

# Wissenwertes zum Stock

## Länge:

Der Stock sollte nicht zu kurz aber auch nicht zu lang gewählt werden. Grundsätzlich wird als Richtwert angegeben, dass **der Stock den Bauchnabel ein klein wenig überragen sollte.**

Die Stocklänge ist ein entscheidendes und wichtiges Thema im Unihockeysport. Ein zu kurzer Stock führt zu einer unnatürlichen Spielhaltung und beeinträchtigt ihre Spielweise erheblich. **Ein zu langer Stock verhindert ein gutes Ballgefühl, eine optimale Ballkontrolle, da der Ball zu weit vom Körper geführt wird.** Darüber hinaus verhindert ein zu kurzer bzw. zu langer Stock eine optimale Fassung des Stockes.

In Zahlen ausgedrückt empfehlen die Hersteller:

120-140cm Körperlänge:	Stocklänge (Schaftangabe) 70cm
140-150cm Körperlänge:	Stocklänge (Schaftangabe) 80cm
150-160cm Körperlänge:	Stocklänge (Schaftangabe) 87cm
160-175cm Körperlänge:	Stocklänge (Schaftangabe) 91cm
175-190cm Körperlänge:	Stocklänge (Schaftangabe) 95cm
ab 190cm Körperlänge:	Stocklänge (Schaftangabe) 100cm

## Flex:

Flex sagt etwas über die Steifigkeit des Schaftes aus. Je kleiner die Zahl, desto steifer der Stock, desto besser der Katapulteffekt. Die Zahl gibt dabei die Durchbiegestrecke bei 300/n (etwa 30kg) Belastung an. **Ein Spieler mit viel Kraft wählt einen steifen Schaft, respektive einen tiefen Flex. Ein Spieler mit wenig Kraft einen weichen Schaft, respektive einen hohen Flex.**

## Profil:

- rund: Kreisrunder Querschnitt für obere und untere Hand. Erleichtert das Umgreifen und Drehen des Schaftes.
- ovaler Querschnitt: Fördert die Greiffestigkeit am Schaft. Die Biegung des Schaftes ist bei gleicher Belastung in Querrichtung des Blattes größer als in Längsrichtung.
- semi-oval: Runder Querschnitt für die untere Hand, oben oval. Der Schaft kann leicht in der unteren Hand gedreht werden, die obere behält dabei eine sichere Führung.