



BERATUNG

TENNIS

Der Tennissport wird immer beliebter – in Österreich spielen rund 700.000 Menschen Tennis und auch aufgrund der Erfolge des österreichischen Weltklasespielers Dominic Thiem werden es immer mehr. Durch die hohe Nachfrage steigert sich das Angebot an Tennis-equipment stetig. Nun gelangt auch die breite Masse an die neusten technischen Entwicklungen aus dem Profi-Bereich. Profi-TennisspielerInnen lassen sich von ihrem Trainerteam beraten, Hobby-TennisspielerInnen gehen dafür in den Sportfachhandel. Dort finden sie eine kompetente Beratung, die sie durch den Dschungel an Tennisschlägern, -schuhen und -zubehör führt.

Folgender **LEITFADEN ZU SCHLÄGER- UND SAITENFINDUNG** soll eine Hilfestellung für eine tennisspezifische Beratung darstellen:

	Spielertyp »	AnfängerIn	Fortgeschritten
INDIVIDUELLE VORAUSSETZUNGEN	Schwungstil »	<ul style="list-style-type: none"> ■ kurzer Schwung ■ wenig dynamisch 	<ul style="list-style-type: none"> ■ mittlerer Schwung ■ dynamisch
	Schlaggeschwindigkeit »	niedrig	hoch
	Treffsicherheit »	Streuung	gute Treffsicherheit in Ruhe
EMPFOHLENE SCHLÄGER-EIGENSCHAFTEN	Gewicht »	240 g–270 g	250 g–290 g
	Schlägerkopfgröße »	ab 645 cm ²	645 cm ² –710 cm ²
	Balance »	eher kopflastig	<ul style="list-style-type: none"> ■ kopflastig für mehr Ballbeschleunigung ■ grifflastig für mehr Kontrolle
	Rahmenprofil »	23 mm–28 mm	20 mm–24 mm
	Saitenbild »	eher offen z. B.: 16/19	<ul style="list-style-type: none"> ■ offen (16/18; 16/19; 16/16) für mehr Ballbeschleunigung und Drall ■ geschlossen (18/20) für mehr Kontrolle
EMPFOHLENE SAITENEIGENSCHAFTEN	Allgemeine Empfehlung »	<ul style="list-style-type: none"> ■ Ziel: niedrige Zuschlaggeschwindigkeit kompensieren ■ elastisch ■ mehr Power 	<ul style="list-style-type: none"> ■ Ziel: Kontrolle bieten ■ elastisch/starr ■ Power/Kontrolle
	Material/Aufbau »	<ul style="list-style-type: none"> ■ multifile Kunstsaiten ■ Naturdarm 	<ul style="list-style-type: none"> ■ multifile Kunstsaiten ■ Naturdarm ■ Monofile (Co-) Polyester-saiten
	Bespannhärte »	weich (circa bis 22 kg)	mittel (circa bis 25 kg)

In der Beratung müssen nicht nur Spielstil und -niveau, sondern auch die körperliche Verfassung umfassend betrachtet werden. Nur so endet die Suche nach dem passenden Schläger für den Kunden erfreulich. Vor allem der so sogenannte Tennisarm tritt häufig auf und muss bei der Anschaffung eines Tennisschlägers durch **BELASTUNGSMINDERNDE EMPFEHLUNGEN** unbedingt berücksichtigt werden:

	Parameter	Tennisarm: belastungsmindernde Empfehlungen
SCHLÄGER	Schlägerkopfgröße	mindestens 645 cm ² ■ bei Treffpunkt schwingungsärmer
	Gewicht	maximal 290–300 g ■ exzentrische Haltearbeit wird verringert
	Balance	bei schweren Schlägern bis 300 g: 315 bzw. 320 mm bei leichten Schlägern: bis 340 mm ■ Drehmoment wird vermindert
	Griff	exakte Größe, weiche Übergriffbänder ■ zu große Haltekräfte werden vermieden
SAITENBETT	Saitenmuster	16/18; 16/19 bzw. 16/16; 16/15 (hier leidet die Kontrolle) ■ Vibration wird über größeren Zeitraum verteilt und Energieverlust wird reduziert
	Saitenmaterial	Naturdarm (armschonendste Variante, aber sehr teuer) multifile Syntheticsaiten (günstiger) Hybridbesaitung ■ je elastischer, desto armfreundlicher; Polyester darum eher vermeiden
	Bespannhärte	bis maximal 24–25 kg ■ tieferes Eintauchen des Balles möglich
	Saitenstärke	> 1,25 mm bei Darm- und multifilen Saiten < 1,20 mm bei Hybridbesaitung ■ dünnere Saiten sind elastischer



Neben dem Tennisschläger gehört auch der **TENNISCHUH** zur Basisausstattung. Dabei sollte die Auswahl des Schuhs je nach präferiertem Einsatzgebiet erfolgen:

SANDPLÄTZE, ASCHEPLÄTZE UND PLÄTZE MIT FEINEREM GUMMIGRANULAT

- Schuhe mit Fischgrätenprofil

HARTPLÄTZE, KUNSTRASEN UND PLÄTZE MIT GUMMIGRANULAT

- Schuhe mit robuster Sohle inklusive verstärkten Drehpunkten und etwas breiteren Fischgräten- oder fischgrätenähnlichem Profil

REINE TEPPICHPLÄTZE UND TEPPICHLÄTZE MIT SEHR WENIG GRANULAT

- Schuhe mit weicherer profillosen, glatten Sohle

Durch den zum Bodenbelag passenden Schuh können Verletzungen vorgebeugt und die Bewegungseffektivität gesichert werden.

Diese Factbox wurde auf Basis der Diplomarbeit »Biomechanische, sportwissenschaftliche und sportmedizinische Aspekte der Beratung von Tennisspielerinnen und Tennisspielern« – verfasst von Michael Böhm (2017) – erstellt.

WIRTSCHAFTSKAMMER ÖSTERREICH

Bundesgremium des Handels mit Mode und Freizeitartikeln

Mag. Michael Nendwich Obmann-Stv., Berufszweig Sportartikelhandel

Wiedner Hauptstraße 63, 1045 Wien, +43 5 90 900 3370,

mode.freizeit@wko.at, www.modeundfreizeit.at