

# Comment bien choisir son snowboard ?

**Le choix d'un matériel adapté à sa pratique et à son niveau est indispensable pour s'offrir un maximum de plaisir.**



## Pratique

Il existe 3 catégories de planches selon la pratique :

- **le freestyle**, essentiellement pour une pratique hors-piste.
- **le freeride**, pour une pratique de la glisse en snowpark.
- **le tout-terrain**.



## Longueur

La longueur du snowboard s'évalue en fonction du niveau, de la taille et du poids du pratiquant.

Plus une planche est courte, plus elle est maniable.  
Plus elle est longue, plus elle est stable et précise.



## Flexibilité

Une planche souple est maniable et facile à contrôler.

Une planche rigide accroche la neige et sera nerveuse.  
Une planche avec un bon « pop\* » permet de faire de beaux sauts dans les parks.

\* : qualité de rebond

## Le conseil du coach

Pour déterminer quel est le pied que vous mettrez à l'avant du snowboard :

Tenez-vous debout, les jambes légèrement écartées. Détendez-vous et faites-vous pousser dans le dos.

Le pied avancé pour se rattraper sera le pied avant sur la planche.

Pied droit à l'avant, on dit que vous êtes « goofy »

Pied gauche à l'avant, on dit que vous êtes « regular ».

