



CONTACTEZ-NOUS !



06 73 89 54 83



SECRETAIRE@SAUMUR-RUGBY.CLUB



WWW.SAUMUR-RUGBY.CLUB



[@SAUMUR RUGBY OFFICIEL](https://www.facebook.com/SaumurRugbyOfficiel)



[@SAUMUR_RUGBY](https://www.instagram.com/Saumur_Rugby)

"UN CŒUR N'EST JUSTE QUE S'IL BAT
AU RYTHME DES AUTRES CŒURS"

PAUL ELUARD

RUGBY SANTÉ SAUMUR

LE RUGBY ADAPTÉ À TOUS POUR
UNE PRATIQUE "SANTÉ"

UNE NOUVELLE SECTION GRATUITE



QU'EST-CE QUE LE RUGBY SANTÉ ?

Le rugby santé est une activité physique collective mixte, ludique, non violente et sans contact, de rugby à 5, adaptée à une pratique santé

PUBLICS CONCERNÉS

Femmes et Hommes volontaires : soit dans le cadre d'une reprise d'activité sportive ou alors dans le cadre d'une prise en charge globale d'une pathologie.

Prescription médicale et certificat médical de non contre-indication à la pratique sportive obligatoires.

Il peut être délivré par un médecin traitant ou par un centre hospitalier.

LES PRINCIPAUX OBJECTIFS DU SPORT SANTE :

- La lutte contre l'inactivité
- Le développement de ses capacités physiques
- La prévention primaire, secondaire et tertiaire des pathologies
- Le développement personnel et l'estime de soi

DANS UN PARCOURS DE SOIN, LE RUGBY A 5 PERMET :

- D'améliorer la qualité de vie en réduisant les effets indésirables des traitements et la fatigue
- De diminuer les risques de récurrence et d'améliorer le pronostic de la maladie
- De retrouver une dynamique positive tant sur le plan physique que psychologique

INFORMATIONS PRATIQUES :

🕒 Jeudi 18h - 19h

📍 Stade de Chantemerle, Ruelle à l'âne, Bagneux Saumur



FFR
LIGUE RÉGIONALE
PAYS DE LA LOIRE



**"LA FORCE D'UNE ACTION COLLECTIVE
POUR VOTRE BIEN-ÊTRE ET VOTRE SANTÉ"**

