

# Guida alla scelta di un telaio da tennistavolo

(aggiornamento: novembre 2023)

## Sommario

Introduzione .....	2
Scopo della guida .....	2
Capire i telai .....	3
Composizione e design .....	3
Importanza nel gioco .....	3
Tipi di telai da tennistavolo .....	3
Telai universali (allround – abbreviazione ALL) .....	3
Telai per attaccanti (Offensive/OFF) .....	4
Telai da difesa .....	5
Caratteristiche principali da considerare quando si acquista un telaio da tennistavolo .....	6
Materiale del telaio .....	6
Spessore del telaio .....	6
Peso .....	7
Il tipo di manico .....	9
Velocità, effetti e controllo: l'equilibrio complessivo .....	11
Considerazioni sui prezzi .....	12
Reputazione del marchio .....	12
Comprendere il tuo stile di gioco: .....	13
Conclusione: .....	14

(Fonte: <https://www.megaspin.net/store/extra/blade-guide.asp>, tradotto in italiano e altre aggiunte specifiche di Riccardo Scotton, blog: <https://riccardott.blogspot.com/2024/01/guida-alla-scelta-del-telaio.html>)

## Introduzione

Che tu sia un principiante o un giocatore esperto, la scelta del telaio può fare la differenza.

Scegliere tra innumerevoli telai diversi può sembrare scoraggiante, ma non temere! Abbiamo creato questa guida per semplificare il tuo processo decisionale. Qui discuteremo le caratteristiche principali, esploreremo diversi tipi telai e metteremo in evidenza i marchi e i modelli più importanti disponibili.

Questa guida non è proprio di facilissima lettura e richiede un certo impegno, ma se arriverai fino in fondo ti consentirà di trovare la racchetta da tennistavolo adatta al tuo livello di abilità, stile di gioco e budget. Iniziamo!



Butterfly Viscaria

## Scopo della guida

Non esiste una combinazione perfetta di gomme e telaio, poiché giocatori diversi hanno esigenze e preferenze diverse. Tuttavia, ci sono alcune combinazioni più diffuse che funzionano bene per molti giocatori. In definitiva, il modo migliore per trovare la combinazione giusta per te è sperimentare e provare diverse opzioni. Solo perché una determinata combinazione è popolare o utilizzata dai migliori giocatori non significa che sia la scelta giusta nello specifico proprio per te.

# **Capire i telai**

## **Composizione e design**

Il design e la composizione di un telaio svolgono un ruolo fondamentale nelle prestazioni di un giocatore. Sebbene il mercato sia invaso da una miriade di combinazioni di legno e materiali compositi, non è necessario immergersi in profondità nelle sfumature scientifiche. Ciò su cui i giocatori dovrebbero concentrarsi è comprendere i materiali specifici utilizzati nella proprio telaio e gli effetti risultanti. Come regola generale, maggiore è il numero di strati di una telaio, più rigido diventa. Ad esempio, la maggior parte dei telai a 5 strati tendono ad essere più flessibili, consentendo un maggiore controllo e una maggiore capacità di generare effetti. Questo non vuol dire che i telai a 7 strati non possano produrre giri ed effetti impressionanti, ma la loro maggiore rigidità spesso richiede un livello di abilità più elevato per ottenere lo stesso effetto.

## **Importanza nel gioco**

La scelta di una racchetta da tennistavolo e delle relative gomme dovrebbe essere in linea con lo stile e il livello di abilità del giocatore. Selezionare una combinazione che non corrisponde all'abilità del giocatore può portare a problemi con la velocità e la potenza applicate. Pertanto, è fondamentale comprendere i fondamenti per abbinare il telaio e le gomme giuste al proprio stile di gioco e al proprio livello. Sebbene alcuni telai e gomme possano essere preferite dai professionisti, ciò non significa necessariamente che siano adatte ai giocatori ricreativi.

