

Sammenhengene mellom racket, streng og spilleopplevelse

Denne artikkelen ser på sammenheng mellom racket, streng og spilleropplevelsen. Noe faktorer kan du påvirke. Valg av strengservice og hans teknikk er også viktig for sluttresultatet. Se illustrasjonen på neste side!

4 faktorer som påvirker spilleopplevelsen

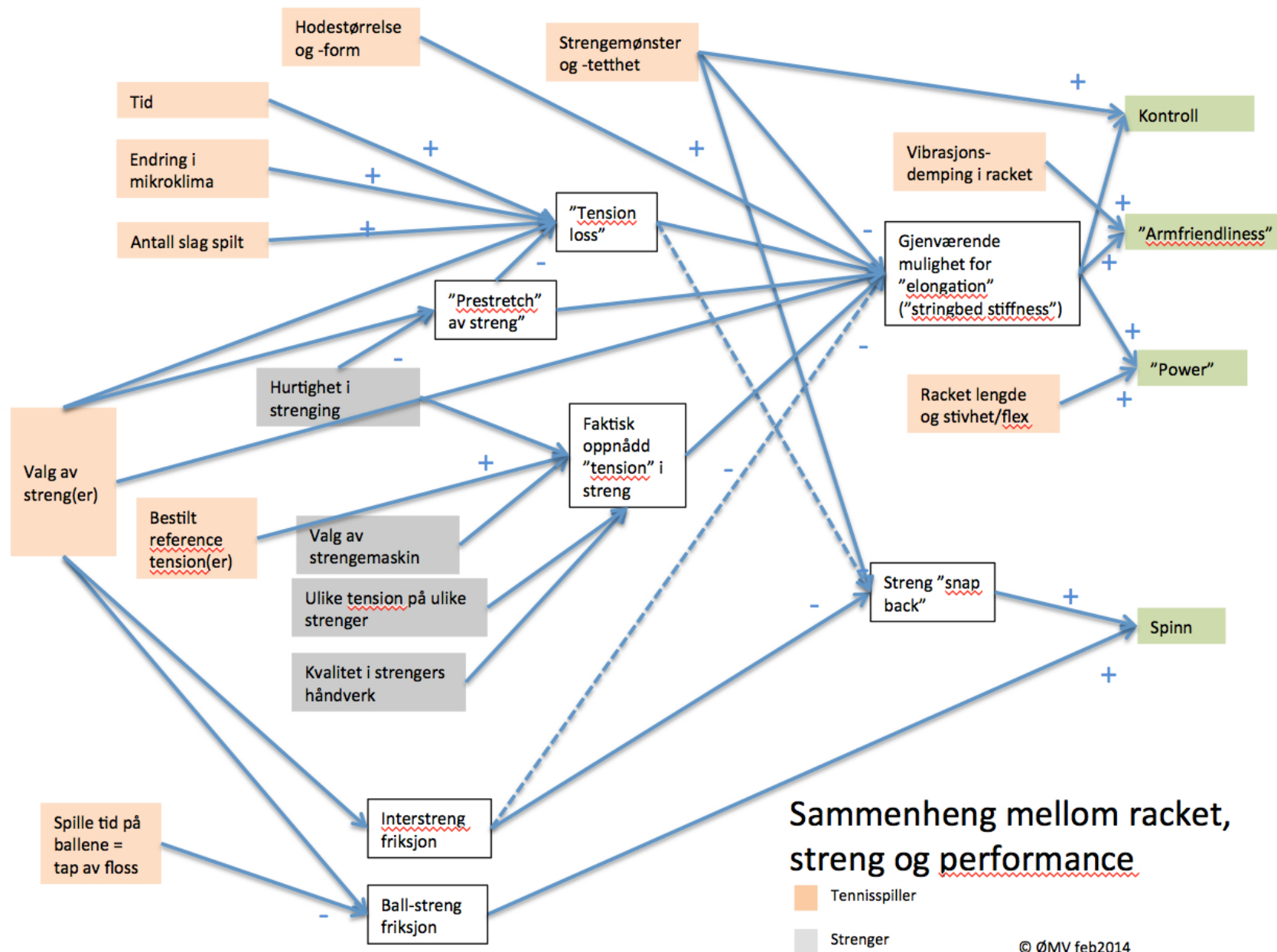
Tennisracketen med strenger gir spilleren **power**, **kontroll** i dybde og retning, samt **spinn**. I tillegg opplever spilleren rackets vibrasjoner og balltreffet, som vi kan kalle **armfriendliness**.

Spilleren kan påvirke disse fire "performance"-faktorene ved:

- 1) valg av racket,
- 2) valg av streng(er) og referanse tension(er),
- 3) valg av hvem som skal strenge racketen og krav til hvordan jobben skal gjøres,
- 4) valg av hvor lenge og ofte han/hun spiller med racketen
- 5) hvor lenge samme baller blir brukt, og
- 6) hvordan racketen oppbevares.

Hva er så sammenhengen mellom disse 6 valgene og hvordan racketen med strenger er å spille med?

Illustrasjonen på neste side forsøker beskrive noen av disse sammenhengene. Orange bokser er de forhold spilleren kan påvirke. De grå er de som påvirkes av strengservice. De hvite boksene er følgekonsvenser av dine og strengers valg, mens de grønne er hva du til slutt opplever. Merk også at tid er en faktor, likeledes hvor lenge du spiller med samme streng. Plusser (+) og minuser markerer forsterkende effekt, og motsatt effekt.



