

Scegliere la mazza giusta

www.coachsoftball.com

Si comincia con le prime cose. Una grande mazza non trasformerà un battitore scarso in un grande battitore. Se la meccanica di battuta del giocatore è sbagliata non c'è mazza che possa aiutarlo.

Se una buona mazza non rende migliore un giocatore, una mazza cattiva (o una mazza che non è adatta al giocatore) costituirà un altro ostacolo al suo successo in battuta.

Quando si sceglie una mazza bisogna tenere in considerazione alcuni fattori. Questi sono la grandezza e la forza del giocatore, il livello di abilità, il tipo di mazza (materiale), il peso della mazza, la lunghezza della mazza, la grandezza del manico e così via. Oggi si trovano mazze specifiche per il Tee Ball, Junior, Little League, Senior League, High School, e College.

CoachSoftball.com consiglia per i giocatori giovani, specialmente quelli inesperti il principio per cui quanto più leggera è la mazza tanto meglio. I giocatori devono saper generare abbastanza velocità di mazza per battere la palla con efficacia. Quando si trovano di fronte ad un lanciatore di palla veloce, si sa che i giocatori professionisti ricorrono ad una mazza più leggera per mantenere la velocità di mazza e battere la palla davanti a loro. Perciò è tanto più importante che un giocatore giovane e meno esperto abbia una mazza abbastanza leggera da sventolare con sufficiente velocità per battere la palla.

Come regola generale, le mazze di alluminio sono più leggere di quelle di legno. Inoltre, le mazze di alluminio possono dare più "risposta" della palla sulla mazza e durano molto di più (dunque rendono di più) delle mazze di legno. Tenete in considerazione che le mazze oggi diventano sofisticate e sempre più costose – arrivando anche al costo di \$200 per mazze di categoria giovanile. Ricordate che la mazza più cara non è necessariamente la mazza migliore, specialmente con i giovani. Non è necessario spendere molto per avere una buona mazza.

Quando si va ad acquistare una mazza, fate tenere la mazza al vostro bambino tesa in fuori sul lato (parallela al terreno) con la mano dominante (la destra per i battitori destri o la sinistra per i battitori mancini). Se il giocatore non riesce a tenere dritta la mazza in fuori per circa 20 secondi senza che il braccio inizi a cedere e la mazza si abbassi verso terra, significa che è troppo pesante.

Sfortunatamente il vostro giocatore non avrà la giusta sensazione su quale sia la mazza giusta per lui semplicemente tenendola e facendo qualche swing di prova. Il miglior modo di ottenere la giusta sensazione per la mazza è di sventolarla contro lanci dal vivo. Quando i vostri giocatori crescono e con loro cresce anche l'importanza della mazza, portateli al tunnel di battuta e lasciate che battano con diverse mazze disponibili. Dovreste riuscire a vedere subito quale mazza è troppo piccola, troppo grande o troppo pesante.

Worth Sports ha condotto una ricerca in cui hanno determinato il peso ideale delle mazze per i battitori a partire dalle loro altezze.

Lo schema sotto riportato riassume i risultati della ricerca.

Linee-guida alla scelta del peso della mazza :

A High School & College Baseball		B Youth League Baseball (11-12 yrs)		C Youth League Baseball (8-10 yr olds)	
Player Height (in.)	Best Bat Wt (oz.)	Player Weight (lbs.)	Best Bat Wt (oz.)	Player Height (in.)	Best Bat Wt (oz.)
66	27	70	18	48	16
68	27.5	80	19	50	16.5
70	28	90	19.5	52	17
72	29	100	20	54	17.5
74	30	110	20.5	56	18
76	30.5	120	21	58	18.5
Formula: Height/3 + 5		130	21.5	60	19
		140	22	Formula: Height/4 + 4	
		150	23	Formula: Weight/16 + 14	

Unità di conversione :

In. = inches → cm 2,54

Lb = pounds → kg. 0,45

A. Cadetti – Juniores - Senior		B. Ragazzi (10 – 12 anni)		C. Minibaseball (8 – 10 anni)	
Altezza giocatore	Peso ideale della mazza (oz)	Peso del giocatore	Peso ideale della mazza (oz)	Altezza giocatore	Peso ideale della mazza (oz)
1,68	27	31,5	18	1,22	16
1,73	27.5	36	19	1,27	16,5
1,78	28	40,5	19,5	1,32	17
1,83	29	45	20	1,37	17,5
1,88	30	49,5	20,5	1,42	18
1,93	30.5	54	21	1,47	18,5
		58,5	21,5	1,52	19
		63	22		
		67,5	23		