

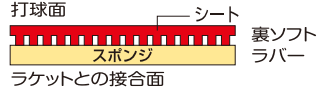
ラバー 基礎知識

ラバーは、ゴムでできていて「シート」と「スポンジ」の組み合わせにより、分類されます。主な種類とアイコンなどを紹介します。

ラバーの種類と特長

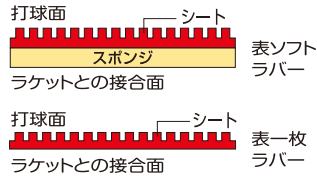
裏ソフトラバー

表面が平らで摩擦力が大きいため、回転をかけやすい。反発力を重視したもの、回転を重視したもの、攻撃用・守備用などさまざまな種類がある。攻撃型の選手を中心に、もっとも多く使われている。



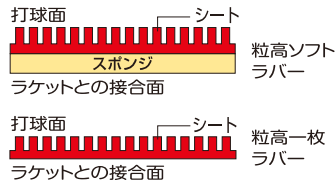
表ソフト／表一枚ラバー

表面にツブが出ているので、球離れが速い(スピードが出やすい)。裏ソフトに比べて回転量は少ないが、相手の回転の影響も受けにくい。速いラリーで勝負する選手が使うことが多い。



粒高ソフト／粒高一枚ラバー

表ソフトのツブの形状が長く、無回転のボールを出せる。回転がかかったボールに対しては、逆回転の変化にして返球できる。ボールの変化で勝負する選手が使用する。回転のかかるラバーとのコンビネーションで特長を発揮する。



貼り替え時期の目安

なぜ貼り替えるの？

シートはボールを打つたびにすり減ります。するとボールに回転をかけることができなくなってきます。スポンジは徐々に弾力が弱くなります。するとボールを飛ばす力が弱くなるのです。

ラバーはいつ貼り替えるの？

トップ選手は1週間程度で貼り替えます。一般的にはどの種類のラバーもだいたい80時間が替えどきといわれています。上手になるとラバーの中心部分にボールが当たりやすくなるのですり減ったり、弾力が弱くなったりするのが早くなります。

練習時間	交換の目安
毎日3～5時間	2～4週間で交換
毎日2～3時間	1～2ヶ月で交換
週2～3日	2～3ヶ月で交換(ラージは3～4ヶ月)
週1～2日	3～5ヶ月で交換(ラージは5～6ヶ月)

●裏ラバーの場合

使い込んだラバー



ラバーの端が欠けたり、表面に白い線が出たら替えどき。こなる前に替えましょう。

新しいラバー



新しいラバーは、ボールの引っかかりも良く、スポンジの弾力性もあるので威力のあるボールが出ます。

●表・粒高ラバーの場合

粒の角が丸くなったり根が少しでも切れたら交換しましょう。

スポンジの厚さによる違い

■スポンジの厚さによる性質の違い

	超極薄・極薄・薄・中・中厚・厚・特厚・MAX
スピード	小 → 大
コントロール	大 → 小
ディフェンス	大 → 小

■スポンジの厚さはさまざま

初心者には「中」や「厚」が使いやすく、スポンジが厚くなるほど、ボールにスピードや威力が出ますが、コントロールが難しくなります(また重くなるので、ラケットが振りにくくもなります)。ラバーは「スピードが出る=良い」ではありません。自分の技術や、目指す戦型に合わせてお選びください。

■スポンジの硬さもさまざま

シートを貼り合わせる前のスポンジの硬さを「スポンジ硬度」として数値化しています。数値低<35°<数値高
ソフト←ミドル→ハード
ソフト・ミドル・ハードは打球した時の感覚を表しています。ラケットとの組み合わせによって感覚が異なる場合があります。

ラバーアイコン・分類説明

➔ スポンジ厚さ アイコン

超極薄 0.4mm～0.7mm ULTRA SUPER THIN	極薄 0.9mm～1.2mm SUPER THIN	薄 1.2mm～1.4mm THIN	中 1.4mm～1.7mm MIDDLE
厚 1.7mm～1.9mm THICK	特厚 1.9mm～2.1mm SUPER THICK	MAX 2.1mm～ MAX (表ソフトのみ)	

※「中厚」表記があるものは1.5mm～1.7mm。「中」と「中厚」両表記あるものについては「中」が1.3mm～1.5mm。

➔ スポンジスピード アイコン

➔ スピード:15.25	🔄 スピン:14.50	↗️ 変化:11.50	↘️ スポンジ硬度:35.0
↑ ノディアスの値を10.00とした場合の比較値	↑ ノディアスの値を10.00とした場合の比較値	↑ 数値が大きいほど変化が出やすい	↑ シートを貼り合わせる前のスポンジの硬さ。数値低<35°<数値高 ソフト←ミドル→ハード

テンション

高い弾性を持つ。ラバーを構成するゴムを引っ張った(テンション)状態にしている。

AC(アクティブチャージ)

ゴム本来が持つ弾力性能を引きだし、シートとスポンジに張り感を持たせた状態。食い込み感抜群。

IE(エネルギー集約型)

合成ゴムと天然ゴムの比重を従来の高弾性に比べ、合成ゴムの比重を高め、弾みが良い。比較的軽量で扱いやすいのが特長。

高弾性

反発力に優れスピードが出しやすく、シートの摩擦力が強く回転をかけやすい。伸びのある曲線を描く弾道で安定性が良い。

Z9

弾力性の高い合成ゴム比率を極限まで高め、高いスピード性能を実現。

粘着性

ボールに強い回転をかけるのに適していて、弧を描く弾道で安定性がある。硬いラバーが多い。

高摩擦

微粘着成分をシートに配合。高弾性+回転性能で、攻守にわたり回転力を活かすことができるのが特長。

コントロール系

やわらかいスポンジとシートが主流で、ボールコントロールしやすい。反発力と摩擦力は低い。

変化系

ナックルなどのイレギュラーなボールを出しやすいのが特長。