

La guida completa alla scelta di una gomma da ping pong

Di [Álvaro Munno](#)

Come nella maggior parte degli altri sport, l'attrezzatura che usi per giocare a ping pong ha un notevole impatto sull'esito delle partite e, soprattutto, sui tuoi progressi come giocatore.

La maggior parte dei principianti si **sentirà totalmente sopraffatta** dall'enorme **varietà di gomme** disponibili quando acquista la sua prima racchetta personalizzata, spesso [aggiornando da una racchetta preassemblata](#). Diamine, anche io faccio fatica a tenermi aggiornato con tutte le diverse marche, tipi e opzioni.

Alcuni giocatori diventano addirittura “drogati”. Questi giocatori amano cambiare continuamente la loro racchetta alla ricerca della configurazione perfetta.

Questi giocatori spesso non riescono a migliorare perché giocano sempre con racchette diverse e, quando si abituano, cambiano di nuovo.

Ti consigliamo di utilizzare la stessa racchetta il più a lungo possibile. Puoi massimizzare il più possibile la durata delle tue gomme [pulendole correttamente](#) . Dovresti anche riporre la tua racchetta in una [custodia di buona qualità](#) quando hai finito di giocare per proteggere le tue gomme.

Dovresti cercare di [sostituire le tue gomme](#) tante volte all'anno, mentre giochi in una settimana. Quindi, la maggior parte dei giocatori dovrebbe rivedere la propria attrezzatura un paio di volte all'anno.

In questa ampia guida, spiegheremo come funziona ogni tipo di gomma e il processo di pensiero alla base di come scegliere le **gomme perfette per te** .

Abbiamo studiato (e giocato con) ogni tipo di gomma da ping pong in modo esauriente e ti aiuteremo a **prendere la migliore decisione possibile** per il tuo **particolare stile** e livello di gioco.

Riepilogo

Ci sono 4 tipi principali di gomme con cui vedrai le persone giocare. Questi sono:

- Lisce
- Puntini corti SP (short pimples, pimple = puntino)
- Puntini lunghi LP (long pimples)
- Antitop

Ognuno di questi tipi di gomma ha caratteristiche davvero diverse, quindi abbiamo creato una tabella di confronto per aiutarti a capire rapidamente i diversi tipi di gomme da ping pong tra cui puoi scegliere.

<i>Gomme</i>	Lisce	P. corti	P. lunghi	Antitop
Velocità	8	8	5	4
Presa (grip)	9	6	2	3
attacco	9	8	4	1
Difesa	7	7	9	9
Versatilità	10	7	4	4
Popolarità	10	7	7	3

Per valutare la popolarità dei diversi tipi di gomme da ping pong, abbiamo anche [condotto un sondaggio con gli utenti di r/tabletennis](#) .

Dei 611 giocatori che hanno risposto, 476 giocano con lisce da entrambe le parti (77,9%).

Dei 135 giocatori rimasti:

- 52 giocano senza gomme lisce sulle racchette (8,5%),
- 41 con puntini corti su almeno un lato (6,7%)
- 35 con puntini lunghi almeno su un lato (5,7%)
- e solo 7 con antispin (1,1%)

Questi risultati sono coerenti con il fatto che la stragrande maggioranza dei giocatori ha uno stile offensivo.

Se stai cercando capacità **offensive** , non guardare oltre le gomme **lisce e a puntini corto** .

Le gomme lisce sono le gomme più aderenti, quindi puoi attaccare con colpi pericolosi e spinti. Queste gomme sono anche le più versatili grazie alle loro capacità di rotazione.

Se ti piace **attaccare** la palla piuttosto che dare molto spin, tuttavia, **i puntini corti** sono la soluzione migliore.

Li abbiamo segnati con un 8 per l'attacco perché non sono spinny come le gomme lisce, ma la loro traiettoria piatta, l'alta velocità e l'insensibilità agli effetti li rendono molto pericolosi sulla mano destra. Ne parleremo più avanti!