## **Tipi di telai da tennistavolo**

### **Telai universali (allround – abbreviazione ALL)**

I telai allround raggiungono l'equilibrio tra le possibili scelte. Sono più veloci dei telai difensivi, ma non hanno potenza quando si gioca da una distanza media o lontana dal tavolo. Diversi giocatori optano per i telai Allround per vari motivi:

### **Principianti e giocatori intermedi**

Coloro che stanno ancora affinando i colpi di base e il gioco di gambe spesso si orientano verso telai Allround. Offrono controllo e precisione, rendendoli ideali per i giocatori che stanno ancora sviluppando le proprie abilità fondamentali. Anche se abbinate a gomme più aggressive, questi telai mantengono una velocità controllata, grazie alla loro flessibilità e morbidezza che assorbe la forza di ogni colpo, traducendosi in una velocità della palla più lenta.

### **Giocatori versatili**

Questi sono giocatori che si affidano a un mix di strategie piuttosto che esclusivamente al solo gioco di attacco o solo gioco difensivo. Possono utilizzare blocchi, colpi potenti o sui posizionamenti dell'avversario.

### **Utilizzatori delle gomme puntinate**

I giocatori che bloccano prevalentemente con attacchi occasionali, soprattutto quelli che utilizzano gomme puntinate lunghe, utilizzano sia telai allround che telai rigidi. In questo modo si aumenta il “disturbo” delle gomme puntinate. ([confronto rimbalzi gomme lisce/gomme puntinate](#)).

Alcune rinomati telai Allround includono:

- Butterfly Andrzej Grubba
- Yasaka Sweden Extra
- JOOLA Roskopf Allround
- Stiga allround evolution
- Xiom Allround S

### **Telai per attaccanti (Offensive/OFF)**

I telai per attaccanti possono essere classificati in tre categorie distinte:

- OFF-
- OFF
- OFF+

Anche se generalmente tendono tutti verso un gioco più veloce, è un'idea sbagliata raggrupparli in un'unica fascia di velocità. Ogni categoria offre diversi gradi di velocità, controllo e precisione.

#### **Off-:**

Questi telai forniscono una buona velocità ma possono comunque soddisfare i principianti, soprattutto se abbinate a gomme più lente. Esempi inclusi:

- Butterfly Primorac
- Xiom Offensive S
- JOOLA Rossi Emotion
- Yasaka Ma Lin Soft Carbon

#### **Off:**

Questi telaio medio-veloci raggiungono un equilibrio, offrendo ai giocatori velocità e controllo. Sono preferiti da molti, compresi gli atleti di livello mondiale. Alcune scelte popolari in questa categoria sono:

- Butterfly Petr Korbel
- Yasaka Ma Lin Carbon
- JOOLA Classic Carbon Off
- Stiga Clipper

#### **Off+:**

Al massimo livello di velocità, questi telai non sono per le persone pavidie o indecise!. Richiedono esperienza, ottima mano e competenze affinate per sbloccare il loro pieno

potenziale. Caratterizzati dal loro rimbalzo, anche un colpo delicato offre una velocità impressionante. Molti di questi telai incorporano materiali avanzati o in fibra come ALC, ZLC, carbonio-aramide e TAMCA 5000. Esempi degni di nota sono:

- Butterfly Boll Tricarbon
- JOOLA Bomb Extrem MCD
- Xiom Stradivarius
- Stiga Carbonado 245

In sintesi, quando si sceglie un telaio di attacco OFF-, OFF, OFF+, è fondamentale considerare non solo la velocità, ma anche il livello di abilità del giocatore, lo stile di gioco e l'equilibrio desiderato tra controllo e potenza.

### **Telai da difesa**

Questi telai sono progettati su misura per un gruppo di giocatori di nicchia: chopper difensivi e bloccatori. Progettate per facilitare un taglio preciso, sia vicino che distante dal tavolo, questi telai si adattano a uno stile di gioco specifico. Sono comunemente abbinati a gomme con puntini lunghi sul rovescio, che ampliano e migliorano le loro capacità difensive.

