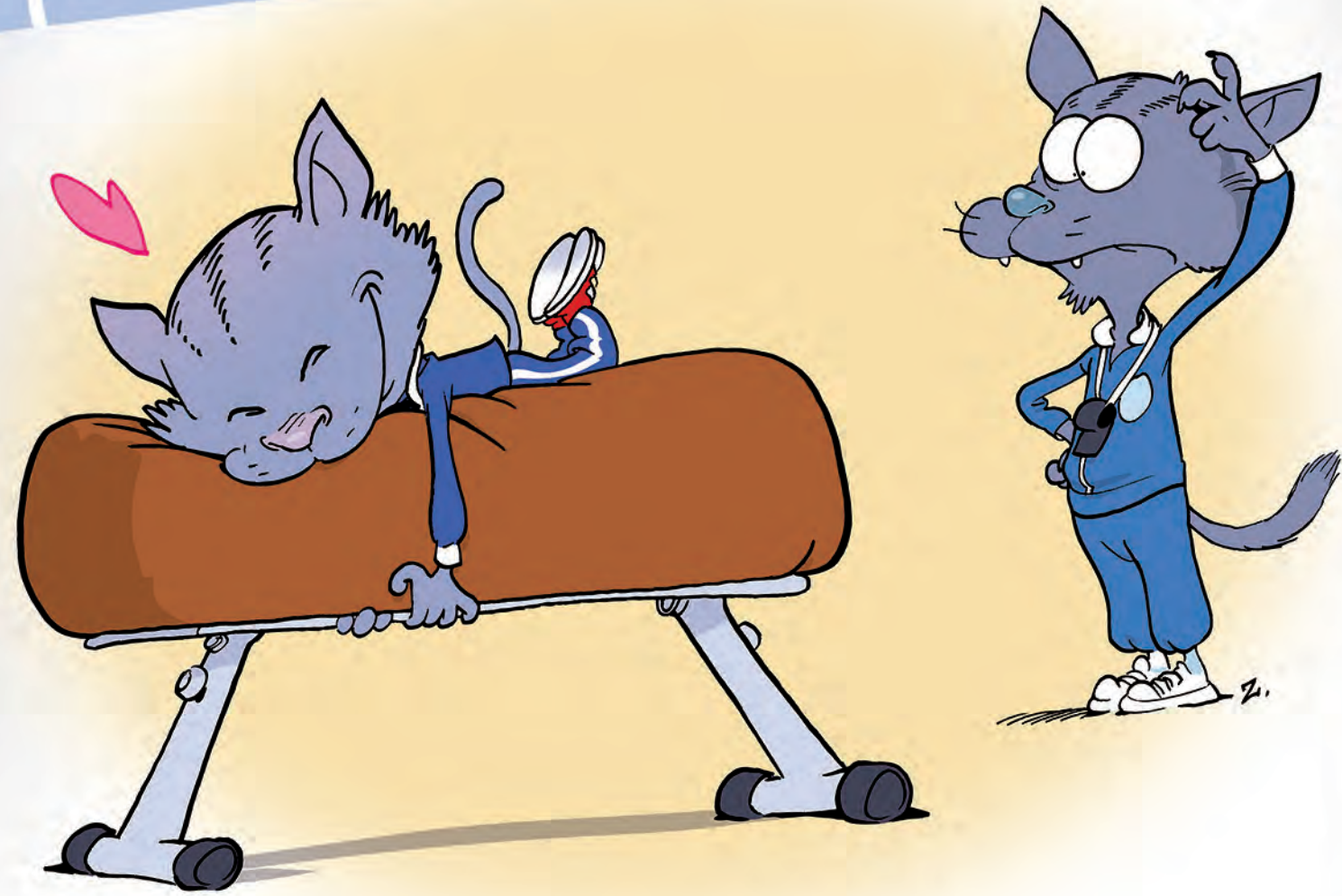


Le 10 regole d'oro della ginnastica



Faccio ginnastica per divertirmi



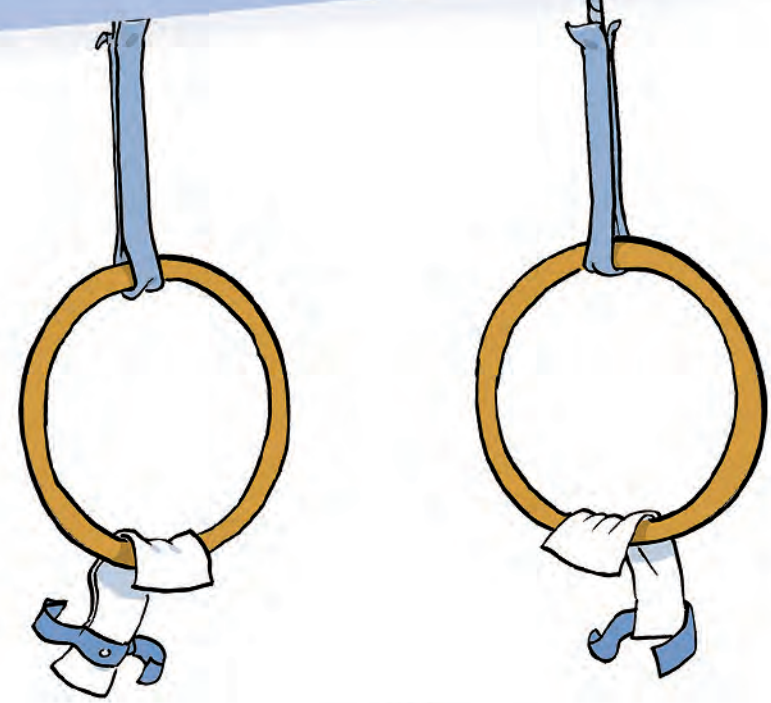
La cosa più importante dello sport è divertirsi.