Se ti piace **difendere** piuttosto che attaccare, dai un'occhiata agli **antispin e ai puntini lunghi** . Queste gomme sono simili nel senso che hanno pochissimo grip, anche inferiore ai puntini corti, tanto che quando colpisci la pallina, invertono la rotazione.

In pratica, se il tuo avversario mette topspin sulla palla e tu la colpisci con queste gomme, restituirà una palla backspin. Le rotazioni nel tennistavolo possono essere davvero sorprendenti. Spiegheremo questo effetto più avanti!

Successivamente, entreremo nelle specifiche di ogni tipo di gomma da ping pong, a partire dal tipo più popolare, lisce!

Gomme da ping pong lisce



Photo: Tabletennis11.com

Foto: Tabletennis11.com

La stragrande maggioranza dei giocatori di ping pong utilizza **gomme lisce** (conosciute anche come **inverted rubber** o **pins out rubber**). Queste gomme sono chiamate lisce a causa della loro struttura "puntini-in". Sono "lisce" rispetto alle gomme puntini-out.

Queste gomme sono le più versatili. Ci sono gomme lisce per praticamente ogni livello e stile di gioco.

Il principale vantaggio delle gomme lisce risiede nella loro **elevata aderenza (grip)**. Ciò significa che le gomme lisce possono conferire alti livelli di rotazione alla palla.

Le gomme lisce sono le più intuitive da usare e puoi eseguire ogni tipo di colpo che c'è con le gomme lisce.

Se sei un principiante, ti consigliamo di **iniziare a utilizzare questo tipo di gomma** in modo che il tuo gioco non sia limitato dalla tua scelta di gomma. Iniziando con gomme lisce controllabili, puoi provare ogni stile di gioco e capire quale ti diverte di più.

Due fattori importanti determinano come giocherà la tua gomma. Questi sono lo **spessore della spugna** e la **durezza** della spugna.

Spessore della spugna

Lo spessore della spugna determinerà quanta velocità avrà la gomma. Se la spugna è più spessa, l'effetto di rimbalzo della gomma sarà maggiore.

Pensalo come un effetto molla in cui maggiore è la compressione della pallina sulla gomma, più velocemente verrà espulsa dalla "molla" (spugna).

Tuttavia, le spugne più spesse pesano di più quindi se volete una racchetta leggera vi consigliamo di non ottenere lo spessore massimo (almeno non su entrambi i lati).

- 2,0 mm e oltre se desideri velocità elevate.
- 1,6-1,9 mm se stai cercando un maggiore controllo ma hai comunque abbastanza potenza per attaccare
- 1,5 mm o meno per il gioco prevalentemente difensivo.

Durezza della spugna

Al contrario, la durezza della spugna determina come si sente la gomma, come reagisce alle palline in arrivo e quanto è facile impartire effetti.

Più **dura** è la gomma, **più difficile** è fare colpi di alta qualità con essa, poiché la palla non entra facilmente nella spugna.

Ma se hai una potenza sufficiente, queste sono le gomme più stabili e quelle che possono produrre la migliore velocità massima e spin. Ecco perché ogni giocatore professionista utilizza gomme super dure.

Le gomme dure richiedono un ottimo gioco di gambe e molta accelerazione. Non vanno bene per colpi lenti e non sono facili da usare

Al contrario, è abbastanza **semplice utilizzare gomme più morbide** . È molto facile attivare la spugna sulla maggior parte dei tuoi colpi e la gomma tende a far girare la palla quasi da sola.

Sono ottimi per i giocatori che non hanno la stessa accelerazione o un gioco di gambe adeguato poiché queste gomme possono aiutarli a far girare la palla più facilmente, essere più coerenti e, di conseguenza, farli sentire più sicuri quando giocano.

La fiducia è fondamentale nel tennis da tavolo. Devi reagire in frazioni di secondo. Non c'è tempo per dubitare.