Alcune scelte in questa categoria includono:

- Butterfly Diode V
- Victas Koji Matsushita
- Yasaka Sweden Classic
- Stiga Defensive Pro
- JOOLA Chen Defender

Sebbene progettati principalmente per il gioco difensivo, questi telai sono versatili. Sono abili nel gestire pesanti attacchi in topspin, ma mantengono anche la capacità di passare alla modalità offensiva quando richiesto. In sostanza, questi telai specializzati sono la scelta ideale per i giocatori che cercano una miscela perfetta di abilità difensiva con esplosioni offensive occasionali.

### **Telai “combo**

Generalmente i telai sono costruiti in modo simmetrico, ossia la composizione è analoga per entrambe le facce. Tuttavia, per ampliare ancora di più l'offerta, alcuni costruttori si sono ingegnati a realizzare dei telai con composizione diversa in modo da esaltare caratteristiche specifiche di gioco lato dritto/rovescio. Ad esempio un difensore moderno potrebbe avere l'esigenza di bloccare o toppare di rovescio con un lato più elastico e magari attaccare con più decisione dal lato dritto con un lato più rigido e veloce. Esempi di telai Combo sono prodotti da Der Materialspezialist:

- der-materialspezialist Wizard

# Caratteristiche principali da considerare quando si acquista un telaio da tennistavolo

## Materiale del telaio

### Strati superiori

Lo strato più esterno (quello a contatto con la gommapiuma) è fondamentale. Ecco alcuni dei più popolari strati:

- **Limba:** Ampiamente utilizzato grazie alla sua compatibilità con gomme dure cinesi e gomme veloci euro/giapponesi. Fornisce un rimbalzo più rapido rispetto all'Ayous pur mantenendo un grado di morbidezza per compensare la rigidità del telaio.
- **Ayous:** Conosciuto per le sue caratteristiche morbide e lente, è una scelta comune per i telai a tutto tondo.
- **Koto:** Tipicamente presente su telai ALC/ZLC medio-rigidi, Koto offre una superficie solida che garantisce rimbalzi robusti sui colpi potenti. Tuttavia, offre anche un tempo di "contatto" ( o dwell time) sufficiente, fondamentale caratteristica specifica per imprimere effetto alla pallina.
- **Hinoki:** Questo legno versatile può essere l'unico materiale per telai ad impugnatura a penna o essere uno dei componenti dei telai multistrato ad impugnatura classica. Hinoki trova un equilibrio tra rigidità e morbidezza, offrendo una deliziosa esperienza tattile. Notevoli telai OFF come Butterfly Sardius impiegano Hinoki.

### Strato centrale

Sotto gli strati superiori si trova lo strato centrale, che influenza la sensazione e le caratteristiche generali del telaio:

- **Kiri:** Presente prevalentemente nei telai Butterfly, Kiri offre una miscela di morbidezza e velocità, rendendola ideale per i giocatori che cercano controllo senza sacrificare la velocità.
- **Ayous:** Una scelta frequente tra marchi come Stiga e Xiom, questo legno è morbido e sottolinea il controllo. Telai famosi come Stiga Clipper Wood e Offensive Classic utilizzano nuclei Ayous.
- **Balsa:** Spesso integrato con strati in carbonio, il vantaggio principale della Balsa è la sua leggerezza. Tuttavia, la sua leggerezza richiede generalmente un telaio più spesso per mantenere l'integrità strutturale.

### Spessore del telaio

Lo spessore di un telaio da tennistavolo gioca un ruolo fondamentale nel determinare la sua rigidità e, per estensione, il suo comportamento generale durante il gioco. La costruzione del telaio, sia essa in legno puro o integrata con materiali compositi, può modificare queste caratteristiche.

### Effetto dei materiali compositi

L'impiego di materiali compositi come carbonio, ALC, ZLC, aramide-carbonio, trimetrix e arilato può modificare la rigidità del telaio senza alterarne significativamente lo spessore.

(Fonte: <https://www.megaspin.net/store/extra/blade-guide.asp>, tradotto in italiano da Riccardo Scotton <https://riccardott.blogspot.com/>)

Ad esempio, un telaio potrebbe avere uno spessore inferiore a 6 mm ma mostrare la rigidità di telai più spessi a causa della presenza di strati compositi secondari o terziari duri.

