



Iris Club
Judo Croix

C'est Votre Club

LES COURS SONT DISPENSÉS PAR 4 PROFESSEURS DIPLOMÉS

POUR LES INSCRIPTIONS,
NOUS SOMMES PRÉSENTS AU FORUM DES ASSOCIATIONS LE 2 SEPTEMBRE 2023
À LA SALLE GUSTAVE DEDECKER - 59170 CROIX OU AVANT CHAQUE COURS



Judo



Jujitsu



Taïso*

Cardio training, renforcement musculaire, stretching, le Taïso est idéal pour améliorer votre condition physique, lutter contre le mal de dos

Judo **Lundi** : 17h30-18h (4 à 5 ans) • 18h15-19h15 (6 à 7 ans) / **Mercredi** : 10h-10h30 (4 à 5 ans) • 10h45-11h45 (6 à 7 ans)
14h-15h (6 à 7 ans) • 15h15-15h45 (4 à 5 ans) 16h15-17h15 (8 à 9 ans) • 17h30-18h30 (10 à 12 ans) • 19h-20h15 (+ de 13 ans)
Lundi : 17h15-18h (8 à 9 ans) • 18h15-19h15 (10 à 12 ans) • 19h30-20h45 (+ de 13 ans) / **Dimanche** : 9h30-11h (+ de 13 ans)

Jujitsu **Lundi** : 19h30-20h45 (dès 13 ans) / **Jeudi** : 19h30-20h45 (dès 13 ans)

Taïso **Mardi** : 18h30-19h30/ **Samedi** : 10h30-11h45



JUDOGIS

JUDOGI DÉBUTANT

- Livré avec une ceinture blanche
- Elastique sur le pantalon
- en toile
- 5% rétrécissement

185 g - 55% coton, 45% polyester

Tailles	Prix
100 / 110 / 120 cm	18,00€
130 / 140 cm	19,00€



FF

JUDOGIS

FF

SUPERSTAR 750 - IJF

Le kimono 750 Gr - IJF approved (approuvé par la Internationale Judo Federation nouvelles normes IJF en place à partir de janvier 2023) se distingue par sa finition soignée ainsi que la qualité de son tissu. Convient parfaitement à tous les judokas désirant être à l'aise dans un kimono de haute qualité. Idéal pour une pratique régulière, il est léger et apporte un confort optimal. Il offre une mobilité maximale de par sa coupe cintrée. C'est le kimono de judo pour compétition par excellence. Blanc ou bleu.

Tailles	Prix
150 cm	205,00€
160 cm	210,00€
165 cm	215,00€
170 / 175 cm	220,00€
180 / 185 cm	225,00€
190 / 195 cm	230,00€
200 cm	235,00€

sur commande délai 10 jours

Disponible en Slim Fit (coupe classique) et en Regular Fit (Coupe plus large).
La coupe Regular Fit est plus large au niveau de la ceinture abdominale, pour un kimono 170cm, ce kimono aura la longueur d'un 170cm Slim Fit, mais la taille au niveau de la ceinture abdominale correspond à un 175cm Slim Fit.



DOJO

Vous êtes intéressé par un kimono ?
ERIC DAUSSIN
au 06 74 41 02 24



FF

JUDOGIS

FF

HAJIME

Kimono enfant Hajime – Fighting Films. Kimono enfant en grain de riz de très bonne qualité. Agréable à porter pour les enfants, léger et robuste à la fois, le kimono Hajime est également livré avec une ceinture blanche. Ainsi, c'est le judogi idéal pour commencer l'apprentissage du judo avec les meilleurs atouts. 55% coton, 45% polyester avec un poids de 300 à 310 grammes, un élastique sur le pantalon et 5% de rétrécissement ce judogi de qualité est plus solide et plus durable que la plupart des autres judogis pour enfants.



Tailles	Prix
100 / 110 / 120 cm	27,00€
130 / 140 / 150 cm	28,00€

FF

JUDOGIS

FF

RED LABEL

Le judogi Red Label est un kimono de milieu de gamme, pour niveau intermédiaire allant des enfants agerms aux adultes en pleine apprentissage, débutant ou compétiteur. Simple et solide il est disponible de la taille 130 cm à 190 cm. Avec ceinture blanche, élastique sur le pantalon (<150cm), en grain de riz, 5% de rétrécissement. Marqué du logo Fighting Films (FF). Disponible en blanc ou en bleu. 450g - 100% coton.



Tailles	Prix
130 cm	70,00€
140 / 150 cm	75,00€
160 / 170 cm	80,00€
180 / 190 cm	85,00€

FF

JUDOGIS

FF

BLACK LABEL

Kimono de Judo hommes et femmes, pour entraînement régulier et compétition, avec un grammage relativement élevé (820gr). De qualité supérieure, 100% en coton, il est à la fois cintré, avec de belles finitions et confortable. C'est un excellent rapport qualité prix.



Tailles	Prix
145 / 150 / 155 cm	132,00€
160 / 165 cm	135,00€
170 / 175 cm	140,00€
180 / 185 cm	150,00€
190 / 195 cm	160,00€
200 cm	165,00€

sur commande délai 10 jours

Inscription (Cotisation et Licence FFDA)

Le coût de la licence FFDA* s'élève à 41€

JUDO (enfant et adulte) : Cotisation et Licence FFDA : 186€

JU JITSU (+de 14 ans) : Cotisation et Licence FFDA : 186€

Taiso (+de 14 ans) : Cotisation et Licence FFDA : 121€

Tarif famille : remise de 10€ sur la cotisation à partir de la seconde personne vivant sous le même toit (Hors Taiso)

* La licence FFDA comprend une assurance qui vous couvre en cas de blessure et vous fait bénéficier d'une assistance (juridique, scolaire...)

Pièces à fournir

La Fiche d'inscription dûment remplie

Le certificat médical

Pour les détenteurs d'un passeport sportif, le cachet du médecin

Une photo

Vous hésitez avant de vous inscrire ? Faites un essai !

Deux séances de découverte vous permettront de vous initier et de vous convaincre.

Pour ces deux séances il vous faudra un bas de survêtement et un certificat médical, un haut de kimono pourra vous être prêté.

Pour le Taiso, un pantalon de sport et un tee-shirt feront parfaitement l'affaire.