

# Hvilken type tennisketcher og strenge skal jeg vælge?

Der er sikkert en del af jer som føler sig lidt usikre ved at købe ny tennisketcher. Der findes rigtigt mange forskellige modeller på markedet, og det kan være svært at vide hvilken ketcher som passer til dig som person og til den spillestil man har. At vælge ketcher er meget individuelt!

Der er gennem de sidste 20-25 år sket en stor udvikling af tennisketchere. I starten af 80'erne introducerede man "oversize" ketcheren. Oversize ketcheren havde en størrelse på ketcherhovedet fra 85 square inches til 110 square inches. De gamle "træ" ketcherne havde en størrelse på 65 square inches, det var en stor forskel! Ketcherne bidrog til at der blev et "tennis boom" i denne periode, spillet blev meget nemmere for den mindre gode tennisspiller og flere professionelle spillere udviklede sit spil med denne nye type af ketcher. Mange mener at udviklingen af tennisketcheren har påvirket tennisspillets karakter.

Ikke kun størrelsen på ketcherhovedet er blevet udviklet, man har også gennem mange år brugt nye materialer i ketcherne, blandt andet aluminium, glasfibre og stål. I dag bruger man graphite til de fleste ketchere og oftest i kombination med et andet stærkt materiale for eksempel kevlar.

Der findes i dag tre forskellige størrelser på tennisketchere.

**Midsize, Oversize, Widebody.**



## Midsize ketchere:

Midsize ketchere har en størrelse på ketcherhovedet på 90-95 square inches. Slagfæltet (sweetspot) er ikke så stor i denne type af ketchere i forhold til oversize ketchere. Denne model bruges normalt

af (avancerede) spillere som har en god slagteknik / niveau, og som ønsker kontrol og præcision i sit spil. Vægten på denne type af ketcher kan variere fra ca. 290 – 335 gram.



## Oversize ketchere:

Oversize ketchere har en størrelse på ketcherhovedet på 97-115 square inches. Slagfæltet (sweetspot) er større i denne type af ketcher i forhold til midsize ketchere, strengene er placeret med større afstand hvilket giver mere fart

men mindre kontrol. Bruges normalt af spillere som har en moderat teknik men som ønsker at få mere kraft i sine slag. Vægten på denne type af ketcher kan variere fra ca. 260 – 330 gram.



## Widebody ketchere:

Widebody ketchere er en type af oversizeketchere, med et ketcherhovedet der er 115 square inches eller mere. Den har bredere profil på ketcherhovedet og den er meget let. Denne ketcher er meget behagelig, den vejer ikke

ret meget (omkring 250 gram) og den giver en god trampolin effekt. Widebody ketcheren passer godt til spillere som har en slagteknik med kort og langsom swing bevægelse - for eksempel seniorer / motionister som har brug for en ketcher som er let håndterlig hvor man får meget fart foræret.

## Hvilken vægt skal man vælge?

Vægten på ketcheren er afhængigt af hvilken type af spillere man er, alder og den teknik man har. Flere professionelle mandlige spillere ønsker gerne en tung ketcher (320-335 gram) hvorimod flere kvindelig professionelle spillere bruger mindre tungere ketchere (290-300 gram.).

Mit forslag er at man bør prøve sig frem alt afhængigt af niveau, teknik og alder. En regel er at ketcheren i hvert fald ikke må være for tung!

## Tennisstrengene

Lige meget hvor god ketcher man køber så er det af største vægt at man får den rigtige streng i ketcheren. Strengene og opstregning af ketcheren er lige så vigtigt som hvilken ketcher man vælger at købe! En dårlig/forkert streng eller forkert hårdhed på opstregningen giver en dårlig oplevelse af den nyindkøbte ketcher. Derfor er det vigtigt at få sin ketcher opstregnet hos nogen som har godt kendskab til opstregning af ketchere!

Man taler i dag om to forskellige kategorier strenge: tarm strenge og syntetiske strenge.

## Tarm strenge

Tarm strenge er lavet af tarm fra køer. Strengene er meget elastiske og "livlige". Desværre er holdbarheden ikke altid den bedste da tarm er følsom for fugt og dårligt vejr. Denne streng er meget dyr men hvis man ønsker en strengenes "Rolls Royce" skal man investere i denne streng. Det er en dejlig fornemmelse at spille med tarm, strengen giver en rigtig god "boldfølelse". Bruges stadigvæk af mange professionelle spillere. Eksempel: Babolat tarm

## Syntetiske strenge

Syntetiske strenge er gennem mange år blevet udviklet så at man i dag har strenge som minder om tarm, men som har en bedre holdbarhed. Der er mange forskellige typer af syntetiske strenge. Se næste side.



