

Comment bien choisir sa raquette de squash?

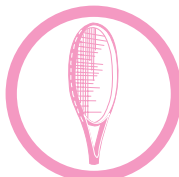
Bien choisir sa raquette est une étape qu'il faut franchir calmement en prenant bien le temps de peser chaque argument.



Matière

Il en existe plusieurs qui vont influencer le "comportement" de la raquette.

- ✔ **L'aluminium** : robustesse, recommandé pour les joueurs débutants.
- ✔ **Titanium** : plus rigide que le graphite, recommandé pour les joueurs réguliers.
- ✔ **Hyper carbone** : Résistance et légèreté.
- ✔ **Graphite** : léger et rigide, recommandé pour les joueurs compétiteurs.



Profil

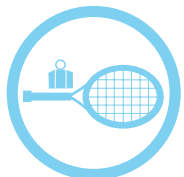
- ✔ **Un profil large et épais**, apporte davantage de puissance grâce à la rigidité apportée.
- ✔ **Une section fine**, pour les joueurs recherchant contrôle et toucher.



Le tamis

Vous trouverez deux types de tamis :

- ✔ **Traditionnel** : apporte de la précision et du contrôle.
- ✔ **"Overzise (grand tamis)"** : tamis tolérant pour les débutants ou les erreurs de placements.



Poids/équilibre

- ✔ **C'est avec une raquette lourde** (poids en tête) que les joueurs obtiendront le plus de puissance au détriment du contrôle.
- ✔ **Une raquette plus légère** sera plus maniable et apportera du contrôle.

Le conseil du coach

Choisir sa raquette selon sa pratique :

- **Pratique loisir** : privilégiez une raquette solide (attention aux chocs avec les murs) et légère pour permettre une réactivité plus importante. Un grand tamis est conseillé pour « pardonner » les erreurs de placement.
- **Pratique régulière** : privilégiez une raquette en graphite ou en titanium avec un profil large pour vous apporter la puissance nécessaire.
- **Pratique intensive** : vous êtes plutôt à la recherche de contrôle et de toucher de balle. Privilégiez une raquette en graphite avec un petit tamis.

