

# Størrelsesguide for boksehansker:

- De fleste boksehansker måles i oz (ounces)
- Oz betyr hvor mye polstring det er i hansken
- Jo mer du veier, jo mer polstring trenger du i hansken
- Hansker for sparring bør ha mer polstring for å beskytte motstanderen.
- 6 og 8 oz kan også brukes til junior og barn.

## Menn

Vekt (kg)	Boksesekk	Sparring
Under 50 kg	8 oz	12-16 oz
51-63 kg	8-10 oz	16 oz
63-76 kg	12 oz	16 oz
76-88 kg	12-14 oz	16 oz
Over 88 kg	12-14 oz	16 oz

## KvinNer

Vekt (Kg)	Boksesekk	Sparring
Under 45 kg	6 oz	12-16 oz
45-50 kg	8 oz	16 oz
50-60 kg	12 oz	16 oz
60-70 kg	12 oz	16 oz
Over 70 kg	12 oz	16 oz

## Andre størrelser

S/M	Under 20 cm
L/XL	Over 20 cm

Målingen tas rundt håndflaten og håndbaken.

