

# Mini Gazette du R



DE TOUT,  
POUR BIEN VIVRE  
NOTRE CONFINEMENT  
ENSEMBLE

## R... Rugby toucher

**RUGBY à 5** : pratique loisir sans contact, proposée par la F.F.R, qui se caractérise par le « toucher à deux mains » pour stopper la progression de l'adversaire. Il s'agit d'une activité mixte, avec des entraînements d'1 heure (1 à 2 fois/semaine), qui s'adresse à tous, quelle que soit la condition physique. Le Rugby à 5 conserve les fondamentaux du rugby « avancer en continuité, soutenir, conserver, presser » tout en ouvrant la pratique au plus grand nombre et à la mixité.

Pourquoi pratiquer le Rugby à 5 ?

- Participer à une activité bien-être, conviviale, ludique, collective et mixte
- Découvrir ou continuer le rugby par un jeu sans plaquage
- Développer la cohésion d'équipe, la mise en avant du collectif
- Pouvoir jouer sur tout terrain (herbe, synthétique, gymnase, cour d'école...)
- Lutter contre la sédentarité
- Améliorer ses capacités physiques et cardiovasculaire



## R... Replet

**REPLET** :

Sens 1 : Se dit d'une personne forte, aux formes rondes.

Sens 2 : Désigne de manière caricaturale la générosité et l'abondance d'une action, d'une émotion.

## R... Rhubarbe

**RHUBARBE** : Connaissez-vous bien ce légume qui se déguste plus en fruit ? Appuyez sur l'image pour le savoir.



## R... Rhomboïdes

**RHOMBOIDES** : Informations et conseils [cliquez ICI](#)

Et pour mieux comprendre, une [ANIMATION](#) de votre squelette...

<https://www.youtube.com/watch?v=sQPnLuPgy4E>



## R... Répliques

**REPLIQUES de films** ! Testez-vous en famille avec ce [BLIND TEST](#) de 16 mn. 20 films à trouver en 30 secondes !

<https://youtu.be/INPQstKVf1Q>

**Bonne  
chance**

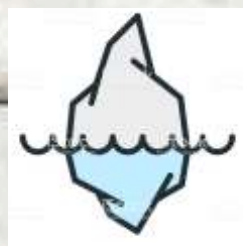
## R... Rocamadour

ROCAMADOUR ... Qui suis-je ?

1. Une commune ?
2. Un fromage ?
3. Un escroc ?
4. Une chanson ?
5. La traduction de « Rocher au milieu des eaux » ?
6. Une boisson ?



Solutions dans la prochaine MG, lundi 13 avril.



## R... Rébus

REBUS à décrypter... A vos réponses !