È meglio "giocare sul sicuro" per quanto riguarda l'attrezzatura. Vuoi gomme su cui puoi fare affidamento e sai che quando colpisci la palla correttamente, atterrerà dall'altra parte 10 volte su 10.

Se hai gomme troppo veloci o dure per te, noterai che inizierai ad attaccare di meno o addirittura smetterai di attaccare del tutto perché non sarai sicuro se la palla atterrerà dall'altra parte del tavolo. Ricorrerai a bloccare e giocare in modo più passivo.

Utilizza gomme da ping pong che puoi padroneggiare.

Se sei un giocatore avanzato, tuttavia, puoi scegliere gomme più veloci e più dure poiché il tempo di gioco alla fine ti richiederà di aumentare la velocità.

Se sei un giocatore principiante o intermedio, puoi usare qualsiasi gomma da morbida a medio-dura, a seconda dei colpi in cui sei più bravo.

Prendendo me stesso come esempio, preferisco usare gomme medio dure o dure sul dritto perché posso colpire abbastanza forte, ma gomme morbide o medio morbide sul rovescio perché è il mio lato debole e ho bisogno di effetti facili e consistenza.

I 3 tipi di gomme lisce

Le gomme lisce possono essere di 3 diversi tipi:

- gomme europee/giapponesi
- gomme cinesi
- Gomme ibride

Di seguito, descriveremo in dettaglio le differenze tra questi tipi di gomme.

gomme europee/giapponesi

Questi tipi di gomme sono i più popolari. Sono le gomme più veloci che puoi trovare.

Le gomme europee e giapponesi sono **estremamente aderenti** e hanno **spugne ad alta tensione**. Generano rotazione a causa del modo in cui il foglio superiore (topsheet) "morde" la palla.

Tendono ad essere abbastanza **dinamiche** e sono ottime sia per i topspin che per il blocco poiché hanno un'elevata velocità "base". Puoi semplicemente bloccare la palla e la palla rimbalzerà sulla tua gomma, inviando al tuo avversario un tiro abbastanza veloce.

Puoi trovare anche gomme europee in ogni gamma di durezza. Puoi ottenere gomme europee morbide o dure.

Lo svantaggio principale di queste gomme è il gioco corto. Poiché queste gomme sono abbastanza veloci, può essere difficile ricevere la palla correttamente o toccare corto poiché la palla rimbalza sulla gomma abbastanza facilmente.

Le gomme europee molto veloci possono anche essere abbastanza difficili da controllare per la maggior parte dei giocatori.

La maggior parte delle gomme di Andro, Butterfly, Donic, Joola, Nittaku, Stiga, Tibhar, Victas, Xiom e Yasaka rientrano in questa categoria.

gomme cinesi

Le gomme cinesi sono probabilmente le **gomme** più spinose attualmente sul mercato. Questo perché sono appiccicose (tacky) invece di fare affidamento sulla presa, come le gomme europee. La maggior parte di queste gomme può raccogliere una palla dal tavolo usando la loro viscosità!

Le gomme cinesi sono generalmente **molto dure** . Ciò significa che le gomme cinesi vengono utilizzate principalmente sul lato dritto.

La maggior parte delle gomme cinesi ha spugne più lente e più dure delle gomme europee, quindi i principianti possono usarle, anche se potrebbe essere difficile per loro produrre colpi di alta qualità a causa della spugna dura.

Il principale svantaggio delle gomme cinesi, come abbiamo detto prima, è che non sono affatto elastiche, quindi sono **più difficili da usare rispetto alla maggior parte delle gomme europee** .

Non puoi semplicemente bloccare la palla perché restituirà una palla lenta, e devi attaccare con forza perché se non lo fai rischierai di inviare un attacco innocuo al tuo avversario.

Per poter utilizzare le gomme cinesi ad alto livello, devi avere **colpi molto forti e un ottimo gioco di gambe** .