Inseguo i miei sogni, non quelli di qualcun altro



Poniti obiettivi realistici e celebra ogni successo che ottieni.

Ascolto il mio corpo



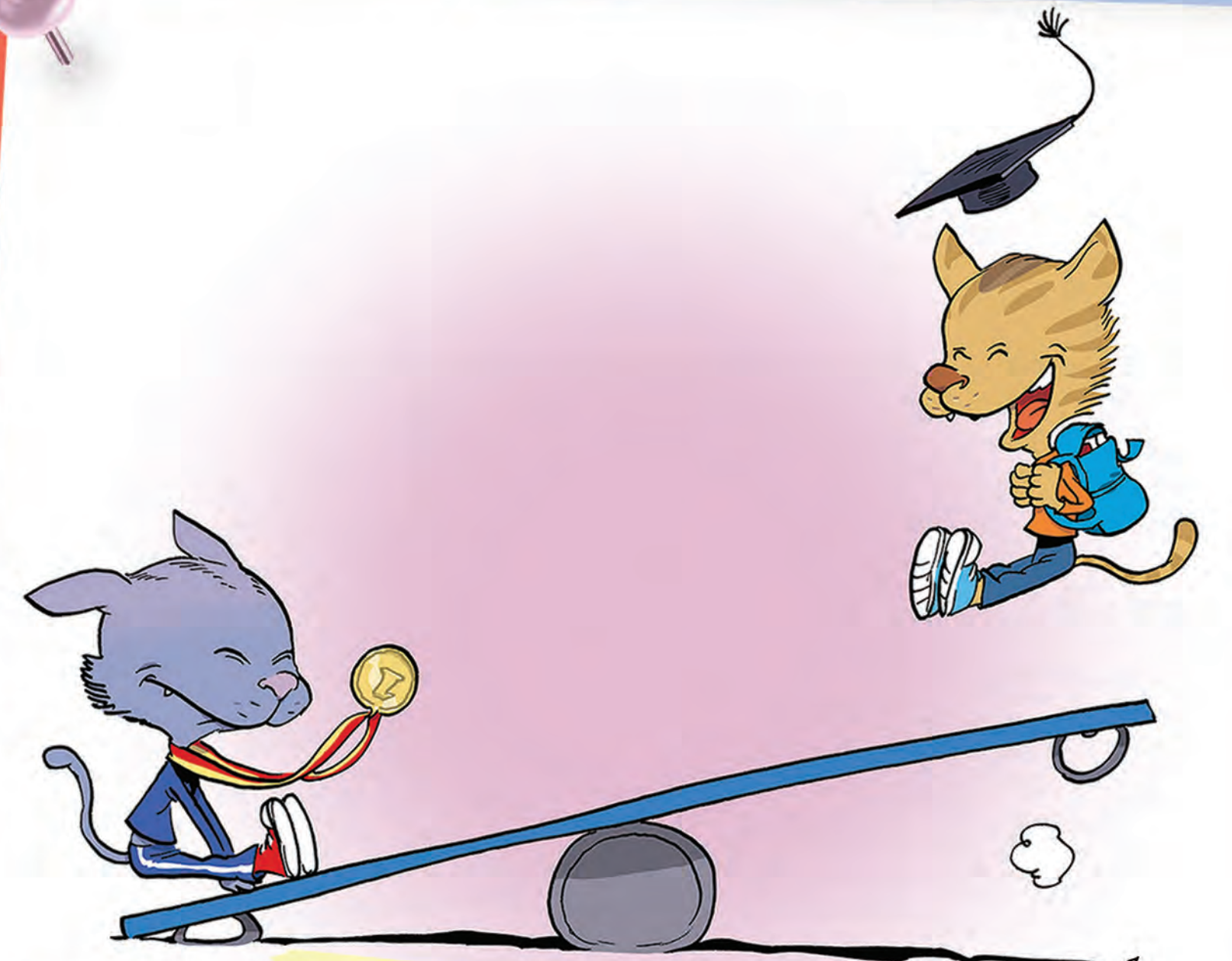
È importante riconoscere e rispettare limiti e capacità di ognuno di noi.

