



An die Eltern der FB Riders Junioren

12. September 2014

Mitglied von



VERSA

Gold &  
Silbersponsor

**Interessiert?**

Vereinssponsoren

**ODERMATT**  
Fenster + Türen AG



**blachenprinz.ch**



Ausrüster



## Elternratgeber zur Stockhaltung

**Stöcke, die zu lange oder zu hart sind, sind für Kinder nicht geeignet.**

### Stockhärte für Junioren

Unihockey-Stöcke haben unterschiedliche Härten, **Flex** genannt. Der Flex ist auf jedem Stock angeschrieben. Der Flex wird von den Herstellern wie folgt bestimmt: Der Schaft wird an beiden Enden aufgelegt – und in der Mitte wird ein Gewicht angehängt. Die Durchbiegung in Zentimeter wird als Flex gemessen. Je tiefer die Flex-Zahl eines Stockes ist, desto härter ist der Schaft.

Kinderstöcke haben folglich eine **Flex-Zahl von 30 – 36.**

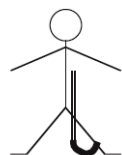
**Stöcke mit Flex 29 und tiefer sind für Kinder viel zu hart.**

Sie können die Stöcke bei einem Schuss nicht richtig durchbiegen und die Energie des Schusses wird auf die Arme der Kinder übertragen.

### Stocklänge für Junioren



Weiter ist zu beachten, dass zu lange Stöcke das Spiel der Kinder negativ beeinträchtigt. Es hindert die Kinder beim technischen Spiel mit dem Ball. Da der Stock am Griffband gehalten wird, muss das Kind beim zulangenden Stock die Hände über der Hüfte halten, was weiter zu **Haltefehler** im gesamten **Bewegungsapparat** zur Folge hat. Dies wird sich negativ auf die künftige Entwicklung der Unihockey-Fähigkeiten des Kindes auswirken.



Kinderstöcke sollten eine Länge zwischen Bauchnabel und Brustbein aufweisen. Zu lange Stöcke sind unbedingt zu kürzen. Beachten Sie, dass der Stock **immer am oberen Ende**, also beim Griffband zu kürzen ist. Wird der Stock unten gekürzt, so wird er noch härter, was wie oben beschrieben negativ auf die spielerische Entwicklung des Kindes auswirken wird.

### **Grundsatz:**

**Profistöcke** sind für Kinder **nicht geeignet**. Kinder benötigen Stöcke, die ihrem Alter und ihrer Grösse entsprechen.