



CHECKLIST IMPRIMABLE

Bien choisir son jockstrap : la checklist avant achat

Un repère pratique pour choisir un jockstrap adapté à votre taille, votre usage et votre confort. À cocher avant de commander ou d'essayer un modèle.

1. Identifier l'usage recherché

☐ **Définir l'usage principal : quotidien, activité physique, tenue légère ou style plus affirmé.**

Le même modèle ne convient pas forcément à tous les contextes.

☐ **Décider du niveau de maintien souhaité.**

Une poche structurée et une ceinture plus large peuvent procurer une sensation plus stable.

☐ **Vérifier si une protection contre les impacts est nécessaire.**

Un jockstrap textile classique n'est pas automatiquement un équipement de protection.

☐ **Consulter les consignes du club, de la fédération ou du fabricant si le sport impose une coque ou une protection spécifique.**

2. Contrôler la taille et la coupe

☐ **Mesurer son tour de taille avec un mètre ruban souple, sans serrer.**

Mesurez à l'endroit où reposera la ceinture.

☐ **Comparer cette mesure au guide de tailles de la marque.**

Les tailles S, M et L peuvent varier d'une enseigne à l'autre.

☐ **Choisir une poche qui maintient sans comprimer.**

☐ **Vérifier que la ceinture ne roule pas, ne marque pas fortement et ne remonte pas.**

☐ **Éviter de prendre une taille inférieure pour obtenir davantage de maintien.**

Une compression excessive peut déplacer les élastiques et rendre le port désagréable.

3. Examiner les matières et les finitions

☐ **Lire la composition textile complète et les pourcentages de fibres sur l'étiquette.**

☐ **Pour le quotidien, considérer une matière au toucher familier ou souple, comme le coton ou une fibre cellulosique selon vos préférences.**

☐ **Pour l'effort, rechercher une matière adaptée à un séchage rapide.**

☐ **Observer la largeur et la souplesse de la ceinture élastique.**

☐ **Contrôler la largeur des sangles arrière et leur capacité à rester à plat.**

☐ **Examiner les coutures et les jonctions en contact avec la peau.**

Des coutures épaisses ou des sangles étroites peuvent gêner lors des mouvements.

Jockstrap, suspensoir, slip, boxer et string : quelles différences?

LE GUIDE COMPARATIF DES SOUS-VÊTEMENTS MASCULINS

	JOCKSTRAP	SLIP	BOXER	STRING MASCULIN
				
 Type de sous-vêtement	Jockstrap	Slip	Boxer	String masculin
 Couverture arrière	Fesses dégagées	Couverture complète	Couverture complète avec jambes courtes	Fine bande arrière
 Maintien frontal	Poche dédiée	Maintien proche du corps	Variable selon la coupe	Poche ou panneau frontal
 Usage généralement recherché	Aération, maintien, style	Quotidien et tenues ajustées	Quotidien, détente	Discretion sous une tenue près du corps
 Point de vigilance	Confort dépendant des élastiques	Moins ventilé qu'un jockstrap	Le tissu peut remonter sous certains pantalons	La sensation arrière diffère nettement du jockstrap



À RETENIR : Chaque sous-vêtement répond à un besoin spécifique. Le choix idéal dépend de votre morphologie, de votre activité et de vos préférences personnelles.

SCHEMA Repère visuel : comparez la couverture arrière et le maintien frontal avant de choisir.

4. Choisir la coupe adaptée à votre besoin

Type	À privilégier si vous recherchez	Point à anticiper
Jockstrap	Une poche dédiée, de l'aération et les fesses dégagées	Le confort dépend fortement de la poche et des élastiques
Slip	Une couverture complète avec un maintien proche du corps	Il est moins ventilé qu'un jockstrap
Boxer	Une couverture complète et une coupe avec jambes courtes	Le tissu peut remonter sous certains pantalons
String masculin	Une discrétion sous une tenue près du corps	La sensation à l'arrière diffère nettement de celle d'un jockstrap

! Le test confort à ne pas oublier

Un bon jockstrap doit rester stable sans cisailer la peau. Si la ceinture roule, si les sangles remontent, si la poche comprime ou si les coutures gênent sous un pantalon rigide, la taille ou la coupe est probablement inadaptée.

5. Valider avant de commander

- ☐ Vérifier les photos produit pour repérer la forme de la poche, les coutures et la jonction des sangles.
- ☐ Lire les consignes d'entretien indiquées sur l'étiquette ou la fiche produit.

- ❑ **Comparer les modèles sur des critères concrets : taille, matière, profondeur de poche, largeur de ceinture et type de sangles.**
- ❑ **Privilégier le confort réel et l'usage prévu plutôt qu'un style ou une promesse marketing isolée.**

Pour les sports présentant un risque d'impact, vérifiez toujours les protections exigées : un jockstrap textile ne remplace pas nécessairement un suspensoir compatible avec une coque adaptée.