

## **Algemene informatie over hockeysticks**

### **Algemeen**

Een stick mag tussen de 340 gram en 794 gram wegen. Daarnaast moet de stick door een ring met een diameter van 5,10 cm kunnen worden gehaald. Als een stick daar niet doorheen kan, mag er niet mee worden gespeeld.

### **Materiaal**

Er zijn 2 soorten sticks :

- composite sticks : volledig kunststof sticks;
- houten sticks ( bijna altijd versterkt met kunststof vezels ).

### **Composite**

De laatste jaren heeft de composite stick de houten stick bijna volledig verdrongen. De composite stick is volledig van kunststof gemaakt en bestaat bijna altijd uit 2 of 3 verschillende kunststoffen. De verschillende kunststof vezels zorgen voor verschillende eigenschappen:

- Fiberglas : zorgt hoofdzakelijk voor overall stevigheid en duurzaamheid;
- Carbon : zorgt voor extra stijfheid en daardoor voor meer power;
- Kevlar / Aramide: zorgt voor extra stijfheid, impact reductie en trillingsdemping.

De grote voordelen van composite sticks zijn:

- constante vorm en kwaliteit;
- mogelijkheden om stick een bepaalde vorm mee te geven (zie bending);
- geen invloed van vocht en dus langere levensduur;
- sterker / minder kans op breuk;
- extra mogelijkheden om sticks stijver te maken (en dus meer power);
- licht en sterk.

### **Houten sticks**

Meer dan 100 jaar is hout het belangrijkste materiaal voor hockeysticks geweest. Inmiddels is de houten stick voor het grootste gedeelte vervangen door de composite stick. Hout wordt nu nog vooral gebruikt in kindersticks (vanwege de prijs en het feit dat kinderen nog snel uit hun stick groeien).

Voor volwassenen wordt hout nog hoofdzakelijk gebruikt in de duurdere sticks waarbij deze sticks met verschillende kunststof vezels versterkt zijn. Net zoals bij de composite sticks zorgen de verschillende kunststof vezels voor verschillende eigenschappen (zie composite sticks)

De kunststof versterkingen worden op 2 verschillende manieren verwerkt:

- Kunststof stroken die aan beide "platte" zijden van de stick worden geplaatst;
- "kousjes" van kunststof vezels die de stick rondom versterken.

De onderkant van de haak wordt bij houten sticks meestal extra versterkt om snelle slijtage op kunstgras te voorkomen.

### **Belangrijkste eigenschappen en onderdelen van een stick**

Bij de keuze van de juiste hockeystick is het belangrijk om te weten welke verschillen er zijn. De verschillen worden veroorzaakt door de onderstaande eigenschappen/onderdelen.

### Stijfheid

Sticks zijn niet allemaal even stijf: de gebruikte kunststof vezels en de manier waarop die vezels verwerkt zijn bepalen hoe stijf een stick is. Een stijvere stick heeft meer power dan een minder stijve stick, maar geeft uiteraard een ander gevoel. Naast de behoefte aan meer of minder power speelt persoonlijke voorkeur dan ook een belangrijke rol. Veel aanvallers kiezen bv voor een iets minder stugge stick voor wat meer controle.

Om de verschillen in stijfheid zichtbaar te maken gebruikt Dita de zgn "power index".

### Gewicht

Sticks worden in verschillende gewichten gemaakt. Het gewicht van houten sticks wordt vaak in ounces aangegeven (18 ounce tot 23 ounce)/ Het gewicht van de composite sticks wordt meestal met Light, Medium en Heavy aangegeven. Over het algemeen kiezen aanvallers voor een lichtere stick (maakt snellere stickhandling mogelijk) en kiezen verdedigers voor een zwaardere stick (meer power voor bv de lange pass).

### **Haak**

De haak van de stick wordt in verschillende "vormen" gemaakt.

We onderscheiden de volgende typen :

- Shorti: veel gebruikte haak omdat deze vorm een uitstekende combinatie biedt tussen controle en snelle stickhandling.
- Midi: de Midi haak is ongeveer ½ inch langer dan de shorti en biedt door het grotere oppervlak voordelen bij de aanname van een pass en bij backhand slagen.
- Maxi: de Maxi haak heeft een groter oppervlak en biedt daardoor meer controle bij de aanname en voordelen bij het verdedigen. De Maxi haak biedt ook voordeel bij de sleeppush.
- Hook: J-vormige haak met groot oppervlak dus voordelen bij aanname, sleeppush en verdedigen.

### **Kromming**

Alle hockeysticks zijn licht, naar binnen toe, gebogen. Deze kromming van de stick wordt ook wel "bending" genoemd en wordt uitgedrukt in mm's. De kromming van de meeste sticks ligt tussen de 16 en 25 mm, maar er worden ook sticks met meer kromming aangeboden (bv 33 mm). Sticks met meer bending worden vooral gebruikt door spelers die de sleeppush hanteren omdat daarbij de bal van achter het lichaam vandaan moet komen.