

Merkblatt Junioren-Stöcke

Informationen zu Stockhärte und –länge für Junioren

Stockhärte

Unihockey-Stöcke verfügen über eine unterschiedliche Härte, auch Flex genannt. Dieser Flex (von ca. 23 bis 40) ist auf den meisten Stöcken angeschrieben.

Der Flex wird wie folgt bestimmt: Der Stockschaft wird an beiden Enden aufgelegt – und in der Mitte wird ein Gewicht angehängt. Die Biegung wird gemessen und in Millimeter als Flex angegeben. Folglich: Je tiefer der Flex, desto härter der Stock!

Kinder benötigen einen Stock mit Flex 30 bis 36. Stöcke mit Flex 29 und tiefer sind für Kinder zu hart und daher nicht geeignet. Sie können diese Stöcke bei der Schussabgabe nicht durchbiegen und die Energie des Schusses wird zurück auf die Arme der Kinder übertragen.

Stocklänge

Die Länge des Stockes kann das Spiel des Kindes negativ beeinflussen. Es hindert das Kind einerseits beim technischen Spiel mit dem Ball und es werden aufgrund des zu langen Stockes falsche Grundtechniken antrainiert. Damit das Kind den Stock am Griffband halten kann, muss es die Hände über die Hüfte halten, was weiter zu Haltefehler im gesamten Bewegungsapparat zur Folge hat.



Kinderstöcke sollten eine Länge zwischen Bauchnabel und maximal Brustbein aufweisen. Zu lange Stöcke sind unbedingt zu kürzen!

Unihockey-Stöcke sind immer vom oberen Ende her zu kürzen. Entfernen Sie dazu Griffband und Verschlusskappe und kürzen Sie den Stock auf die gewünschte Länge. Anschliessend befestigen Sie die Kappe und das Griffband wieder. Bei ihrem Stockkauf passen wir ihren Stock gerne auf die richtige Länge an.

Teure „Profi-Stöcke“ sind für Kinder nicht geeignet. Kinder benötigen Stöcke, die ihrem Alter, ihrem Gewicht, ihrer Kraft und ihrer Grösse angepasst sind!