### **Spessore e prestazioni**

Inferiore a 6 mm: i telai con uno spessore inferiore a 6 mm sono generalmente percepite come in grado di offrire un controllo migliore, una manovrabilità più semplice e una maggiore capacità di produrre effetti. La loro flessibilità aiuta a generare effetti, specialmente durante i colpi in looping.

6 mm e oltre: I telai più spessi, invece, tendono a fornire maggiore potenza e velocità. La rigidità intrinseca di queste telai fornisce una solida piattaforma per colpi potenti, rendendole adatti a giocatori aggressivi che privilegiano la velocità rispetto allo spin.

### **Competenze oltre lo spessore**

Vale la pena notare che, sebbene lo spessore del telaio possa influenzare la produzione di effetti, il livello di abilità del giocatore rimane il fattore più significativo. Un giocatore esperto può generare effetti impressionanti anche con un telaio più rigido. Al contrario, senza una tecnica adeguata, anche un telaio flessibile non garantirà uno spin ottimale.

In sintesi, quando scelgono un telaio, i giocatori dovrebbero considerare il suo spessore e la sua composizione insieme al proprio stile di gioco e al livello di competenza. Il telaio giusto può integrare e migliorare i punti di forza e le preferenze naturali di un giocatore.

## **Peso**

- **Categorie di peso:**
  - **Telai leggeri:** Con un peso tipico tra 60-80 grammi, questi telai possono essere facilmente utilizzati, particolarmente adatti a coloro che fanno affidamento su reazioni e regolazioni rapide.
  - **Telai normali:** Con un peso di circa 85 grammi, questi telai offrono una sensazione equilibrata, adatta alla maggior parte dei giocatori.
  - **Telai pesanti:** Con un peso di 90 grammi o più, questi telai sono preferiti dai giocatori che cercano più slancio e stabilità nei loro colpi.
  -
- **Peso complessivo della racchetta:**
  - Il peso totale di una racchetta completa con due classiche gomme lisce (inverted rubber) di spessore massimo è idealmente compreso tra 180 e 185 grammi. Questo equilibrio fornisce al giocatore un peso sufficiente senza compromettere l'agilità.
  -
- **Peso e dinamica degli scambi:**
  - Il peso influisce direttamente sulla dinamica degli scambi. Racchette più pesanti impartiscono generalmente più velocità alla pallina, soprattutto a distanze maggiori dal tavolo.

- 
- **Equilibrio e "sensazioni":**
  - Anche se un setup intorno ai 185g rientra nella categoria media, potrebbe comunque sembrare scomodo se il bilanciamento del peso si sposta verso la testa del telaio. Questa sensazione di "testa pesante" può ostacolare i movimenti rapidi.
  - Un manico del telaio mal progettato o l'uso di gomme più dense e pesanti (soprattutto con la tecnologia in evoluzione nella produzione della gomma) possono amplificare questo squilibrio.
- 
- **Affrontare lo squilibrio:**
  - Per contrastare la sensazione di testa pesante, i giocatori possono:
    - Aggiungere un contrappeso alla base del telaio (ad esempio una moneta). Questo ridistribuisce il peso e ripristina l'equilibrio.
    - Aggiungere analogamente ai tennisti degli strati di gomma più vicino all'estremità dell'impugnatura, espediente che oltre ad assorbire il sudore in eccesso può regolare la distribuzione del peso e migliorare la sensazione complessiva.