Le gomme cinesi hanno molti vantaggi rispetto alle gomme europee. Il servizio e il gioco corto sono più facili grazie alla loro viscosità e alla bassa velocità di base e generalmente sono più economiche delle gomme europee.

Sono anche molto difficili da "toccare il fondo" a causa delle loro spugne dure e dei fogli superiori appiccicosi. La rotazione di queste gomme può far atterrare anche i colpi più veloci dall'altra parte del tavolo e le spugne dure continuano a dare velocità, a condizione che i tuoi colpi siano abbastanza veloci.

Per questo tutta la Nazionale Cinese gioca con le gomme cinesi!

DHS, 729 e Yinhe sono i principali produttori di gomma cinesi.

Gomme ibride

Gli ibridi sono una **nuova categoria** di gomme. Queste gomme hanno fogli superiori appiccicosi come quelli che si trovano nelle gomme cinesi abbinate a spugne tese, come quelle che si trovano nelle gomme europee.

Queste gomme sono state create per **unire il meglio di entrambi i mondi** e alcune gomme hanno raggiunto proprio questo. Tuttavia, ci sono giocatori che pensano che queste gomme non siano niente di speciale, dal momento che alcuni modelli non sono veloci come le gomme europee né spinti come le gomme cinesi.

Le gomme ibride sono generalmente equilibrate e presentano pochi punti deboli, che dipendono dal modello particolare.

Le gomme ibride più popolari sono Butterfly Dignics 09c (usata da Timo Boll, Tomokazu Harimoto e altri!), [Yasaka Rakza Z](#) , la serie Donic Bluegrip e la serie Tibhar Hybrid.

I nostri consigli

Se non hai ancora uno stile definito, o per giocatori allround che combinano attacco e difesa.

Consigliamo **gomme europee controllabili** come Yasaka Rakza 7 soft, Donic Baracuda, Tibhar Vari Spin, Victas VJ > 07 Regular e la maggior parte delle gomme contrassegnate come "allround" o "controllabili".

Per i principianti che vogliono sviluppare uno stile offensivo.

Consigliamo **gomme offensive ma controllabili** come Yasaka Rakza 7, Rakza 7 soft, Donic Baracuda, Donic Bluefire M2 o M3 o Andro Hexer Grip.

Ti consigliamo di utilizzare gomme più morbide sul rovescio.

Puoi anche scegliere DHS Hurricane 3 neo se vuoi seguire la rotta delle gomme cinesi. Tieni solo presente che avrai bisogno di un ottimo gioco di gambe e tecnica per farne un buon uso.

Per i giocatori che vogliono essere difensori.

Se vuoi giocare come difensore, molto probabilmente utilizzerai **puntini lunghi sul rovescio**, quindi avrai solo 1 gomma liscia, quella sul dritto.

La maggior parte dei difensori moderni dovrà attaccare sul dritto in modo che i loro avversari debbano essere cauti e abbiano una certa urgenza di attaccare il difensore perché se non lo fanno, a un certo punto verranno attaccati.

Se vuoi attaccare sul tuo dritto, usa una normale gomma offensiva come Rakza 7, Donic Bluefire o anche Tenenergy se sei avanzato.

Ti consigliamo di usare Rakza 7, Tibhar Vari Spin o Victas VJ > 07 Regular se vuoi essere in grado di attaccare e tagliare anche sul dritto.

Se vuoi solo tagliare, spingere e bloccare, puoi usare gomme puramente difensive come Nittaku Moristo DF, Butterfly Tackiness Chop o qualsiasi gomma lenta con uno spessore di 1,5 mm o meno.

Per giocatori offensivi intermedi.

Per i giocatori offensivi di livello intermedio, consigliamo [Yasaka Rakza 7](#), Rakza 7 soft, la linea Nittaku Fastarc, la linea [Xiom Vega](#), Donic Bluefire M2, Andro Rasanter R42, R47 e Victas V > 15 Extra.