## Nylon strenge



Nylon strenge er måske den mest brugte type af strenge. Nylon (polyamide) materialet er vel egnet til at bruge ved fremstilling af strenge. Denne streng består oftest af en kerne som er dækket med flere lag af andet materiale. Disse lag giver strengen en god holdbarhed og bibeholder det valgte tryk (kg) ved opstringning. Strengen er god til spillere som har normal eller højt forbrug af strenge. Eksempel: Tecnifibre Synthetic Gut og Prince Synthetic Gut

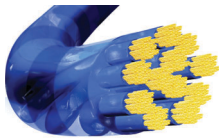
## Polyester strenge



Polyester strenge har en meget simpel konstruktion. De består af en enkelt polyester fiber dækket af et tyndt lag "coating". Denne type af streng er kaldt "monofilament" streng. Strengen findes i flere forskellige tykkelser hvilket gør det muligt at vælge mellem forskellig elasticitet og holdbarhed. Polyester strengen er ikke

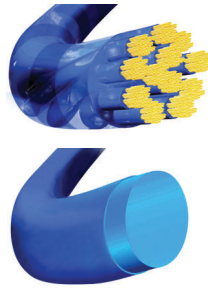
elastisk. Den føles rimelig stiv når du spiller med den hvis du jævnfør med nylon eller multifilament streng (se neden). Omvendt så har den bedre holdbarhed. Flere polyester strenge bliver i dag også mixed med andet materiale for eksempel carbon eller metal for at forbedre spille egenskaberne. Polyester strenge anbefales kun til spillere som har et stort forbrug af strenge og som spiller på et højere niveau. Eksempel: Tecnifibre Pro Red Code, Prince Poly

## Multifilament strenge



For at give syntetiske strenge spilleegenskaber som minder om tarmstrenge er man begyndt på at fremstille multifilament strenge. Det er mange microfibrer som er blevet spundne sammen til en streng. Fordelen med denne type af streng er at den har bedre elasticitet og spilleegenskaber i forhold til almindelig nylonstreng. Denne streng har spilleegenskaber som ligger meget tæt på tarm, og er meget billigere. Desværre har denne type af streng ikke samme holdbarhed som nylon eller polyester strenge. Eksempel: Tecnifibre x-one Biphase, Tecnifibre multifeel, Tecnifibre NRG.

## Hybrid strenge



Hybrid strenge er en kombination af to forskellige strenge - en streng på længden og en streng på bredden. Normalt bruger man en polyester streng som hoved streng på længden og en multifilament streng eller tarm streng på bredden. Dette giver en bedre holdbarhed samtidig som man får bedre spilleegenskaber og "føling". Flere af de professionelle spillere bruger i dag Hybrid-strenge.

## Opstringning:

For at få mest muligt ud af en ketcher skal man sørge for at få den rigtige hårdhed når den skal opstringes. Valget af hårdhed er lige så vigtig som valget af ketcher og streng. Man får mere kontrol men mindre fart når man stringer hårdt op, og man får mere fart men mindre kontrol når man stringer blødt op. Derfor skal man prøve sig frem for at få den optimale opstringning til sin ketcher! Hvor hårdt man skal stringe op og hvilken tykkelse på strengen man skal vælge er meget individuelt! I French Open 2007 var den hårdeste opstringning ca. 35 kg. (Tommy Haas) og den blødeste opstringning var 15 kg. (Filippo Volandri).

Følgende tabeller er generel information vedr. opstringning:

Opstringning	Fart	Kontrol	Holdbarhed	Føling	Komfort
Blød opstringning	mere	mindre	mere	mere	mere
Hård opstringning	mindre	mere	mindre	mindre	mindre

Tykkelse på streng	Elasticitet	Holdbarhed	Spin	Føling	Komfort
Tynd streng	mere	mindre	mere	mere	mere
Tykkere streng	mindre	mere	mindre	mindre	mindre

Jeg håber at ovennævnte information vil være til hjælp når I har planer om at købe ny ketcher eller få jeres ketcher nyopstringet. I er altid velkommen at spørge mig eller besøge klubbens samarbejdspartner Transocean Sport – de er specialister i tennis!



Hilsen  
Niklas Rosengren