

Choisir sa taille de gants de boxe

Poids d'un gant :

Le poids des gants de boxe est indiqué en once (abréviation : OZ)

L'once est une ancienne unité de masse, 1 once équivaut à 28,35g.

8oz	226,80g
10oz	283,50g
12oz	340,20g
14oz	396,90g
16oz	453,60g

Taille /poids pour l'entraînement de toutes les boxes

Poids de corps	Gants
24 à 30Kg	06oz
30 à 45Kg	08oz
45 à 60Kg	10oz
60 à 75Kg	12oz
75 à 90Kg	14oz
90 à +100Kg	16oz

Compétition :

Boxe Anglaise :

Combat amateur	
45 à +91Kg	10oz
Combat Pro	
24 à 70Kg	8oz
70 à +86Kg	10oz

Full Contact :

Combat	
24 à 71Kg	8oz
71 à +91Kg	10oz

Kick Boxing :

Combat	
24 à 67Kg	8oz
67 à +91Kg	10oz

Entretien :

Après l'entraînement, laissez sécher vos gants à l'air libre en glissant un tube de carton percé dans la manchette. Evitez le radiateur.

Pour les entretenir, vous pouvez les graisser (coutures) avec des produits d'entretien pour cuir.

Les mitaines ont un rôle hygiénique. En absorbant la transpiration, elles protègent aussi le gant de l'acidité.

Les bandes ont en plus un rôle de protection contre les chocs.