

# ニッターがオススメするラケットの選び方

## プレイスタイルに合ったラケット選びを!

ラケットの合板構成は大きく分けて3種類あります(P47参照)。中でも現代卓球において主流な木材合板(5枚)・特殊素材アウタータイプ・特殊素材インナータイプについて解説します。

ラケットを選ぶ条件として、スピードや打球感があげられますが、スピードが高いとコントロールが難しかったり、コントロールを重視しすぎると飛距離が物足りなかったり…特徴は様々です。

自分の長所を伸ばしたり、短所を補えるような、プレイスタイルに合ったラケットを選びましょう!

※以下は一般的な特徴です。性能によって異なることもあります。



平野 早矢香  
(ミキハウススポーツ  
クラブアドバイザー)

### ▶ コントロール性能に優れる木材合板(5枚)

球持ちがよく、コントロール性能に優れるのが特徴です。弾みがほどよく扱いやすいため、初級者のフォームづくりにも適しています。また、インパクトの感触が手に伝わりやすいため、自分で打っている感覚を求めるプレイヤーにオススメです。

合板の枚数が増えるほど弾みがよくなる傾向にあるため、5枚で物足りない場合は7枚を選ぶのも◎

初めてのラケットはコレ!



サナリオンS(P36)



リーブス(P37)

ステップアップするならコレ!



ラティカ(P33)



トリパス(P35)

石川佳純選手  
監修!



佳純 ベーシック(P32)

### ▶ パワーヒッターを目指す人に最適な特殊素材アウタータイプ

特殊素材を外側に挟み込むことで、球離れが速く、スピードが出やすいのが特徴です。反発力が高いため、相手の強打にも打ち負けづらいです。また、台から距離をとっても飛距離が出やすいため、パワーヒッターを目指す人にオススメです。

カーボンの  
エントリーモデル!



イズカーボン(P35)

掴みと飛距離を  
両立!



暁炎(P24)

伊藤美誠選手  
モデル!



伊藤美誠カーボン(P26)

### ▶ 飛びと球持ちのバランスに長けた特殊素材インナータイプ

特殊素材を内側に挟み込むことで、飛びと球持ちのバランスに長けることが特徴です。アウターよりも球持ちがよくコントロールがしやすいため、台上プレーも安定します。木材の安定感を残しつつ、木材だけでは飛びが物足りないと感じている人にオススメです。

インナーラケットの  
決定版!



アコースティック  
カーボンインナー(P28)

掴みと飛距離を  
両立!



蒼天(P24)

早田ひな選手  
モデル!



Hina Hayata H2(P30)

※戦型別の主要製品については、P45のラケット一覧表をご参照ください。