

**EXTRAIT DU REGLEMENT INTERIEUR DE L'ACADEMIE DE COMBAT ASHIGARU
CONCERNANT LES TENUES ET LE MATERIEL OBLIGATOIRE**

Les tenues sont réglementées afin d'assurer le maximum de sécurité aux sociétaires de l'Académie de Combat Ashigaru.

De plus, les disciplines proposées sont des disciplines officielles répondant à un dress-code strict.

Toute tenue non réglementaire pourra entraîner l'exclusion des cours.

TENUE ET MATERIEL PERSONNEL OBLIGATOIRE

SARC KRAV MAGA

Pantalons noirs siglés SARC

Tee-Shirt noir siglé SARC

Coquille

Protège-dents

Gants de Boxe 10 ou 12 oz (plus de 86 kg)

Pistolet caoutchouc d'entraînement homologué Ashigaru

Couteau d'entraînement en alu homologué Ashigaru

Ceinture de couleur certifiant du niveau technique acquis

Chaussures de sport d'intérieur souples et non-marquantes

PANCRACE / KARATE MIX / GIRL POWER

Fight Short

Rashguard

Coquille

Protège-dents

Protèges-tibia (incluant le pied)

Gants de Boxe (10 ou 12 oz suivant le poids)

Gants de MMA (pas de gants de sac!)

KICK-BOXING K1 MUAY THAI

Short de Kick-Boxing ou Muay Thai

Tee-Shirt manches courtes ou débardeur

Coquille

Protège-dents

Protèges-tibias (incluant le pied)

Gants de Boxe (8 oz jusqu'à cadets, 10 ou 12 oz (plus de 86 kg) pour les autres)

AERO-KICK

Pantalons de Full-Contact ou short de Kick-Boxing

Tee-Shirt

Chaussures de sport d'intérieur souples et non-marquantes

HIIT:

Tenue de sport

Chaussures de sport d'intérieur souples et non-marquantes

ENFANTS 3/6 ET 6/10

Kimono blanc