

新連載

テニスがもっと快適になる ストリングの基礎知識

From テニサポ



解説＝小笠原爽太（テニスサポートセンター仙川店）

新しいラケットを購入時「ストリングはどうしますか？」と聞かれてしどろもどろになる人はいないだろうか？ 用具はショップの方にお任せすればいいと思っていた皆さんに、ストリングの基礎知識をレクチャーする新連載スタート！

ストリンガー歴、店舗では5年、自宅で張っていた時期を合わせたら10年。現在は前大崎希子選手など、複数の選手の張りを担当



新しいラケットを購入時「ストリングはどうしますか？」と聞かれてしどろもどろになる人はいないだろうか？ 用具はショップの方にお任せすればいいと思っていた皆さんに、ストリングの基礎知識をレクチャーする新連載スタート！

ストリング選びは
楽しくて深い！

テニスはラケットなしでは、プレイできません。もちろんストリングが張っていないければボールを返すこともできません。スイングをしてボールを飛ばすラケットと、ボールとダイレクトに接触するストリングは、テニスの命です。

張り替えた後、
気になること

選ぶ基準として、「ボールの飛び」「打感の柔らかさ」「スピニング性能」「耐久性」等の要素があります。そのどれかを重視するかでたくさんあるストリングの中からチョイスしていきます。

ラケットには飛び重視のモデルと、飛びを抑えたコントロール重視のモデルがあります。飛び重視のモデルにはストリングを張って性能を殺してしまったり、飛びすぎるセッティングにしてしまったりすると上達の妨げにもなったりします。それと同じくらい張る強さも大事で、飛び重視のストリングなのに硬く張って飛びを抑えてしまったり、柔らかい糸を硬く張って柔らかさを殺してしまったり、質問のやり取りの中で最適なセッティングを探していきます。

打った瞬間、目まぐるしく変わったという実感が湧きにくいかもしれませんが、テニスは一度打って終わりではないので、次の張り替えのタイミングまでどうだったかを聞き、ストリングの種類を変えたり、上達してストリングが切れやすくなったり、ケガをしただけで調整し直すものに替えたりするなど調整します。一人ひとりの体格もプレースタイルも好みも違う中で、会話の中からヒントを見つけ、合うものをお客様と一緒に探していきます。



【ストリンガー豆情報】

ストリングは流行ではなく、自分に合っているかが一番大事

「今、ポリエステルを張ってほしいと求められることが多いのですが、ポリエステルは身体への負担が非常に大きいストリングです。テニスでケガをする時は、テニスエルボーなど、疲労蓄積による傷害が多く、気が付いた時は重症化していることも多々あります。ストリングは使い方次第で薬にも毒にもなります。私たちはそのような方を一人でも減らし、お客様の快適なテニスライフのお手伝いをしていきたいと思っています」

張り替え時にお聞きしたいこと

	不満足 ←————→ 満足				
飛び	1	2	3	4	5
スピード	1	2	3	4	5
コントロール	1	2	3	4	5
柔らかさ	1	2	3	4	5
耐久性	1	2	3	4	5
回転	1	2	3	4	5

張り替え時までに自分の張ったストリングがどんな感触であったか、もっとどうしたいか、といったことをまとめておこう。上の表でチェックなどをしておくと店員さんに伝えやすい

【今月のお題】

新しいラケットを買った時、どのストリングを選べばいい？

【答え】

ラケットを購入された方に
まずいくつかの質問を
させていただきます。

新しいラケットを購入されたお客様



ボールは楽に飛んだ方がいいですか？ それほど飛ばなくていいですか？



コントロールは重視しますか？



ボールのスピードは出たほうがいいですか？

最初に使うラケットの場合「ストリングは何を？」と聞かれても、答えようがないかと思えます。ショップでは、まずはオーソドックスな、いわゆる飛びの良いストリングを使っていたら、ボールを飛ばす感覚をつかんでもらっています。

女性なら柔らかめのマルチフィラメント、男性ならモノフィラメントをお勧めします。張りの強さは、特にご希望がなければ、ラケットの推奨テンションの範囲の真ん中くらいもしくは50ポンドくらいで張ることが多いです。まずはこの張りを試してみて、次に張り替えにいらした時に、もっと何がしたいかをお聞きすることから始まります。

例)

●ストリングがすぐに切れてしまった⇒耐久性が高いストリングにチェンジ。もしくは細いストリングを張っていたら、1サイズ太いものをお勧めします

●ボールが飛んでくれない⇒飛びの良いストリングにチェンジ。もしくは、ストリングを細くしたり、張りを緩くする（どちらも飛びやすくなる）