

## Rugby à 5 : La Finale ce week end à Lectoure



Rugby à 5 : La Finale ce week end à Lectoure

### Sport | Finales nationales de Rugby A5

Depuis de nombreuses années, l'engouement autour du rugby à 5 et le nombre de pratiquants ne cessent de croître. L'organisation des tournois au sein des ligues régionales continue d'évoluer et la volonté des équipes de se qualifier aux finales nationales de rugby à 5 est grandissante.

Après deux éditions des finales nationales de rugby à 5 organisées à Blois (Centre-Val de Loire), les phases qualificatives et finales du tournoi 2024 vont se dérouler à Lectoure, samedi 29 et dimanche 30 juin sur les terrains du Stade Ernest Vila, de 10h à 16h.

C'est un grand moment pour Lectoure. Alors, tous au stade !

### Rappel sur le rugby à 5

Le Rugby à 5 est une pratique loisir sans plaquage, qui se caractérise par le « toucher à deux mains » pour stopper la progression de l'adversaire. Il s'agit d'une activité mixte (hommes et femmes peuvent jouer ensemble), qui s'adresse à tous, quelle que soit la condition physique. Il conserve les fondamentaux du Rugby, à savoir « avancer en continuité, soutenir, conserver, presser », tout en étant accessible au plus grand nombre et à la mixité.

Il en existe deux catégories : le Loisir Bien-Être et le Rugby Santé. La Section Rugby à 5 « Loisir-Bien-Être » est accessible à toute personne, sans pathologie déclarée ou en prévention primaire, après l'obtention d'un certificat médical de non contre-indication. La Section Rugby à 5 « Santé » accueille des personnes en prévention tertiaire, souhaitant pratiquer une activité « Santé », après l'obtention d'une prescription médicale associée au certificat de non contre-indication.



rugby a 5 affiche.jpg