

Besaitungsratgeber

Die Besaitung macht einen großen Anteil an der Leistung Deines Tennisschlägers aus. Viele Experten vertreten sogar die Meinung, dass die Wahl der Besaitung wichtiger sei, als die Wahl des Schlägers. Je nach Saite unterscheiden sie sich hinsichtlich: **Beschleunigung, Kontrolle, Spin, Haltbarkeit, Armschonung, Ballgefühl, Elastizität** und **Spannungsstabilität**.

Wann ist es Zeit für eine neue Saite?

Jede Tennissaite verliert mit der Zeit an Elastizität. Eine "tote" Saite kann zu **gesundheitlichen Schäden** führen. Zudem leidet das Spielvergnügen.

Es sollte daher **nicht länger als 2 bis 3 Monate** mit derselben Bespannung gespielt werden. Auch Freizeitspieler, die ihren Schläger nur selten benutzen, sollten die Saite spätestens alle 6 Monate wechseln. Denn die Saite verliert auch bei Nichtgebrauch an Spannung.

Unterschiede bei verschiedenen Arten von Tennissaiten

	Power	Elastizität	Ballgefühl	Armschonung	Haltbarkeit
Naturdarmsaite	sehr gut	sehr gut	sehr gut	sehr gut	befriedigend
Multifilamentsaite	gut	gut	gut	gut	gut
Polyestersaite	gut	ausreichend	gut	ausreichend	sehr gut
Nylonsaite	befriedigend	befriedigend	befriedigend	befriedigend	befriedigend
Hybridsaite	individuell	individuell	individuell	individuell	individuell

Saitendurchmesser

Tennissaiten gibt es mit Durchmessern von 1,05 mm bis 1,40 mm. Je dünner eine Saite ist, desto höher die Beschleunigung und das Gefühl. Je dicker, desto haltbarer ist die Saite. Bewährt haben sich Durchmesser von 1,20 bis 1,30 mm.

Besaitungshärte

Welche Besaitungshärte nun die richtige ist, kann niemand mit Bestimmtheit vorhersagen, da Empfindungen stets subjektiv sind. Meist hilft nur Ausprobieren. Als Anhaltspunkt gilt:

	22-24 Kilo	25-27 Kilo	28-30 Kilo
Power	viel	mittel	wenig
Kontrolle	wenig	mittel	viel
Haltbarkeit	viel	mittel	wenig
Ballgefühl	viel	mittel	wenig
Armschonung	viel	mittel	wenig

Tipps

Um die Haltbarkeit Ihrer Bespannung heraufzusetzen, sollten das Racket nie unnötig extremer Hitze, Kälte oder Feuchtigkeit ausgesetzt werden. Der Schläger sollte stets in einer dafür vorgesehenen Hülle oder Tasche aufbewahrt werden. Bei Schlägern, bei denen die Saite am Kopf etwas vorsteht, sollte ein Kopfschutzband angebracht werden, um Reibungen der Saiten am Boden und Sand in den Ösen zu verhindern.

Naturdarmsaite:

Die sehr aufwendige Herstellung aus Kuhdärmen erklärt den relativ hohen Preis der Naturdarmsaite. Dafür ist die Darmsaite nach wie vor unerreicht in Sachen Elastizität und Spannkraft. Sie vermittelt ein sagenhaftes Feeling und bietet bestmögliche Armschonung. Dadurch eignet sich die Darmsaite besonders für Spieler, die viel Komfort suchen.

Multifilament-Saite:

Die Multifilamentsaite kommt den idealen Spieleigenschaften der Naturdarmsaite am nächsten. Die Konstruktion der Saite ist extrem aufwendig. Hier werden viele Saitenstränge (Filamente) mit teilweise unterschiedlichen Filamentdurchmessern miteinander verwoben und ineinander verdrillt. Dadurch erhält die Saite nicht nur enorme Elastizität, sondern vermittelt zudem sehr viel Ballgefühl. Auch die Armschonung dieser Saitenart hat gegenüber Poly- und Nylonsaiten starke Vorteile. Die Haltbarkeit einer solchen Tennissaite ist im Verhältnis zu den hervorragenden Spieleigenschaften ausgezeichnet. Die Multifilamentsaite ist relativ teuer und eignet sich daher besonders für Tennisspieler, die einen hohen Anspruch an ihr Spielgerät haben.

Polyestersaite:

Polyestersaiten sind vor allem bei Turnier- und Mannschaftsspielern beliebt, weil sie relativ günstig sind und für einen gewissen Zeitraum sehr gute Spieleigenschaften besitzen. Daher sind Poly-Saiten hervorragend geeignet für Spieler mit hohem Saitenverschleiß.

Polyestersaiten bestehen im Wesentlichen aus einer einzigen Faser. Häufig wird dieser einzelne Strang noch von einer speziellen Beschichtung ummantelt. Daher werden Polyestersaiten auch Monofilament-Saiten genannt. Die einfache Struktur der Saite sorgt für ein hartes Feeling und lange Haltbarkeit der Saite. Die Beimischung von neuen Materialien und verbesserter Ummantelungen sorgte in den letzten Jahren für eine erhöhte Elastizität.

Nylonsaite:

Nylonsaiten sind aufgrund der Materialbeschaffenheit von Nylon sehr gut geeignet für die Herstellung von Tennissaiten. Nylon bietet von Grund auf eine relativ hohe Elastizität. Der Saitenaufbau von Nylonsaiten ist in der Regel nicht besonders aufwendig, aber zumeist komplexer als der Aufbau von Poly-Saiten. Die Spieleigenschaften sind entsprechend etwas komfortabler. Mit ihrer durchschnittlichen Haltbarkeit ist die Nylonsaite die richtige Wahl für den Durchschnittsspieler. Grade im Bereich der Nylonsaiten gibt es erhebliche Unterschiede in den Saiten. Die Standard-Nylonsaite ist wenig empfehlenswert, die etwas aufwendigeren Saiten hingegen kommen an die Spieleigenschaften einer Multifilamentsaite schon sehr nah.

Hybrid-Saite:

Unter Hybrid versteht man die Kombination unterschiedlicher Saitenarten, um die Vorteile der unterschiedlichen Saiten miteinander zu verbinden. Für die Längssaite empfiehlt es sich eine haltbare Saite zu wählen. In der Regel ist es aufgrund der stärkeren Bewegung und der daraus resultierenden Reibung, die Längssaite die zuerst reißt. Für die Quersaiten werden gerne Polysaiten oder Darmsaiten benutzt. Die Quersaite hingegen sollte möglichst elastisch sein und ein gutes Spielgefühl vermitteln. Hier wird gerne auf die Qualitäten einer Darmsaite, oder einer Multifilamentsaite gesetzt. Der große Vorteil einer Hybridsaite ist also, dass die vorteilhaften Eigenschaften der unterschiedlichen Saiten zu einer Saite verschmelzen, die hervorragende Spieleigenschaften und ausgezeichnete Haltbarkeit auszeichnet. Es gibt nahezu unendlich viele Kombinationsmöglichkeiten für Hybridsaiten, denn theoretisch kann man jede Saite mit einer anderen Saite kombinieren.