

LE RUGBY À 5, LE JEU DE DEUX MAINS

Le plaisir du Rugby sans
les contacts !

Une discipline sans
choc, ni plaquage avec
une dimension festive
et conviviale.

Discipline entièrement
mixte qui se pratique à
tout âge.



Les entrainement ont
lieu tous les vendredi
de 20 à 22h

Au stade de Corbelin

Essai possible

Contactez-nous :

Julien 07 82 33 47 29

Les 5'croc et 5'roses



Et si vous partagiez la passion de votre enfant?

Rejoignez vous aussi le RCC en faisant du

RUGBY 5

à 

Votre enfant fait du rugby, bravo ! Mais savez-vous que vous aussi vous pourriez en faire ?



Pourquoi ne pas vous mettre au **rugby à 5**, un **rugby sans choc et sans plaquage** entièrement basé sur la passe et l'évitement. Les équipes peuvent être **mixtes et sans limite d'âge** tant que vous êtes en forme pour courir !

Bien mieux qu'un footing, 100 fois plus convivial qu'une salle de gym, idéal pour rester en bonne santé, le rugby à 5 vous permettra aussi de **partager les couleurs du club avec votre enfant** et de créer un lien formidable avec lui.

Alors n'hésitez plus, rejoignez le club de votre enfant, rejoignez les 5'crocs et 5'roses du RCC !

Les Règles Essentielles du Rugby à 5 :

- 5 joueurs sur le terrain et 6 remplaçants maximum
- Pour marquer, on doit aplatir le ballon dans l'en-but adverse
- Pour défendre, on touche le porteur du ballon à 2 mains simultanément entre les épaules et les hanches
- En cas de ballon passé en avant ou tombé au sol, la balle est rendue à l'équipe adverse

