



Vous avez plus de 60 ans

Rejoignez la nouvelle équipe de Rugby Santé

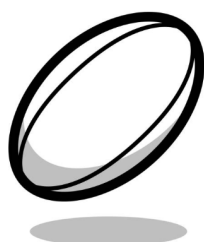
Le Rugby Santé est une pratique du rugby adaptée, sans contact et accessible à tous, quel que soit l'âge ou la condition physique. Encadrée par des éducateurs formés, cette activité met l'accent sur le bien-être, la remise en mouvement et le plaisir collectif. Elle permet d'améliorer la condition physique en douceur, l'équilibre et la coordination, le lien social et la confiance en soi

Le Rugby Santé est particulièrement adapté aux personnes souhaitant reprendre une activité physique, aux seniors ou aux personnes atteintes de pathologies chroniques, dans un cadre sécurisé et convivial.

Séances animées par l'ASM Vitalité

CISTERNES-LA-FORET

Terrain de rugby



A partir du 23/03/26

Rendez-vous le lundi

15h00-16h00

13 séances jusqu'à l'été : 23/03 - 06/04 - 20/04 - 27/04 - 04/05 -
11/05 - 18/05 - 25/05 - 01/06 - 08/06 - 15/06 - 22/06 - 29/06

Reprise en septembre

PARTICIPATION GRATUITE

Inscription obligatoire :

- au 04 73 33 17 64
- En ligne sur www.clic-riom.fr

Nombre de places limité - les personnes inscrites s'engagent à venir et à avvertir le CLIC dans les meilleurs délais, en cas d'annulation exceptionnelle.

Carsat Retraite & Santé
au travail
Auvergne

