



Roger Federer weiss, dass auch sein Equipment die nötige Aufmerksamkeit in Form von Pflege braucht.

# Equipment-Tipps

Wie viel Pflege braucht eigentlich ein Tennisequipment? «Smash» ging dieser Frage nach und stiess mit Experte Reto Krauer auf teilweise verblüffende Antworten. Das Fazit: Die wenigsten wissen, welche und wie viel Pflege ihrem Equipment gut tun würde. **Reto Krauer/Michael Hasler**



**Reto Krauer** ist Geschäftsführer bei Wilson Schweiz und per se Experte in Fachfragen rund um das Tennisequipment. Er spielt seit vielen Jahren Interclub.

Auf die Frage, ob denn der durchschnittliche Schweizer Interclubspieler sein Tennisequipment ausreichend pflegt, antwortet Reto Krauer mit einem viel sagenden Lächeln. Der Geschäftsleiter von Wilson Schweiz ist keiner, der die Dinge schönredet, sondern hält unumstösslich fest, dass ihn die Nachlässigkeit oder auch die Unwissenheit von Tennisspielern aller Stärkeklassen (sogar Tourspieler) immer wieder irritiere. Vor allem der eigentlich ambitionierte Interclub- oder auch Turnierspieler würde seinem

Equipment nicht jene Aufmerksamkeit zukommen lassen, das es eigentlich verdiene, glaubt Krauer. Konkreten Handlungsbedarf macht der Equipmentexperte im Bereich von Tennissaiten und Griffbändern aus. «In der Schweiz herrscht die Untugend, dass Saiten so lange gespielt werden, bis sie reissen. Das ist bei vielen zu lange», referiert Krauer und fügt hinzu: «Die Saite ist beim Racket der Schlüssel.» Krauer warnt sogar: «Tote Saiten und abgespielte Griffbänder sind oft der Grund für Armprobleme.»



Rackets



**Kopfband.** Immer wieder finden sich bei Rackets Abnutzungserscheinungen oder gar defekte Ösen im Bereich des sogenannten Kopfbandes. Die wenigsten Tennisspieler machen sich die Mühe, oder wissen gar nicht erst, dass man ein verletztes Kopfband auswechseln kann. Reto Krauer rät gar, dass man die Kopfbander bei entsprechend hoher Belastung durchaus nach jedem zehnten Bespannungsvorgang auswechseln sollte. Rebound Ace gilt übrigens unter Fachleuten als eigentlicher Kopfband-Killer.

**Griffkappen.** Auch defekte Griffkappen oder Bud Caps können einzeln ausgetauscht werden. Bei Komfortrackets sind jene übrigens eher rundlich (Komfort), bei Turnierrackets eher eckig (Grip).



Griffkappen



Kosmetik

**Kosmetik.** Oft ist es oft nur ein abgespieltes oder vom Sand zerkratztes Kopfband, das ein Racket allzu gebraucht aussehen lässt. Für Ästheten besteht die einfache Möglichkeit, das Kopfband erst zu reinigen und dann mit ganz normaler Schuhwachs zu behandeln. Der Unterschied ist verblüffend.

**Bekleidung mit UVA- und UVB-Schutz.** Erstaunlich wenig Beachtung schenken TennisspielerInnen ihrer Bekleidung mit Blick auf den UVA- und UVB-Sonnenschutz. Dabei ist die Sun-Protection nicht zu unterschätzen. Je nach Behandlung der Materialien und der Qualität der Garne bleibt der Schutz 5 bis maximal 30 Waschgänge erhalten.



Tennisebekleidung



Griffbänder

**Overgrips und Replacement Grips.** Viele Turnierrackets haben als Basis ein Ledergriffband. Darauf wird dann in der Regel ein Overgrip angebracht. Achtung: Overgrips sollten nach zirka 5 Mal spielen ausgetauscht werden. Die sogenannten Replacement Grips brauchen kein zusätzliches Overgrip und sollten jedes 10. Mal ausgetauscht werden.



Griff tuning



**Griffgrösse verändern.** Das Verändern der Griffgrösse ist je nach Racketbauart (geschäumter Griff oder gemoldeter Griff) relativ einfach oder aber kompliziert. Bei gemoldeten Griffen empfiehlt es sich beim Vergrössern des Griffs, mit einem Industriefön einen «Schrumpfschlauch» (in jedem Baumarkt erhältlich) anzubringen.



Saiten

**Saiten** gelten im Tennisbereich als Verbrauchsmaterial. Wird ein Tennisracket «getunt», passiert dies in der Regel über die Saite. Zu lange gespielte Saiten verlieren nicht nur ihre Dynamik, sondern auch ihre Fähigkeit, Vibrationen zu absorbieren. **Achtung:** Vor allem monofile Saiten werden in der Schweiz oft zu hart bespannt (über 25 kg macht kaum Sinn).

Bälle



**Imprägnierte Bälle.** Grundsätzlich ist im Bereich der Bälle jede Form von Pflege wirkungslos. Allerdings empfiehlt es sich, die richtigen Bälle auf der richtigen Unterlage zu spielen. In den nassen Frühjahrsmonaten empfehlen sich Bälle mit imprägniertem Filz (Bsp. Wilson Tour). **Achtung:** Bälle verlieren bei Minustemperaturen ihre Flexibilität.

Schuhe



① **Sandplatzschuhe** besitzen ein durchgehendes Fischgratprofil, welches ein kontrolliertes Rutschen und Abstossen zulässt. Viele TennisspielerInnen benutzen stattdessen einen Allroundschuh. ② **Hardplatzschuhe** zeichnen sich vor allem durch maximale Dämpfung aus. ③ **Die Innensohle** sollte von Zeit zu Zeit ausgewechselt werden. Viele TennisspielerInnen vernachlässigen dies. ④ **Teppichschuhe** besitzen kein Profil. **Achtung:** Nur Kunstlederschuhe dürfen bei 30 bis 40 Grad in der Waschmaschine gereinigt werden. Lederschuhe müssen konventionell geputzt werden.



Bag

**Tennisbag.** Gute Tennisbags verfügen über verschieden beschaffene Baginnenseiten. Der eine Teil der Bag sollte eine Feuchtigkeitsdämmung (Moisture-Guard) besitzen, der andere Teil eine Thermohülle (für Rackets und Bälle). Saiten und Bälle reagieren auf grosse Temperaturunterschiede und werden bei Minustemperaturen stumpf.