Queste sono tutte **gomme da medio-morbide a medio-dure ad alta tensione** che sono molto veloci e spinose ma mantengono un controllo sufficiente. Consigliamo gomme più morbide sul rovescio.

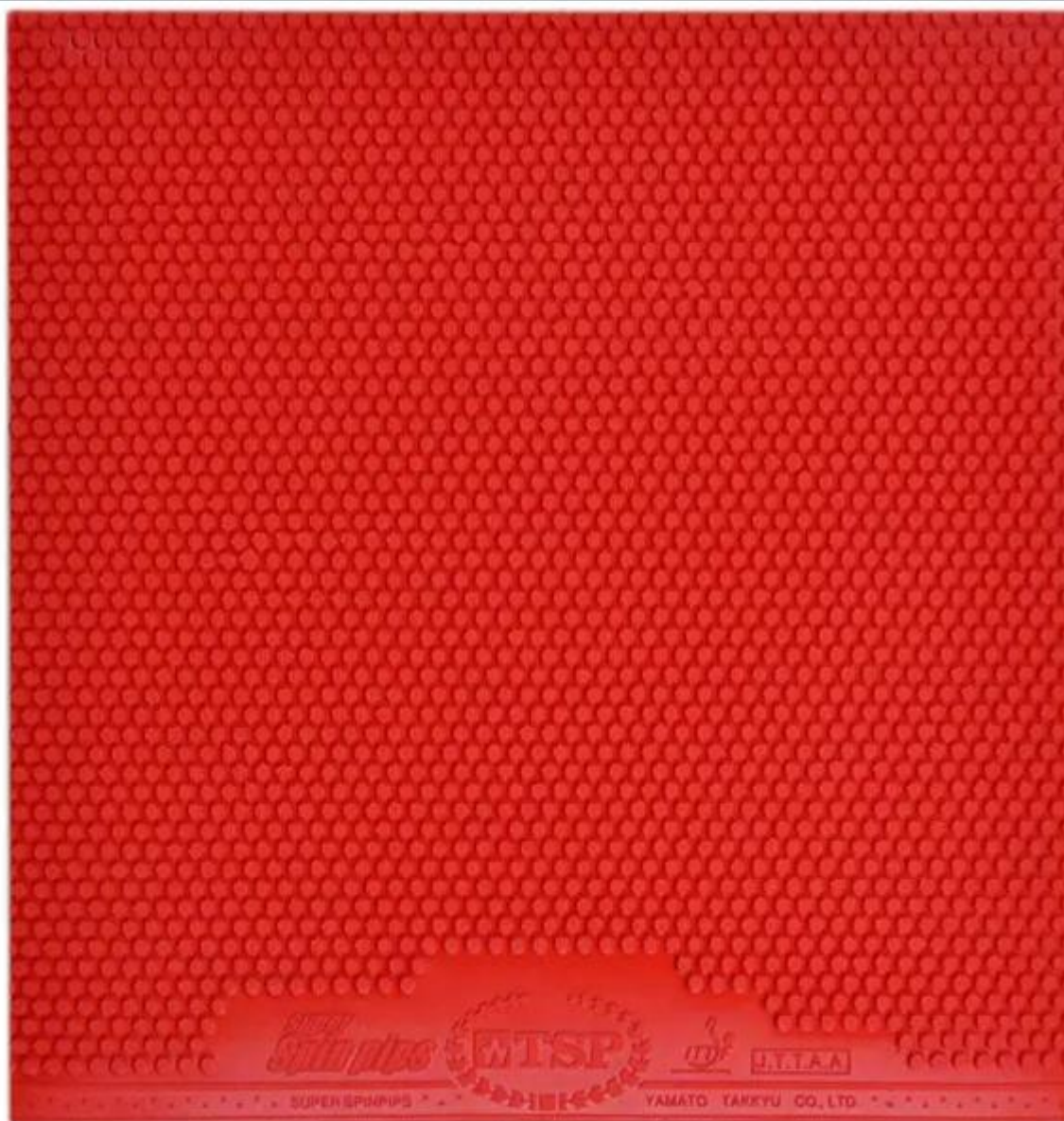
Per giocatori avanzati

Per i giocatori esperti, consigliamo le gamme Butterfly Tenergy e Dignics, [Tibhar Evolution MX-P](#), [Fastarc G-1](#) e Donic Bluestorm. Queste gomme sono spesso utilizzate da giocatori professionisti di tutto il mondo.

Nota che alcuni giocatori avanzati e la maggior parte dei giocatori professionisti [potenziano](#) le loro gomme con sostanze chimiche speciali come il booster Falco Tempo Long e il booster Haifu Seamoon.

Gomme da ping pong puntini corti

L'opposto delle gomme lisce sono i puntini corti. Sembrano così:



In sostanza, sono **gomme lisce con puntini rivolti verso l'esterno** . Il vantaggio principale dei puntini corti è che non hanno la stessa presa delle gomme lisce.

Potresti chiederti, perché avere meno grip è un vantaggio? Sebbene queste gomme non possano produrre tanto spin quanto le gomme lisce, **assorbono anche molto meno spin** .

Questo rende molto più facile gestire qualsiasi tipo di rotazione in arrivo. La gomma non è influenzata tanto dalla rotazione che il tuo avversario impartisce alla palla. Puoi semplicemente colpirlo e bloccare i colpi carichi di effetto quasi senza sforzo.

Ricevere servizi, controbattere, guidare, bloccare, tutti questi colpi sono più efficaci con puntini corti.

Se sei un giocatore che non ha bisogno della presa extra fornita dalle gomme lisce, ti consigliamo vivamente di provare i puntini corti.

Se ti piace **colpire la palla piuttosto che farla girare**, provali! I puntini corti possono essere usati sia sul dritto che sul rovescio.

