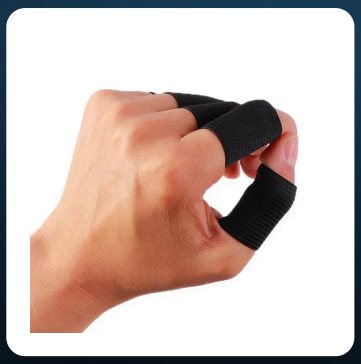
SPORTENZIA

FICHE PRATIQUE

MANCHONS DE PROTECTION POUR LES DOIGTS, LOT DE 10

Dix manchons tubulaires en nylon, coton et fibres élastiques, à enfiler sur un doigt ou une phalange pour limiter les frottements au basket, au volley, en gymnastique ou en fitness. Mise en place, usage et entretien en une page.



RÉF. MANCHBLCK10 · BASKET, VOLLEY, GYMNASTIQUE, FITNESS · NYLON, COTON, FIBRES ÉLASTIQUES ; 10 PIÈCES

Avant d'utiliser

Chaque manchon est un simple tube de tissu extensible, environ 3 × 4 cm à plat, sans fermeture ni partie rigide. Il s'étire pour épouser le doigt et se place sur la phalange à protéger. Le lot de dix permet d'équiper plusieurs doigts, ou de garder des pièces de rechange dans le sac de sport.

Mettre en place

1. **Choisissez le doigt** ou la phalange qui frotte ou qui est sollicitée : articulation, base du doigt, zone de contact avec le ballon ou la barre.
2. **Enfilez le manchon** par le bout du doigt, en le roulant ou en l'ouvrant avec deux doigts de l'autre main. Ne tirez pas sur un seul bord : les fibres élastiques se déforment.
3. **Positionnez-le** sur la zone voulue et lissez-le : il doit être à plat, sans pli ni bord roulé, sinon il frotte au lieu de protéger.
4. **Vérifiez le confort** pliez et tendez le doigt plusieurs fois. Le manchon suit le mouvement sans serrer ; le bout du doigt garde sa couleur normale.
5. **Après la séance** retirez-le délicatement, en le roulant vers le bout du doigt, et laissez-le sécher avant de le ranger.

CE QU'IL FAIT, CE QU'IL NE FAIT PAS

Le manchon ajoute une couche de tissu entre la peau et ce qui frotte : ballon, barre, agrès, sol. Il garde toute la mobilité du doigt. Ce n'est pas une attelle ni un strapping : il ne maintient pas une articulation blessée et ne remplace pas un avis médical.

Caractéristiques

Quantité	**10**	Matières	**Nylon, coton, élastique**
Couleur	**Noir**	À plat	**3 × 4 cm environ**
Sports	**Basket, volley, gym, fitness**		



Des tubes de maille extensible, à répartir sur les doigts selon les besoins.

BON À SAVOIR

- Fourmillements, doigt qui blanchit ou bleuit : le manchon serre trop, retirez-le aussitôt.
- À porter sur une peau propre et sèche ; pas directement sur une plaie ouverte.
- Lavage à la main, eau tiède et savon, séchage à plat. Un manchon détendu ou qui bâille ne tient plus : prenez-en un neuf dans le lot.

Besoin d'aide ?

sportenzia.com/pages/contact

Notre équipe répond à vos questions sur l'utilisation et l'entretien.