

Informations équipement savate

Voici un document pour vous permettre de vous aider à vous équiper.

Avant tout, nous vous rappelons que le port de lunettes et de bijoux est interdit pendant les séances.

En plus d'une tenue sportive (short, jogging et tee-shirt) et une bouteille d'eau, voici la liste du matériel pour une pratique en sécurité :

1/ Pour la savate forme :

- Chaussures propres, semelles lisses et non marquantes
- Gants de boxe
- Mitaines ou bandes

2/ Pour la savate boxe :

- Chaussures propres, semelles lisses et non marquantes.
Il existe des chaussures spécifiques savate.
Pour les plus jeunes, des chaussons de gym peuvent largement convenir.
- Gants de boxe
- Mitaines (7/10 ans) ou bandes (11 ans et plus)
- Protèges dents (à mouler)
- Protèges tibia
- Coquille pour les garçons
- Protection pelvienne et poitrine (recommandé pour les filles à partir de 12 ans)

3/ Choix de taille

A titre indicatif, voici quelques éléments pour vous aider à choisir les tailles :

Taille Gants : **6oz** < 30kg < **8oz** < 60kg < **10oz** < 75kg < **12oz** < 85kg < **14oz**
(Possible prendre une taille supplémentaire pour plus de protection)

Taille : **XS** < 30kg < **S** < 60kg < **M** < 75kg < **L** < 85KG < **XL**

Junior < 11ans < **Sénior**

4/ Ou acheter le matériel ?

Magasins de sport (Intersport, Décathlon, etc...)

Magasins spécialisés à Pessac : Arts & Combats