L'uso di puntini corti su un lato e lisce sull'altro è un'ottima combinazione perché farai girare la palla sul lato lisce e la schiaffeggerai con forza con i puntini corti.

Questo crea un effetto devastante. I tuoi avversari saranno confusi perché quando colpisci con la gomma invertita dovranno bloccare una palla pesante in topspin e quando colpisci con piccoli puntini dovranno affrontare tiri rapidi, piatti e senza spin.

È molto difficile avere a che fare con giocatori esperti che usano questo stile.

Lo svantaggio principale è che i puntini corti sono piuttosto **limitati** nelle loro capacità rispetto alle gomme lisce. Non puoi attaccare le palle basse poiché i puntini corti non afferrano la palla e sono molto **meno indulgenti rispetto a quelli lisce** .

Spesso, i giocatori lisce sbagliano leggermente e la palla entra comunque, a causa della rotazione intrinseca della gomma. Questi tipi di colpi escono quasi sempre se stai giocando con puntini corti poiché la **traiettoria è molto più piatta** .

La palla non cade da sola. La traiettoria è quasi completamente piatta, quindi devi colpire in anticipo o nella parte più alta del rimbalzo, altrimenti la palla volerà via.

Il campione del mondo di ping-pong di doppio 2021 [Mattias Falck](#) è noto per il suo stile di attacco incessante sul dritto a puntini corti. Un altro molto noto attaccante puntini corti è He Zhi Wen che adotta l'impugnatura a penna



Ci sono anche alcuni **difensori di livello mondiale** come [Hou Yingchao](#) e [Yuto Muramatsu](#) che preferiscono tagliare con puntini corti perché non assorbono tanto spin quanto le gomme lisce ma possono impartire più effetti da soli rispetto ai puntini lunghi.

Alcuni puntini corti sono conosciuti come puntini corti spinny, come Nittaku Moristo o Yasaka Rakza PO. Questi puntini vanno bene per tutto. Puoi colpire meglio di invertire e puoi ancora eseguire il loop, anche se con meno spin.

