



## **LE MATERIEL NECESSAIRE**

- **Un bas de kimono**
  
- **Un Tee-shirt noir IKMF**
  
- **Une paire de gants de self-défense (*attention à ne pas prendre des gants pour sac de frappe*)**
  
- **Un protège-dents**
  
- **Une coquille protège sexe (*de type Taekwondo*)**
  
- **Eventuellement des protège-tibias**