

Bouger à Mérignac



Ils se sont mis aux « Rubies »

Mise en place en 2016 par le service de cancérologie du CHU de Toulouse et adaptée à Mérignac par l'association Drop de Béton, la pratique du rugby santé a des effets thérapeutiques vérifiés sur des personnes en surpoids ou en rémission après un cancer. « Nous adaptons les règles du rugby. L'objectif est de toucher sans plaquer, de faire fonctionner le collectif pour aller déposer le ballon derrière la ligne d'en but sans chuter dessus. Pas d'exercices, pas de théorie : on fait des petits matchs d'une heure auto-arbitrés, sur la pelouse synthétique du nouveau terrain du Burck que nous prête la mairie », explique Fred Gruel, responsable du projet chez Drop de Béton.

C'est tout et c'est déjà beaucoup : « Tous ceux qui ont essayé sont revenus ! » Soutenue par la Ville, cette opération, baptisée « Rubies », rassemble depuis le 1^{er} septembre une dizaine de joueurs, patients de l'institut Bergonié. Cependant, le sport santé s'adresse à tous : à Mérignac, les soignants aussi jouent sous les couleurs des « Rubies ».

Tous les jeudis de 18h à 19h

Renseignements sur f.gruel@dropdebeton.fr

SAM Tennis

Tournoi du bon vivre

Du 3 au 16 janvier

Tournoi de tennis régional des plus