So che avrò giorni buoni e giorni difficili



Alti e bassi, vittorie e battute d'arresto fanno parte di ogni processo di apprendimento.

Bilancio la mia passione per la ginnastica con gli altri grandi obiettivi della mia vita



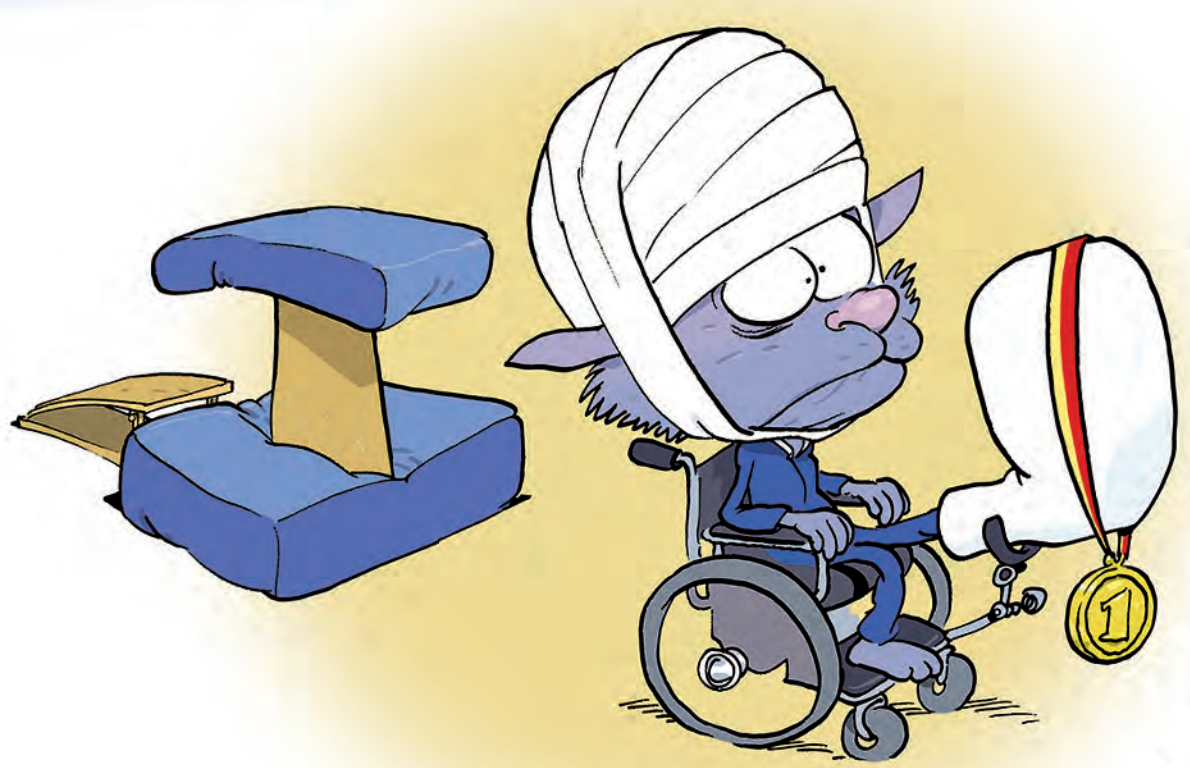
Trovare un buon mix di studio/lavoro, sport e tempo libero ci aiuta a crescere e ad aver successo come persone.