Altri sono puntini corti più "tradizionali", come Butterfly Speedy PO e 729 563. Questi puntini non sono così aderenti, quindi l'effetto di colpire attraverso gli effetti è ancora più pronunciato, anche se non puoi affatto eseguire il loop con loro.

Gomme da ping pong a puntini lunghi

I puntini lunghi non sono per niente come le gomme di cui abbiamo parlato prima. Se hai giocato contro di loro, saprai di cosa parlo!

Sono simili ai puntini corti, ma i puntini sono più alti. Sembrano così:



Hai mai colpito una pallina da ping pong in modo che rimbalzi prima sul pavimento, poi colpisce un muro? Se non l'hai mai fatto, provalo ora!

Quando lo colpisci inizialmente, la palla rimbalzerà sul pavimento e avrà un topspin. Ma quando torna da te dopo aver colpito il muro, porterà backspin!

Il muro ha pochissima presa, quindi la palla mantiene quel topspin che aveva inizialmente. Il giro è inalterato, ma ora la palla sta tornando da te.

L'asse di rotazione della pallina è invariato, ma la **direzione in cui sta viaggiando è l'opposto**. Questa è la differenza tra topspin e backspin.

I video che Greg Letts ha nel [suo articolo sui puntini lunghi](#) sono di grande aiuto per comprendere questo concetto

I puntini lunghi funzionano esattamente come il muro. Invertono **la rotazione della palla** e ne aggiungono alcuni, a causa dell'effetto piegante dei puntini.

Se colpisci il topspin contro i puntini lunghi, la palla tornerà come backspin. Se premi il backspin, tornerà come topspin. Lo stesso concetto vale per entrambi i sidepin.

Quindi chi dovrebbe usare i puntini lunghi?

I puntini lunghi sono utilizzati principalmente da 2 tipi di giocatori: difensori e pushblocker.

I difensori usano puntini lunghi perché è più facile eseguire il **chop** che con le lisce. Se l'avversario esegue un topspin contro puntini lunghi, lo spin verrà automaticamente trasformato in backspin, a causa della natura del LP.

Tagliano la palla per aggiungere un po' di rotazione, creando palle incredibilmente difficili per i loro avversari, poiché più gli attaccanti mettono in rotazione la palla, più backspin riceveranno dal difensore.

Lo svantaggio principale di queste gomme è che **dipendono dalla rotazione** che la palla sta già trasportando.

Ciò consente all'avversario di spingere la palla backspin per ottenere una palla topspin facile che può attaccare, quindi respingere il ritorno backspin, così via e così via.

Questo è il motivo per cui si consiglia ai difensori di **girare le racchette** (cambiando il lato che colpisce) in modo che quando l'attaccante spinge la palla verso i puntini, possano cambiare in invertita e spingerla indietro con ancora più backspin, invece di restituire una facile palla in topspin con puntini lunghi.

Gli altri giocatori che fanno buon uso dei puntini lunghi sono Pushblockers.

Questi giocatori tendono a **restituire la palla** ai loro avversari e beneficiano del backspin passivo che la palla ottiene quando blocca.

Se sei "un muro" e preferisci confondere i tuoi avversari con giri complicati mentre li muovi piuttosto che muoverti troppo, ti consigliamo di provare questo stile.

Molti giocatori più anziani adottano questo stile perché consente loro di rimanere competitivi, anche se non possono muoversi altrettanto bene. Questo stile si basa su un tocco eccezionale, un posizionamento eccellente e tattiche intelligenti.

Gomme da ping pong antispin



Photo: [Butterfly Super Anti](#)

Foto: [Farfalla Super Anti](#)

Le gomme antispin sono essenzialmente gomme lisce che hanno poca o nessuna presa. Per questo motivo, funzionano in modo abbastanza simile ai puntini lunghi.

