

¿QUINS TACS HAN DE PORTAR LES MEVES BOTES DE FUTBOL?

9 maig, 2025



No és la primera vegada que parlem sobre aquest tema que realment interessa molt a jugadors i pares a l'hora d'escollir els tacs més adients per jugar al futbol sense risc de patir alguna lesió important de lligaments.

Botes per gespa artificial AG

Habitualment els partits que organitza la Federació Catalana de Futbol es disputen sobre gespa artificial. A partir d'aquí ja tenim una dada molt important. Aquest tipus de gespa s'anomenen tacs AG (Artificial Grass). És el tipus de sabata que porten en categories amateurs i també de nens i nenes a tot el món. Són les anomenades multi tacs , amb menys alçada que els utilitzats en terrenys sòlids, ja que no requereixen

tanta penetració en un terreny que no s'enfonsa com passa amb la sorra.

La forma cònica dels tacs ajuda a l'amortiment de l'impacte al córrer sobre la gespa de segona i tercera generació, evitant lesions. Tenen entre 13 i 21 tacs.

Hem de fugir completament de les botes dels nostres jugadors preferits del Barça, Espanyol o Girona. Dit això, hem de confirmar que les principals marques esportives estan conscienciats en aquest tema i moltes configuren la sola de multi tacs en els models dels ídols dels nostres jugadors més petits.

Escollir correctament entre els diferents tipus de tacs de futbol evitaran lesions greus, sobretot en els lligaments dels genolls. Unes bones marcaran la diferència a l'hora d'entrenar o de jugar partits.

En aquest punt tothom té clar que no és el mateix córrer sobre gespa natural, artificial o sobre una superfície llisa, com a les pabellons de futbol sala.

És la sola la que marca la diferència. La sola marcarà el gruix, la forma d'aportar més adherència i sobretot, més prevenció i seguretat de cara a possibles lesions.

Botes per gespa natural seca o Firm Ground (FG)

Són un dels tipus de tacs de futbol més utilitzats i coneguts, sobretot al futbol professional, la majoria dels quals juguen amb gespa natural. Contenen entre 8 i 14 tacs en la sola de diferent longitud, la qual cosa permet ser usada sobre gespa natural, però també en gespa artificial de 'tercera generació'. Proporcionen comoditat per realitzar girs i aporten velocitat al jugador sobre terrenys fermes de gespa natural.

Botes de gespa natural humit, tou o Soft Ground (SG)

Els tacs d'aquestes sabatilles són d'alumini, especialment dissenyats per jugar en terrenys tous, amb molta versatilitat i perquè ni la puja pot detenir a un jugador amb un parell d'aquestes botes.

Aquestes contenen sis punts de suport o tacs, com a mínim, que permeten una major penetració al camp de joc per evitar

relliscades en terrenys de fang. Això possibilita al jugador córrer a grans velocitats en superfícies difícils, sense que hi hagi riscos de caigudes fatals, gràcies al fet que augmenten la tracció i adherència.

Hi ha algunes variables mixtes d'aquest tipus de tacs que les veiem clarament al futbol professional. Aquestes porten tacs d'alumini i de goma en la mateixa sola.

Botes per gespa artificial moqueta o Turf (TF)

Entre els tipus de cats de futbol, les botes Turf es veuen cada vegada menys, ja que estan dissenyades per gespa de tipus moqueta, aquell que tenien els primers camps de gespa artificial per jugar a futbol. Però aquestes superfícies ja no s'utilitzen. Es portaven multi tacs de goma molt petits, perquè no necessitaven clavar-se sobre una superfície que era plana. Era el lloc on els jugadors patien moltes lesions abrasives a l'hora de caure sobre la moqueta.