

Le Rugby Santé, c'est une pratique sport-santé proposée par la FFR, dans le cadre du sport sur ordonnance :

- Une activité collective, mixte et SANS PLACAGE
- Un encadrement dédié (dirigeant, éducateur, professionnel de santé) pour accueillir les pratiquants dans les meilleures conditions
- Des éducateurs formés pour accueillir des personnes atteintes d'une affection de longue durée ou d'une maladie chronique présentant des facteurs de risques et des personnes en perte d'autonomie grâce à une formation adaptée (brevet fédéral rugby à 5 – Niveau 2 « Santé »)
- Une activité physique adaptée à la pathologie, aux capacités physiques et au risque médical du patient.



CONTACTS



Laëtitia : 06 03 75 34 26



rugbycreteilchoisysante@gmail.com



Facebook : Rugby club créteil-Choisy :
la page



Stade Jean Bouin
77 rue pompadour
94600 Choisy Le Roi

Entraînements
Lundi 20h / 21h30
Samedi 10h30 / 12h00



RUGBY CRÉTEIL CHOISY

SECTION RUGBY SANTÉ

SANTÉ

Pour les pratiquants, le rugby santé est une activité dont les retours sont très positifs :

**BIEN-ÊTRE, ÉCOUTE,
PARTAGE, INCLUSION,
CONVIVIALITÉ**

Les données sur le développement des capacités physiques, grâce au rugby santé sont également importantes :

- Augmentation de la santé cardio-vasculaire
- Augmentation de la santé cardio-respiratoire
- Amélioration de la condition générale
- Amélioration de la motricité

RUGBY SANTÉ



Le club, fort de ses 400 licenciés en école de rugby, en rugby compétition féminin et masculin, en loisir et en R5, ouvre la section Rugby Santé.

Nos éducateurs formés spécifiquement au rugby santé et au sport adapté vous proposeront une activité encadrée et progressive afin de vous accompagner au mieux dans la découverte ou la redécouverte du rugby.

Au RCC Santé, on ne recherche pas la performance mais avant tout le plaisir de jouer et de pratiquer une activité physique en équipe.



BÉNÉFICES

Condition physique

Améliorer votre condition physique par une pratique adaptée du rugby santé.

Bien-être

L'activité physique adaptée c'est la garantie d'un bien être physique et mental

Plaisir

Partager un moment de convivialité en groupe, se défouler chacun à son rythme en fonction de ses capacités. Le rugby c'est aussi la camaraderie et la bienveillance !!