La maggior parte dei giocatori antispin giocano vicino al tavolo e usano il loro antispin per **creare opportunità per attaccare** con il dritto.

Andrea Aschiero è un ottimo esempio di questo stile. Usa il suo anti per forzare errori e ritorni deboli, che attacca con il dritto. Forza molti errori bloccando la palla corta e bassa sopra la rete con la sua gomma antispin.

Qui il link al video:

https://www.youtube.com/watch?time_continue=24&v=IpYln6Y9oQM&feature=emb_logo



Il problema con l'antispin è che non è molto efficace usarlo 2 volte di seguito. Hanno lo stesso difetto dei puntini lunghi (se l'avversario spinge sull'anti, restituisce una palla in topspin facile e lenta che l'avversario può attaccare).

Questo effetto negativo è ancora peggiore con le gomme antispin perché sono gomme lisce. Non hanno l'imprevedibilità dei puntini lunghi quando si piegano.

Il vantaggio principale dell'antispin è il controllo che hanno, e la maggior parte delle gomme antispin invertono più spin passivamente rispetto ai puntini lunghi, ma non è facile aggiungere più spin come con i puntini lunghi.

Raccomandiamo l'antispin per i giocatori che non si sentono a proprio agio o non amano attaccare con il rovescio e hanno buoni colpi topspin di dritto, in particolare buoni open-up, dal momento che dovranno sollevare il backspin quasi in ogni punto.

Sono un ottimo strumento per spezzare il ritmo del tuo avversario, forzare alcuni errori facili, semplificare la ricezione del servizio e creare opportunità per attaccare.

Riepilogo: quali gomme da ping pong dovresti scegliere?

In conclusione, consigliamo le gomme da ping pong lisce per la maggior parte dei giocatori, tuttavia, puntini corti, puntini lunghi e antispin sono molto efficaci per determinati scenari.

Per riassumere, consigliamo:

Per i **principianti che non hanno uno stile definito e giocatori allround** : Gomme lisce controllabili, presa (grip) moderata. Spessore compreso tra 1,6 e 2,0 mm

Per i **principianti** che vogliono sviluppare uno **stile offensivo** : Gomme lisce con buon controllo, gommapiuma soft. Spessore compreso tra 1,8 e 2,0 mm

Per giocatori **offensivi intermedi** : Gomme lisce, mai eccessivamente veloci per non perdere il controllo. gommapiuma soft o media, Spessore compreso tra 2,0 mm e MAX.

Per giocatori **offensivi avanzati** : dipende dalle preferenze personali, ma la maggior parte dei giocatori usa gomme lisce veloci e gommapiuma dura. Spessore consigliato: MAX

Per i giocatori che **preferiscono colpire piuttosto che fare loop** : puntini corti. Lo spessore della piuma dipende dal livello del giocatore e dalle preferenze personali.

Per i **difensori** : gomma liscia sul dritto, puntini lunghi con spugna sul rovescio. Puoi anche provare a choppare con puntini corti.

Per **pushblocker** : gomma di controllo sul dritto, puntini lunghi sul rovescio, senza spugna (OX).

Per i giocatori con un **diritto forte** ma **un rovescio debole** : una gomma liscia offensiva sul lato del diritto e una gomma liscia controllabile e morbida sul lato del rovescio. Potrebbe valere la pena provare puntini corti, puntini lunghi o antispin sul rovescio, a seconda di quali colpi si adattano di più al giocatore.

Per i giocatori con un **diritto debole** ma **un rovescio forte** : gomma liscia con grip controllabile sul lato del diritto, gomma liscia con capacità offensive sul lato del rovescio. Potrebbe valere la pena provare puntini corti sul dritto se sono bravi a colpire la palla.

Le gomme da ping pong sono un argomento piuttosto complesso.

Ricorda i giocatori professionisti più forti utilizzano gommapiuma super dura. Non sei un pro? allora vai su gommapiuma soft o medie.