Ho il diritto di essere rispettato così come sono



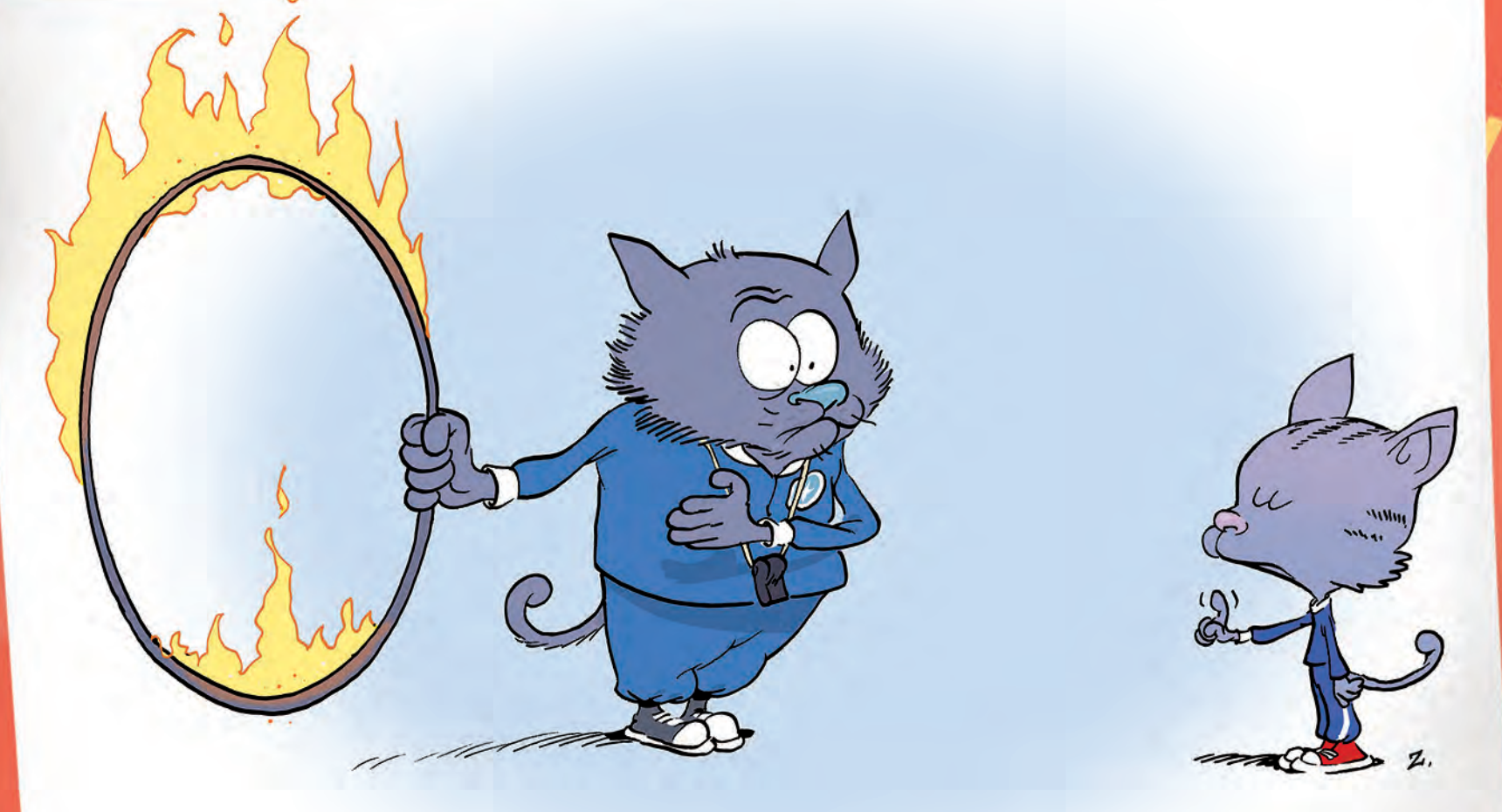
Bisogna apprezzare l'unicità e i punti di forza di tutti. Il successo arriva in tante forme.