Sammenheng mellom racket, streng og performance

Å oppgi tension er drøm om noe annet

Det vanligste er å gå til strengservice og be om en type streng og en reference tension på f.eks "58 lbs". De mer avanserte ber kanskje om "2 lbs" mindre på "cross", eller de ønsker to ulike strenger på "mains" og "crosses".

I treffpunktet opplever du imidlertid ikke "58 lbs" som du bestilte da racketen skulle strenges om. Du opplever snarere:

- 1) **"Stringbed stiffness"** - hvor langt hele strengmønsteret beveget seg ved treff, som er avhengig av strengenes samlende mulighet til å strekke seg (elongation), og bevege seg tilbake til utgangsstilling. Stringbed stiffness måles i antall kg/cm, som er et uttrykk for hvor mange kg kraft skal til for å flytte "stringbed" en cm.
- 2) Enkelt strengers **snap back** - muligheten til å skape spinn ved at ballen flytter enkeltstrenger og disse snapper tilbake i posisjon og dermed skaper spinn
- 3) **Friksjon** mellom ball og streng, som skaper ballrotasjonsendring

Hva du egentlig bestiller hos strengservice er dermed disse tre egenskapene, men siden måling av "stringbed stiffness" og "snap back" ikke er vanlig, ber du om en "reference tension" som kanskje kan oppnå det ønskede resultat.

Komplisert samspill

Enkelt strengers bevegelsesfrihet og hele "strengbed" mulighet til ta imot ballen strekke seg og returnere kraften, er påvirket av flere forhold. I uprioritert rekkefølge er det faktorer som:

- **resterende elongation potensial** i strengen, som er en funksjon av *strengets resterende strekkevne fra faktisk oppnådd tension*,
- **interstring-friksjon**,
- **tetthet av strenger** (strengmønsteret)

Disse faktorene spiller forskjellig inn på de 4 faktorene som beskriver racketen med strengers egenskaper!

Gå til den samme strengeren!

Men dessverre, hvis du skal få samme strenging gang på gang, er du avhengig av at strengmannen hver gang bruker samme tid, flid, teknikk og strengmaskin! Eksempelvis er tiden strengen blir strukket avgjørende for gjenværende fleksibilitet i strengen på sluttresultatet. Noen strengere "clamber" strengen umiddelbart før de vever neste streng, andre lar strengen stå i press mens de vever neste. Med andre ord, du får ikke nødvendigvis samme "stringbed stiffness" og "snap-back" hos Aleksander hos Tennisbutikken som gutten på hjørnet, selv om de ba om RPM Blast 55 lbs!

Så når du har funnet den optimale løsningen er det kanskje smart å anvende den samme strengeren! Ikke bare samme butikk, men til og med be spesifikt om samme mann og teknikk!

Tid og bruk påvirker

Strengenes egenskaper blir imidlertid endret over tid. Tension loss øker ubehørlig med tid, men flater gradvis ut. Tension loss er med andre stort, selv om racketen ikke er brukt. Selv om racketen ikke brukes. Men tension loss avhenger ikke bare av tid, men kan begrenses ved at strengeren bruker god tid og hvilken streng du velger.

For antall slag racketen har blitt anvendt påvirker selvfølgelig også tension loss. Stadige endringer i varmt/kaldt/fuktighet gjør det samme, men litt avhengig av streng du har valgt.

Tension loss gjør gradvis racketen "mykere" og kraftfull, men tilslutt kan tension loss bli så stort at strengene ikke har noe fleksibilitet til å strekke seg ved treff eller returnere til utgangsposisjon. Den er moden for restrenging! Men antageligvis vet du det ikke, men snarere skylder på deg selv og dagsformen....

Stringbed stiffness kan måles

Stringbed stiffness kan måles. Utfordringen er å finne sammenheng mellom hodestørrelse, strengmønster, streng(er), reference tension(er) og sluttresultatet "stringbed stiffness". Eneste måten er å eksperimentere seg frem til løsningen. Når du endelig kjenner din stringbed stiffness kan du måle fra gang til gang og dermed avdekke når racketen bør restrenges!

Å følge med på snap back på enkelt strenger kan kanskje også være en ide for å kjenne strengenes performance.

"Det er ikke racketens feil!"

I dag er det nok mange spillere som gradvis blir eldre sammen med racketen. Gamle venner klager ikke på hverandre, - "jeg skal ikke klage på racketen". Men kanskje spiller vi bedre tennis hvis racketen med strenger er lik hver gang vi spiller?! Hvorfor skal vi gradvis endre vårt spill til endringene i racketen med strenger?

Systematikk for å fjerne en ukjent variabel

Antageligvis er det en spesifikk "stringbed stiffness", "snap back", "interstring friksjon" og "ball-streng-friksjon" som passer best til ditt spill. Eneste måten å finne ut av det er å eksperimentere med streng(er) eller strengkombinasjoner, (differensiert) tension(er), føre logg og systematisk måle "stringbed stiffness" og snap-back! Mer om det senere!

Øyvind M. Vedeler
4feb2014