

ONZE PREMIUM TATAMI EVA MATTEN ZIJN 112,2 Kg/m³ en ISO 845-2006

1. 🥋 **Vechtsport (optimaal): 90–120 kg/m³**

Goede balans tussen demping en stabiliteit

2. 🧠 **Intensieve / professionele training: 100–120+ kg/m³**

Stevig, duurzaam, minder inzakken

3. 🧑 **Licht gebruik / thuis: 60–90 kg/m³**

Zacht, maar minder slijtvast

4. ⚠️ **Te vermijden:**

✗ Onder 60 kg/m³ → slechte kwaliteit

✗ Boven 130 kg/m³ → te hard

5. 💡 **Kort gezegd:**

+/- 100 kg/m³ = beste allround keuze

🥋 1. **Voor vechtsport (beste keuze) +/- 90 – 120 kg/m³ = ideaal**

- Goede balans tussen:
 - o Schokdemping
 - o Stabiliteit (je zakt niet te diep in)
- Vaak aanbevolen waarde: ca. 100 kg/m³

Typisch gecombineerd met:

- Shore-hardheid: 35–45



ONZE PREMIUM TATAMI EVA MATTEN ZIJN 112,2 Kg/m³ en ISO 845-2006

✓ **Geschikt voor:**

- Judo (licht tot gemiddeld)
- Karate
- Kickboksen
- BJJ (recreatief)

 **2. Intensief / professioneel gebruik +/-100 – 120+ kg/m³**

- Harder en duurzamer
- Minder “doorzakken”
- Langere levensduur

 **Richtwaarde:**

- +/- 120 kg/m³ ≈ stevige mat (ca. 45 Shore)

✓ **Ideaal voor:**

- Intensieve training
- Sportscholen
- Worpen en hoge belasting

 **3. Licht gebruik / thuis / kinderen +/- 60 – 90 kg/m³**

- Zachter en comfortabeler
- Maar minder duurzaam

ONZE PREMIUM TATAMI EVA MATTEN ZIJN 112,2 Kg/m³ en ISO 845-2006

✓ **Geschikt voor:**

- Speelmatten
- Lichte fitness
- Yoga / stretchen

⚠ **4. Te vermijden < 60–70 kg/m³**

- Goedkoop
- Slijt snel
- Slechte demping

⚠ **5. Te vermijden > 130 kg/m³**

- **Te hard → verhoogd blessurerisico**
- **Minder comfortabel**

📢 **Belangrijke opmerking**

- Dichtheid ≠ hardheid, maar ze hangen samen
- Hogere dichtheid betekent meestal:
 - o Betere schokdemping
 - o Langere levensduur

ONZE PREMIUM TATAMI EVA MATTEN ZIJN 112,2 Kg/m³ en ISO 845-2006

Praktische aanbeveling

Als je op veilig wilt spelen, kies:

- +/- 100 kg/m³
- Ca. 40 Shore-hardheid
- 20–40 mm dikte

Dan zit je in de meeste gevallen goed.

Extra tip (veiligheid) Let daarnaast op:

- Certificeringen
- Goede demping

Samenvatting

- ☆ Beste allround keuze: +/- 100 kg/m³
- 🧤 Professioneel: 110–120 kg/m³
- 👍 Licht: 70–90 kg/m³
- ✗ Te vermijden: onder 60–70 kg/m³