Vivez la Passion Rugby



Rugby Santé et si vous osiez ?

FFR
LIGUE RÉGIONALE
ÎLE DE FRANCE

Le rugby, un sport qui s'adapte aux différences des uns et des autres ainsi qu'aux parcours de vie !

RUGBY SANTÉ

Vous êtes atteint d'une Affection Longue Durée (ALD) : cancer, diabète, maladie cardiovasculaire, AVC ... et vous avez envie de faire du sport dans le cadre de la prévention primaire, secondaire et tertiaire ? Le Rugby Santé est fait pour vous !

Le Rugby Santé est **un rugby sans contact, encadré, adapté, mixte et convivial !**

Au sein du club, vous serez accueilli(e) par **un encadrement formé** qui adaptera les exercices à votre pathologie. Les entrainements sont construits en concertation avec **le référent médical de la section** Rugby Santé qui assurera la liaison avec **le médecin qui vous aura prescrit l'activité.**

Pourquoi choisir le rugby ? Les avantages sont nombreux :

- Mettre son corps en mouvement
- Réduire les effets des traitements
- Retrouver de l'énergie
- Prendre du temps pour soi
- Maintenir le lien social
- Recréer l'estime de soi

Envie de nous rejoindre, contactez-nous !

© LIFR - © photos : Arnaud Josse



FFR
LIGUE RÉGIONALE
ÎLE DE FRANCE

ligueidf.ffr.fr