

**Vous avez plus de 60 ans**

# Rejoignez la nouvelle équipe de Rugby Santé

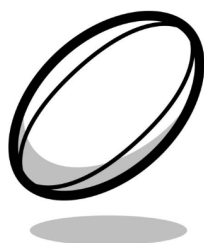
Le Rugby Santé est une pratique du rugby adaptée, sans contact et accessible à tous, quel que soit l'âge ou la condition physique. Encadrée par des éducateurs formés, cette activité met l'accent sur le bien-être, la remise en mouvement et le plaisir collectif. Elle permet d'améliorer la condition physique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

## RIOM

**Stade Emile Pons**



**A partir du 25/03/26**

**Rendez-vous le mercredi**

**15h30-16h30**

**13 séances jusqu'à l'été : 25/03 - 08/04 - 22/04 - 29/04 - 06/05 -  
13/05 - 20/05 - 27/05 - 03/06 - 10/06 - 17/06 - 24/06 - 01/07**

**Reprise en septembre**

**Inscription obligatoire :**

- au 04 73 33 17 64
- En ligne sur [www.clic-riom.fr](http://www.clic-riom.fr)

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

**PARTICIPATION GRATUITE**

