Vilket material ska jag välja?

Klubbguide – en enkel progression från nybörjare till avancerad spelare

Är du osäker på material? Fråga en ledare i klubben för hjälp

Innehållet i guiden är framtaget från tester och erfarenheter av ledare i KFUM Jönköping. Det finns andra tillverkare av material men vi rekommenderar STIGA där vi också har rabatt genom klubbkoden KFUMJ3015.

Övrigt material som bollar, kläder väskor mm finns också hos stigasports.com

Material generellt

Avgörande i materialvalet är att ha bra kontroll för att utveckla tekniken. Fart ska främst komma från att tekniken blir bättre och därefter kan man avancera till snabbare material.
Fråga din ledare ifall det är dags att byta material.

Valet mellan gummits tjocklek och hårdhet avgörs med spelarens teknik, förmåga att skapa kraft i slagen och hur väl spelaren kan utnyttja ett hårdare gummi. Glöm inte att byta gummina när dem börjar bli slitna. För de flesta rekommenderas samma gummi på båda sidor.

Det finns defensive stommar och gummin som istället drar ner på tempot och går i ett annat spår än förslagen i denna guide.
För mer information om defensivt material och nabbgummin fråga en ledare i klubben.

Stommar – kontroll → fart

1. STIGA Cybershape Club (färdigt racket)
2. Banda by STIGA Allround Future Cybershape
3. STIGA Allround Classic – runt/Cybershape
4. STIGA Energy Wood WRB V2
5. STIGA Clipper
6. Trä VS Kolfiber - STIGA Carbon Soft touch

Racket – steg 1 av 5

STIGA Cybershape Club (färdigt racket)

För nybörjare som lär sig grundslagen forehand, backhand och skär. Stommen har mycket kontroll och gummina ger en mindre katapulteffekt för att säkerställa att man kan slappna av i greppet.



Stomme – steg 2 av 5

Banda by STIGA Allround Future Cybershape

Lättspelad 5-skiktsstomme med mycket kontroll.
Finns även i XS-version med kortare handtag, mindre form och lättare vikt för spelare med små händer



Stomme – steg 3 av 5

STIGA Allround Classic – Runt/Cybershape

Ett naturligt nästa steg med fortsatt fokus på kontroll, men med lite mer fart och utvecklingsmöjligheter. En 5-skiktsstomme med låg vikt och bland Stigas mest sålda stommar. Den runda modellen finns även som ”Allround Evolution” och har snarlika egenskaper.



Stomme – steg 4 av 5

STIGA Energy Wood WRB V2

Mer offensiv stomme för spelare som utvecklat sina grundslag och vill ha mer fart. Stommen är uppbyggd av 5 skikt med ett tjockare mittenfanér för att öka farten och göra stommen mer stabil.



Stomme – steg 5 av 5

STIGA Clipper

7-skiktsstomme med högre fart och styvare känsla för mer avancerade offensiva spelare. Finns även i rund form. Fler lager trä innebär en snabbare stomme. Stiga Clipper och Clipper CR är Stigas snabbaste stommar utan kolfiber.



Stomme – Trä VS Kolfiber

STIGA Carbon soft touch

En pingisstomme i trä ger generellt bättre bollkänsla, mer feedback och en mjukare spelkänsla med god kontroll. En stomme med kolfiber är oftast styvare, har en större sweet spot och ger snabbare och mer direkt respons. Kolfiber ger även bättre stabilitet och kraft i offensiva slag men det är väldigt vanligt att man byter till kolfiberstomme väldigt tidigt. Det kan hindra utveckling av teknik och känsla i spelet. Fråga först en tränare om det är lämpligt att byta till kolfiberstomme



Gummin – Kontroll → fart

1. Gummit på STIGA Cybershape Club
2. STIGA Mantra Sound
3. STIGA DNA Platinum S
4. STIGA DNA Platinum M
5. STIGA Helix Platinum
6. STIGA Helix Hybrid

Gummi – steg 1 av 5

STIGA Mantra Sound

Mjukt och lättspelat gummi med god kontroll. Passar spelare som utvecklar sina grundslag och börjar spela mer offensivt. Ett mjukt gummi är mer förlåtande och underlättar utveckling av teknik.



Gummi – steg 2 av 5

STIGA DNA Platinum S

Ett steg mot ett mer offensivt spel med mer fart och skruv, men fortfarande med en relativt mjuk känsla. DNA Platinum är offensivt gummi och ger mycket fart och katapulteffekt i slagen.



Gummi – steg 3 av 5

STIGA DNA Platinum M/H

För spelare som kan skapa mer kraft i slagen och har en mer utvecklad fysik. Den hårdare svampen ger möjlighet att utnyttja kraftfullare bollträffar. DNA Platinum ”M” passar bättre när man vill ha mer kontroll och känsla jämfört med ”H”. En vanlig uppsättning är ”H” på forehand och ”M” på backhand för att ha lite mer känsla i backhandblock och mer offensiv fart i forehand.



Gummi – steg 4 av 5

STIGA Helix Platinum M/H

För avancerade offensiva spelare som prioriterar skruv och söker ännu mer fart än DNA Platinum.
Truls Möregårdh spelar med Helix Platinum ”XH”



Gummi – steg 5 av 5

STIGA Helix Hybrid M/H

För spelare med en väldigt bra bollträff. Ett hybridgummi gör det möjligt att utveckla ännu mer skruv och är mer likt ett ”kinagummi” med ett klibbigare ovanskikt.

