



OBLIGATOIRE

Femme :

GANTS 8oz minimum

- De 35 à 45kg -> **8oz**
- De 45 à 55kg -> **10oz**
- De 55 à 65kg -> **12oz**
- De 65 à 75kg -> **14oz**
- plus de 75kg -> **16oz**

Homme :

- De 25 à 35kg -> **8oz**
- De 35 à 55kg -> **10oz**
- De 55 à 65kg -> **12oz**
- De 65 à 80kg -> **14oz**
- De 80 à 95kg -> **16oz**
- plus de 95kg -> **18oz**



TEESHIRT
DU CLUB

PANTALON DE FULL CONTACT Couleur NOIRE dominante

BANDES DE MAINTIEN



COQUILLE HOMME



GOURDE OU BOUTEILLE D'EAU



CORDE A SAUTER



PROTÈGE-DENTS



PROTÈGES-TIBIA TYPE CHAUSSETTE OU PU



PROTÈGES-PIEDS DE FULLCONTACT Avec couverture sur le talon



INTERDIT



Protection du pied sans talon



Shorts, leggings et chaussures ou chaussettes interdits

CONSEILLÉ



casque avec
protection
faciale



casque avec
protection des
joues

FEMME



coquille
poitrine



coquille
pelvienne

**CES PROTECTIONS NE
SONT PAS OBLIGATOIRES
MAIS CONSEILLÉS PAR
LES COACHS**

mise à jour le 07/06/2025