**Il peso e il bilanciamento di una racchetta da tennistavolo non sono semplici valori numerici. Influenzano profondamente la sensazione, la dinamica dello swing e le prestazioni generali. Man mano che la tecnologia si evolve e nuovi materiali vengono introdotti nello sport, i giocatori devono rimanere informati e scegliere attrezzature che integrino il loro stile di gioco e le loro caratteristiche fisiche. Dai sempre la priorità al comfort e al controllo e ricorda che l'attrezzatura dovrebbe migliorare le abilità naturali, non ostacolarle.**



## Il tipo di manico



**Flared Handle**



**Straight Handle**



**Anatomic Handle**



**Chinese Penhold**

Il tipo di impugnatura di una racchetta da tennistavolo gioca un ruolo significativo nelle prestazioni di un giocatore, influenzando la presa, il controllo e il comfort generale. Esistono diversi tipi di manico e la scelta del manico si basa in gran parte sulle preferenze personali e sullo stile di gioco. Ecco una panoramica:

### **Manico svasato o concavo (FL).**

- **Design:** Più largo alle estremità, più stretto al centro (rastremato).
- **Vantaggi:** Offre una presa sicura ed è meno probabile che scivoli via di mano.
- **Variazioni:** Sono disponibili in varie forme, compresi i design squadrati e oblunghi. Alcuni marchi offrono una base più ampia o un design più stretto.
- **Utilizzo:** Il più popolare tra i giocatori con impugnatura classica (shakehand). Meno indicato per chi ha la mano grande.

### **Manico Dritto (ST)**

- **Design:** Rimane coerente nella sua larghezza dall'alto verso il basso.
- **Vantaggi:** Più facile da girare (cambiare lato). Alcuni giocatori ritengono che offra una adesione più naturale con il telaio.
- **Utilizzo:** Preferito da molti giocatori europei e da coloro che utilizzano gomme antispin.

### **Manico anatomico (AN)**

- **Design:**Presenta un rigonfiamento al centro, che imita l'anatomia di una mano.
- **Vantaggi:**Fornisce una perfetta aderenza all'incavo del palmo, offrendo un maggiore comfort.
- **Utilizzo:**La sua popolarità è diminuita ma è ancora disponibile in alcuni marchi.

### **Manico C-pen ( impugnatura Penhold o cinese).**

- **Design:** Corto e arrotondato, pensato per l'impugnatura a penna.
- **Vantaggi:**Principalmente orientato al dritto, ma consente la tecnica del rovescio a penna inversa, (penhold reverse backhand technique ) un adattamento moderno.
- **Utilizzo:**Popolare tra molti giocatori cinesi e altri asiatici e più recentemente adottato dal giocatore francese Felix Le brun.

### **Manico J-pen (impugnatura giapponese).**

- **Design:** Corto ma con testa del telaio squadrata e design del manico distinto.
- **Vantaggi:**Offre uno stile di presa unico, prevalentemente per i giochi di dritto.
- **Utilizzo:**Sviluppato dai giapponesi e rimane popolare in Giappone.

### **Impugnatura a pistola/impugnatura a bolo (RARI E ORMAI IN DISUSO)**

- **Design:**Imita l'impugnatura di una pistola o di un coltello bolo.
- **Vantaggi:**Fornisce una presa ergonomica e confortevole ma non incoraggia a giocherellare.
- **Utilizzo:**Meno comune ma offre un'esperienza di gioco unica.

In conclusione, sebbene esistano caratteristiche generali associate a ciascun tipo di manico, il manico ottimale dipende dalle preferenze individuali. I giocatori dovrebbero sperimentare diversi tipi di manico per trovare quella più comodo e che si adatti al proprio stile di gioco.

## **Velocità, effetti e controllo: l'equilibrio complessivo**

Raggiungere l'equilibrio ottimale tra:

- 1) Velocità,
- 2) Effetto
- 3) Controllo

in una racchetta da tennistavolo è un compito complesso. I produttori spesso affrontano sfide quando migliorano una caratteristica, poiché ciò può andare a discapito degli altri due.

### **Velocità**

- I telai più veloci spesso compromettono il controllo e lo spin.
- La velocità di un telaio è influenzata da fattori quali il tipo di legno o materiale composito utilizzato, il numero di strati e lo spessore.
- I giocatori con tecniche avanzate e movimenti del braccio più veloci potrebbero preferire telai più veloci.

