



CLUB OMNISPORTS DE LA VALLÉE DE L'ARC

ALPHA OVALARC



ALPHA Provence Sports
6, Rue des Minimes - 13530 TRET
Courriel : alphaprovincesports@gmail.com
Site : www.alphaprovincesports.fr



Club affilié FFR

ACTIVITÉ RUGBY LOISIR & TOUCH – Saison 2025/2026

Touch :

Plusieurs créneaux possibles (2 seront conservés en fonction des disponibilités des joueurs). Un soir pour approche compétition (skills, ateliers, jeu rapide...) et un autre soir pour jeu plus loisir (jeunes, famille...).

- Lundi et mercredi : 19h30/21h – Pourrières
- Jeudi : 19h/20h30 - Puyloubier

Début des entraînements : Lundi 08 septembre 2025



Rugby Loisir à XV

Entraînements avec des ateliers et du jeu avec plaquages (plus ou moins intense en fonction des objectifs de jeu) et matchs et moments de convivialité réguliers.

- Samedi : 11h - 13h stade de Puyloubier (pelouse naturelle)
- Matchs amicaux pendant l'année
- Séances toute l'année, y compris vacances scolaires

Début des entraînements : Samedi 06 septembre 2025



TARIFS :

Touch Loisir : : 175 €

Touch compétition : 225 € licence Touch France incluse

Rugby XV Loisir : 175 € licence FFR incluse

- **option** 2 séances d'1 heure de renforcement musculaire par semaine avec section Dynafit : 50.00 €
Lundi et jeudi de 18h à 19h salle multi-activité – salle verte – stade de la Gardi à Trets

Inscription et règlement sur site www.alphaprovincesports.fr - section Rugby Loisir- suivre le lien Asso-Connect

PROGRAMME :



Apprendre ou perfectionner les attitudes du rugby et du touch ;
Acquérir ou retrouver les automatismes des différents postes sur le terrain ;



Transmettre et partager les valeurs du rugby et du touch ;



Réaliser une activité sportive dans un cadre amical.

Responsable de la section Rugby adultes

Julien Girardi (Girardi.julien@gmail.com)

Responsables du Touch:

Emmanuel Amiot (Emmanuel_amiot@hotmail.com)

Simon Guyot (simon.guyot@gmail.com)



L'association ALPHA se réserve le droit d'apporter des modifications au programme