).
- En el movimiento hacia atrás se lleva el taco de vuelta hasta el caballete de mano (fig.2).
- El movimiento debe ser siempre armónico, es decir fluido.
- La intensidad del movimiento debe corresponder al golpe que se desea obtener.
- La cantidad de movimientos de limado puede variar entre 2 y 10 veces según el jugador.
- Cada jugador debe encontrar y entrenar su propio ritmo para favorecer la automatización del movimiento de preparación del golpe.

