

今号のお題

自分に合ったストリングの選び方と当て皮をつける意味について

ストリングの

From
テニサポ

第41回

基礎知識

知っているようで、あまり知られていないストリングのこと。このコーナーでは、読者から寄せられた素朴な疑問を、プロのストリンガーに答えてもらいました。皆さんのテニスライフ向上に役立ててください

今回の解説は...

村山友一(テニスサポートセンター渋谷)

テニスをこよなく愛するが故に、ラケットは自分のテニスの歴史として捨てられず大切に保存！ぜひ、お店でラケットトークしませんか。



Q 現在張っているストリングが自分に合っているのかわかりません。何を基準に考えればいいですか？

※週1回テニススクールに通っている初心者です
(テニス歴2年/30歳代女性)

テンションと種類を基準に

ショットに影響を与えるのは「テンションの強さ」と「ストリングの種類」です。今、張っているストリングを基準に、自分に合った「テンションの強さ」と「ストリングの種類」を考えてみましょう。

まず、「テンションの強さ」につ



一括りにナイロンといっても、繊維の編み方や硬さなど、様々なバリエーションが存在する

いてですが、基本的にはテンションが高いと、打感が硬く、ボールが飛びにくくなります。逆に低いと、打感が柔らかく、ボールが飛びやすくなります。力を抜いてゆっくりとラリーをした時、ボールがサービスマインの1メートルから1・5メートル後ろに落ちていたら、テンションは適正と言えるでしょう。

もしボールが浅い場合には、少しテンションを低く、深い場合には高くしてみてください。調整の目安として、3ポンドほど変化を加えてみると、違いがわかりやすくなります。また、スクールでの球出し練習は比較的ボールが優しく、より実戦に近いラリー練習での感覚を参考にすると良いでしょう。

次に「ストリングの種類」ですが、初級者の女性であれば、ナイロンのストリングがおすすめです。ナイロンには、大きく分けてモノとマルチの2種類があり、モノの方がマルチよりも打感が硬く、ボールが飛びます。今、張られているストリングの種類

を確認して、打感や飛びの好みに合わせて検討してみてください。そして、ストリングは張り上げてから、テンションが少しずつ落ち、ストリング自体も伸びていきます。そのため、週1回のペースであれば、半年が最大の使用期間だと思って張り替えてください。

Q 「当て皮」とは何ですか？
メリットやデメリットを教えてください。

(テニス歴5年/50歳代男性)

基本的にはギアの保護のため

当て皮とは、ストリングを張る際に特定の箇所に使用し、フレームとストリングを保護するアイテムです。一般的にはスロート外側の横1番目折り返し部に挟みます。

以前は、フレームが柔らかく、ストリングを張ることで一部が陥没してしまうラケットが多かったのですが、現代のラケットはフレームの強



当て皮を試してみたい場合は、張り替えの際にショップに依頼すればつけてくれるだろう

ストリング都市伝説

筋力のあるトップ選手はテンションを高く設定する？

筋力のある方が必ずテンションを高く設定するわけではありません。もちろんテンションはボールの飛びに影響しますが、スピン性能などギアの技術が進歩した現在、トップ選手でも平均的な設定の選手や、むしろ低い設定の選手もいます。



一般的には50～55ポンドが多いがここ最近、低めな設定もはやりつつある

度が高まり、当て皮は基本的に必要とされていません。一方で皮を挟むことでわずかに打球感が変わることから、その微妙なフィーリングの変化を気に入った選手が使用しているケースがあります。代表的な選手は、フェデラーです。彼はスロート横ではなく、スイートスポットにあたるスロート内、中央3個所に当て皮を使用しています。デメリットとしては、前述の通り打球感がわずかに変化するため、ストリング本来の性能に影響してしまふことが挙げられます。また、雨天時に使用すると水を含んでしまい、その影響はさらに大きくなります。