### **Effetto**

- I telai ad alto indice di effetto consentono ai giocatori di generare più rivoluzioni sulla palla, imprimendo alla pallina traiettorie con maggiore curvatura che mettono in difficoltà l'avversario.
- L'aderenza della gomma e la flessibilità del telaio influenzano lo spin.
- I giocatori offensivi denominati "looper" spesso danno la priorità all'effetto per il proprio stile di gioco.

### **Controllo**

- Il controllo si riferisce alla capacità di un giocatore di posizionare la palla con precisione.
- I telai allround sono generalmente progettati per dare priorità al controllo rispetto alla velocità e allo spin.
- I giocatori principianti e di basso livello tecnico dovrebbero orientarsi verso telai che offrono un controllo migliore per padroneggiare i colpi e il posizionamento.

## **Considerazioni sui prezzi**

Sebbene il prezzo dell'attrezzatura possa rifletterne la qualità, è anche legato al livello di gioco e al budget del giocatore:

### **Principianti**

In genere, i principianti non dovrebbero investire molto poiché stanno ancora imparando le basi. Sono adatti telai e racchette preassemblate intorno ai 50 euro, soprattutto quelli prodotti in Cina più economici.

### **Giocatori da intermedi ad avanzati**

Per questi giocatori, che hanno abilità più raffinate e conoscono il proprio stile di gioco, si consiglia di investire in attrezzature che vanno da 100 a 150 euro.

### **Giocatori agonisti**

Gli agonisti e coloro che giocano ad un livello competitivo elevato, potrebbero optare per attrezzature di alto livello a partire da 250 euro. Spesso queste racchette hanno caratteristiche uniche pensate per il gioco professionale.

### **Reputazione del marchio**

Diversi marchi dominano il mercato del tennistavolo, ognuno con i suoi punti di forza unici:

#### **Butterfly**

Un marchio leader nel settore, noto per i suoi telai e gomme di alta qualità come Butterfly Viscaria e Timo Boll Spirit. L'attrezzatura Butterfly è spesso più costosa della media, anche se di ottima qualità.

#### **Marchi emergenti e affermati**

Aziende come Xiom, Andro, Stiga, Nittaku, DHS, Yasaka, JOOLA Victas, Yinhe offrono prodotti competitivi, spesso con una gamma più conveniente rispetto a Butterfly. Ad esempio, Stiga è rinomata per i suoi telai interamente in legno come Offensive Classic e Clipper Wood.

In conclusione, sebbene le specifiche tecniche e la reputazione del marchio siano essenziali, i giocatori dovrebbero dare priorità al comfort personale e allo stile di gioco nella scelta dell'attrezzatura. Provare diversi telai e gomme e chiedere consiglio ad allenatori o giocatori esperti può aiutare a prendere una decisione più corretta e informata.

## **Comprendere il tuo stile di gioco:**

### **Tipi di telai**

- Telai all-around: ideali per i principianti e i giocatori intermedi. Questi offrono il massimo controllo e generazione di effetti.
- Telai OFF- e OFF: adatti a chi ha un livello di abilità più elevato.
- Telai OFF+: consigliati per giocatori con tecnica di base ben sviluppata.
- Telai DEF: ideali per i giocatori difensivi che utilizzano puntini lunghi o gomme non convenzionali.
- NOTA BENE: in realtà i giocatori che utilizzano gomme puntinate possono adattarsi anche a telai rigidi offensivi, per questo l'esperienza specifica e lo stile di gioco hanno un ruolo fondamentale per la scelta del telaio più appropriato,

Da sapere prima dell'acquisto: è fondamentale comprendere il tuo gioco, concentrandoti sui colpi o sui colpi che usi frequentemente. Questa conoscenza ti assicura di investire nel telaio più adatto per il tuo stile di gioco.

## **Prendersi cura della racchetta:**

### **Manutenzione**

- Utilizzare una custodia per racchette da tennistavolo di qualità, preferibilmente imbottita, per proteggerla.
- Utilizzare pellicole protettive per mantenere la superficie in gomma priva di polvere.
- Conserva le racchette in luoghi freschi e asciutti.
- Pulisci le gomme dopo ogni utilizzo e assicurati che siano asciutte prima di utilizzare una pellicola protettiva.

