



## Choisir mes bâtons de ski

Le tableau ci-dessous, vous aidera à choisir la longueur de vos bâtons.

La règle est la suivante, l'avant bras et le bras, doivent former un angle droit (90°)  
Retourner le bâton, placer votre main sous la rondelle, vérifier que bras et avant bras  
Forment au minimum un angle à 90°.

Mais faites attention lors de ce choix, car vous êtes en chaussures de ville.  
Ajouter **5 centimètres** à la longueur des bâtons essayés en magasin.

Taille du skieur en cm	Longueur des bâtons en cm
200	140
190 à 200	135
185 à 190	130
175 à 185	125
170 à 175	120
160 à 170	115
155 à 160	110
145 à 155	105
135 à 145	100
125 à 135	95
115 à 125	90
105 à 115	85
> 105	80

Ce tableau donne simplement une indication de la longueur des bâtons à choisir.  
Cependant, pour des raisons de confort ou d'habitude, certains skieurs ou skieuses  
pourraient préférer une longueur supérieure ou inférieure à la valeur indiquée dans  
ce tableau.

En espérant que ces quelques lignes vous aiderons, bon ski.  
PATRICK