

LISTE DE MATERIEL

	Lundi	Mercredi
Matériel obligatoire	Gants ouverts <i>type mitaine MMA bien rembourrées</i>	Gants <i>type boxe anglaise 14/16Oz</i>
		
	Coquille	
	 <i>type homme</i>	 <i>type femme</i>
	Protège-dents	
		
	Coudières <i>bien rembourrées</i>	
		
Matériel conseillé	Protège tibias <i>sans protège pied, enfilable sans enlever les chaussures</i>	
		