### **Considerazioni sulla sostituzione per usura dei materiali**

- Telai: possono durare decenni a meno che non vi siano danni significativi da caduta o impatti violenti sul tavolo.
- Gomme: dipendono dalla frequenza e dall'intensità di utilizzo. I giocatori abituali potrebbero aver bisogno di sostituzioni ogni 3-4 mesi, mentre i giocatori competitivi potrebbero cambiarle mensilmente. Per chi fa allenamenti ridotti fino a sole quattro ore la settimana potrebbe bastare cambiare le gomme una sola volta all'anno, ma dipende soprattutto dal tipo di gomme.

## Conclusione:

### Punti chiave

- Il livello e il budget sono fondamentali nella selezione del telaio.
- Materiali diversi apportano qualità uniche al gioco.
- Marchi come Butterfly guidano il mercato, ma altri come Nittaku, Xiom, JOOLA, Stiga offrono alternative competitive.
- Il divertimento è la chiave per i giocatori occasionali; il controllo e l'equilibrio complessivo sono cruciali per i giocatori rivolti alla competizione e tornei.

### Raccomandazioni finali

- Generalmente un tipico telaio influisce per il 30/40% sulle prestazioni di gioco. Questo ovviamente se il telaio è stato scelto in base a delle considerazioni accurate. Nel caso in cui si utilizzasse un telaio sbagliato, inadatto per il proprio tipo di gioco l'handicap risultante è anche più elevato. Quindi è della massima importanza utilizzare il telaio più adatto, tra tutte le scelte possibili. Per molti giocatori, specialmente i principianti, la scelta dei materiali è un puzzle difficile, ma si sbagliano, perché all'inizio è molto più importante imparare la tecnica di base e affinare lo stile e tattica di gioco piuttosto che confondersi tra le troppe offerte presenti sul mercato (che in realtà spesso disorientano anche i più esperti). Questi qui sotto sono consigli sempre validi in generale.

- **Principianti:** optare per telai da ALL a OFF- abbinate a gomme più lente. Per chi è interessato ai marchi europei o giapponesi si consigliano gomme non Tensionate (EC o effetto colla fresca) con spessori della gomma fino a 2,1 mm.

**Esempio:**

**Donic Coppa**

**Yasaka Mark V**

*(Le possibili varianti delle due gomme sopra sono da evitare, rimanere nella versione classica specificata)*

- **Obiettivi generali:** anche se puoi restare con un telaio per sempre, esplorare diverse telai potrebbe migliorare le tue conoscenze, ampliare l'esperienza e il tuo gioco.

- Evitare combinazioni troppo veloci se sei un principiante: l'abbinamento di telai veloci con gomme veloci non è consigliato ai principianti.

- Giocatori di livello più alto: la combinazione di telai veloci con gomme veloci può essere utile per chi ha il livello di abilità necessario, soprattutto per giocare lontano dal tavolo.

In sostanza, comprendere il tuo stile di gioco e prenderti cura regolarmente della tua attrezzatura migliorerà significativamente la tua esperienza di tennistavolo. Fare scelte informate e restare in sintonia con le tue abilità in evoluzione ti garantirà di ottenere il meglio dal tuo gioco.

SE CONSIDERI QUESTA GUIDA E IL MIO LAVORO DI RICERCA, APPROFONDIMENTO E TRADUZIONE UTILI, SAREBBE CARINO SUPPORTARE IL MIO IMPEGNO A FAVORE DELLA DIFFUSIONE E COMPrensIONE DI QUESTO NOBILE SPORT, OFFRENDOMI L'EQUIVALENTE DI UNA BIRRA TRAMITE PAYPAL, (OPZIONE DONA AD UN AMICO), UTILIZZANDO QUESTO INDIRIZZO EMAIL:

[riccardotennistavolo@gmail.com](mailto:riccardotennistavolo@gmail.com)

ma non ti preoccupare anche se non mi offri nulla, essere arrivato nella lettura fin qui per me è già una soddisfazione e ti ringrazio comunque per la tua attenzione.