

ストリングの基礎知識

第49回

今回解説してくれるのは



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9年。「なんでも相談してください」と語る

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

初心者のお勧めストリングとロール購入の注意点

一口にナイロンと言っても、柔らかさや反発性など様々なバリエーションが存在する



まずはナイロンとポリエステル、それぞれの特徴についてお話ししましょう。
ナイロンは伸縮性があり柔らかい素材です。そのため、打球時にたわみややすく、その反動でボールを楽に飛ばすことができます。つまり使用者に余計な負荷がかからないということです。また、テンション維持性能が高く、ポリエステルほど頻繁に張り替える必要はありません。およそ3カ月に一度、季節の変

テニション維持の良いナイロンがおすすめ

初心者はポリのストリングを張らない方がよいと聞きました。必ずナイロンを張るべきでしょうか？

Q (テニス歴1年/20代女性)

わり目に張り替えるのが理想的です。耐久性はポリエステルに劣りますが、初心者はすぐに切れるということもありません。一方で、ポリエステルはナイロンと比べると硬めの素材です。たわみが少ないぶん、反発性が高いのが特徴です。ボールを強く打った時の安定性とスピニングも高く、飛びが抑えられてコートに収まりやすくなります。ハードヒットしてこそ特性が生かされるとも言ってもいいでしょう。多くのプロ選手がポリエステルを愛用するのはこうしたメリットがあるからです。

ただし、耐久性が高いと思われているポリエステルですが、それはあくまで素材その物の強さで、テンションの維持性能は低く、張ってから1〜2週間です著しく低下してしまいます。まだ切れていないからと言って、伸びたストリングを使い続けると、腕への負担が大きくなりケガにつながりやすくなります。また、ボールを無理に飛ばそうとすると正しいフォームが崩れてしまい、上達への大きな弊害にもなりかねません。
以上の点を踏まえ、初心者にはまずナイロンをお勧めします。ポリエステルは種類も色も豊富で魅力的ですが、ナイロンの選択肢も増えていますので、ぜひ信頼できるショップで相談してみてください。

保管状況とラケットの買い替えに要注意!

気に入ったストリングが見つかったので、初めてロールで購入する予定です。気を付けるべき点がありますか？

Q (テニス歴10年/30代男性)

当店でも多くのお客様のロールをお預かりしています。単張りとは比べるとかなりお得なので、張り替えコストを抑えられるのが魅力ですね。しかし、気になるのはその保管状況です。気温が高くなる車内や、室内でも日光の当たる場所などに放置すると、ストリングは伸びぎってしまいます。特にポリエステルは気温の影響を受けやすいため、保管場所に注意しましょう。ロールガットは保管場所が良ければ、3年ぐらいは性能が維持できます。しかし、劣化は確実に進みますので、できるだけ早めに使用してください。

種類によっては長さが半分のハーフロールもある



ストリング都市伝説

初心者はできるだけ軽いラケットを使うべき?

いいえ、軽すぎるラケットは逆にNGです。軽すぎるとボールに打ち負けやすいというデメリットがあるうえ、腕の力だけで簡単にラケットを操作するクセがついてしまい、

本来身に付けたい「身体全体を使ってボールを飛ばす」ということを覚えにくくなってしまいます。体格に合わせて、ある程度の重さのあるラケットを選びましょう。

また、ラケットを買い替える際にも注意が必要です。現在のストリングとラケットがベストな組み合わせだとしても、ラケットを替えると違った感触になってしまふ場合があります。例えば、スピニングのかけやすいストリングを使用していて、ラケットをボールがよく飛ぶものから飛ばないものに替えた場合、「飛ばない」×「スピニング」となり、ボールの飛距離がかなり落ちてしまいます。ラケットを替える可能性のある場合は、その点も考慮してロールを選びましょう。種類によってはハーフロールもありますのでご検討ください。