

テニスがもっと快適になる

# ストリングの基礎知識

from テニスポ

今回の解説は…

解説=鈴木貴也  
(テニスサポートセンター三鷹店)  
プロやアマを問わず、常に最高のクオリティを提供することを心掛ける。ストリンガー歴8年。「なんでも相談してください」と語る。写真=テニスサポートセンター



第19回

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。

## 【今月のお題】ダブルスに適した張り方。同じ素材のハイブリッドについて

シングルとダブルスの大きな違いは、ダブルスの方がボレーの頻度が増えることです。ダブルスでは、ストロークでポイントを取るよりも、ボレーでポイントが決まることが多いため、ボレーの感覚が伝わりやすいセッティングがお勧めです。

ストリングについては、現在使用している物よりも柔らかいストリングにすることで、タッチ感が上がります。もしも、ナイロンストリングを使用しているのであれば、モノストリングよりもマルチストリングが良いでしょう。

ボレーが打ちやすい設定に

ダブルスに適したストリングの種類や張り方はありますか？  
(テニス歴15年/女性)

ポレーが多用されるダブルスでは、いかにポレー時のタッチ感が伝わりやすいかが鍵



次に張り方ですが、高テンションで張るよりも、スイートエリアが広がるローテンションの方が、ボールが面に乗りやすくなります。ボレーのタッチ感がわかりやすくなるので、ダブルスではテンションを高くするよりも、低い方が良いでしょう。プロプレーヤーの中には、シングル時のテンションよりも5ポンドも落とす選手が多くいま

(テニス歴6年/男性)

ナイロンの『モノ』と『マルチ』など、同じ素材で種類の違うストリングを組み合わせることはありますか？

逆には、ダブルスに向けてテンションを上げる選手はあまりいません。また、ボレーに安定感が欲しい場合は、テンションを変えずに少し硬めのストリングで試すという方法もあります。その際はボレーの感覚が悪くなります。まずは、最初に柔らかいストリングで、少しテンションを落としてみるのはいかがでしょうか？

ナイロン同士でも効果あり



同素材のストリングでも構造が違えば、組み合わせた時に様々な効果がある

ル×ナチュラル」を想像する方が多いですが、ナイロンをポリの代わりに使うハイブリッドは、ポリを使ったハイブリッドの柔らかいバージョンだと考えていただければ、わかりやすいと思います。近年ではナイロンストリングの種類も増え、特徴のある物が多く発売されたため、昔よりもナイロン同士の組み合わせパターンが増えました。

では、なぜハイブリッドにするのでしょうか。それは硬さの違うストリングを組み合わせることで、単体で張るよりもボールを飛ばすパワーが出るからです。今よりも楽にボールを飛ばしたい方や、攻められている場面でも反撃できるボールが打ちたい方は、ハイブリッドにすることを勧めます。

特に、ナイロン同士のハイブリッドは、元々ナイロン単体で張っている方が、腕への負担を軽減したい場合にもお勧めです。最初は、縦糸・横糸で切れやすい方に耐久性のあるモノストリングを張り、反対側は柔らかい

### ストリング都市伝説

違う糸を組み合わせる場合は、横のテンションを下げるべきだ？

いいえ、そんなことはありません。ストリングの種類により少しのテンション操作は必要ですが、安易に全てのラケットの横糸を下げてしまうと、ラケットの変形を引き起こしてしまいます。ラケットやストリングには癖があるので、張替えの際に自分のラケットと好みのテンションをストリンガーに伝え、相談してみるのが良いでしょう。

マルチストリングを張っていただく。スピニングを上げたい方には、凹凸が強いナイロンと滑りの良いモノストリングを組み合わせるのも面白いと思います。『すぐに切れてしまうが、今のナイロンの種類を変えたくない』と悩んでいる方は、切れる方のゲージを太くし、反対側は今までと同じ太さに保つことで違和感なく使用できると思います。ポリよりナイロンストリングが好きな方はぜひ一度、ナイロン同士のハイブリッドを試してください。

募集中

ストリングに関する質問を募集しています。年齢、性別、テニス歴を明記し、〒113-8448 東京都文京区本郷2-33-5 日本スポーツ企画出版社スマッシュ編集部「ストリング基礎知識」まで。質問が採用された方には、テニスサポートセンターより、ストリングをプレゼントします。