La mia salute è più importante delle medaglie



La salute mentale, emotiva e fisica di un atleta viene prima dei risultati, sia a breve che a lungo termine.

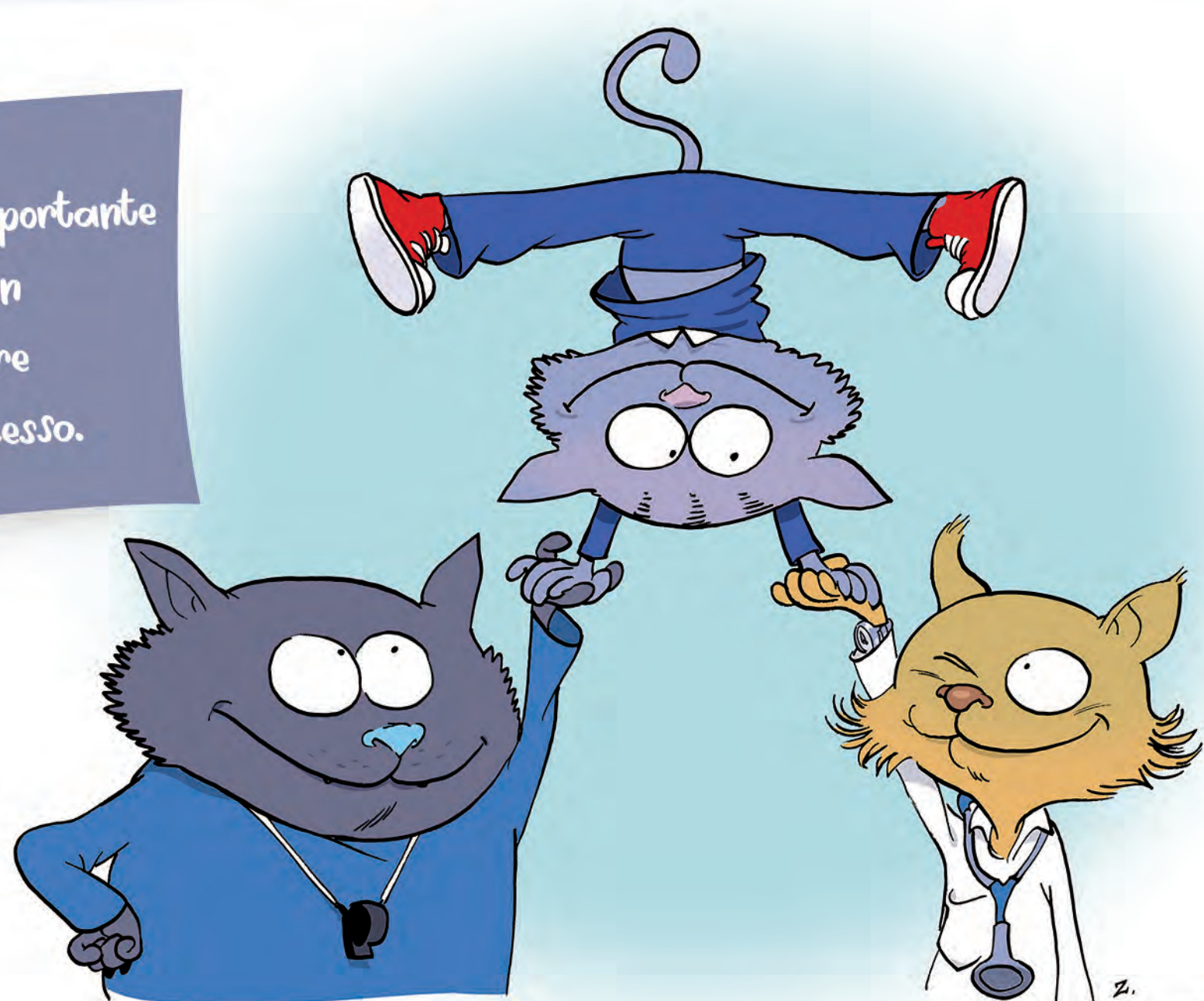
Ho il diritto di esprimermi liberamente, di essere ascoltato e trattato correttamente



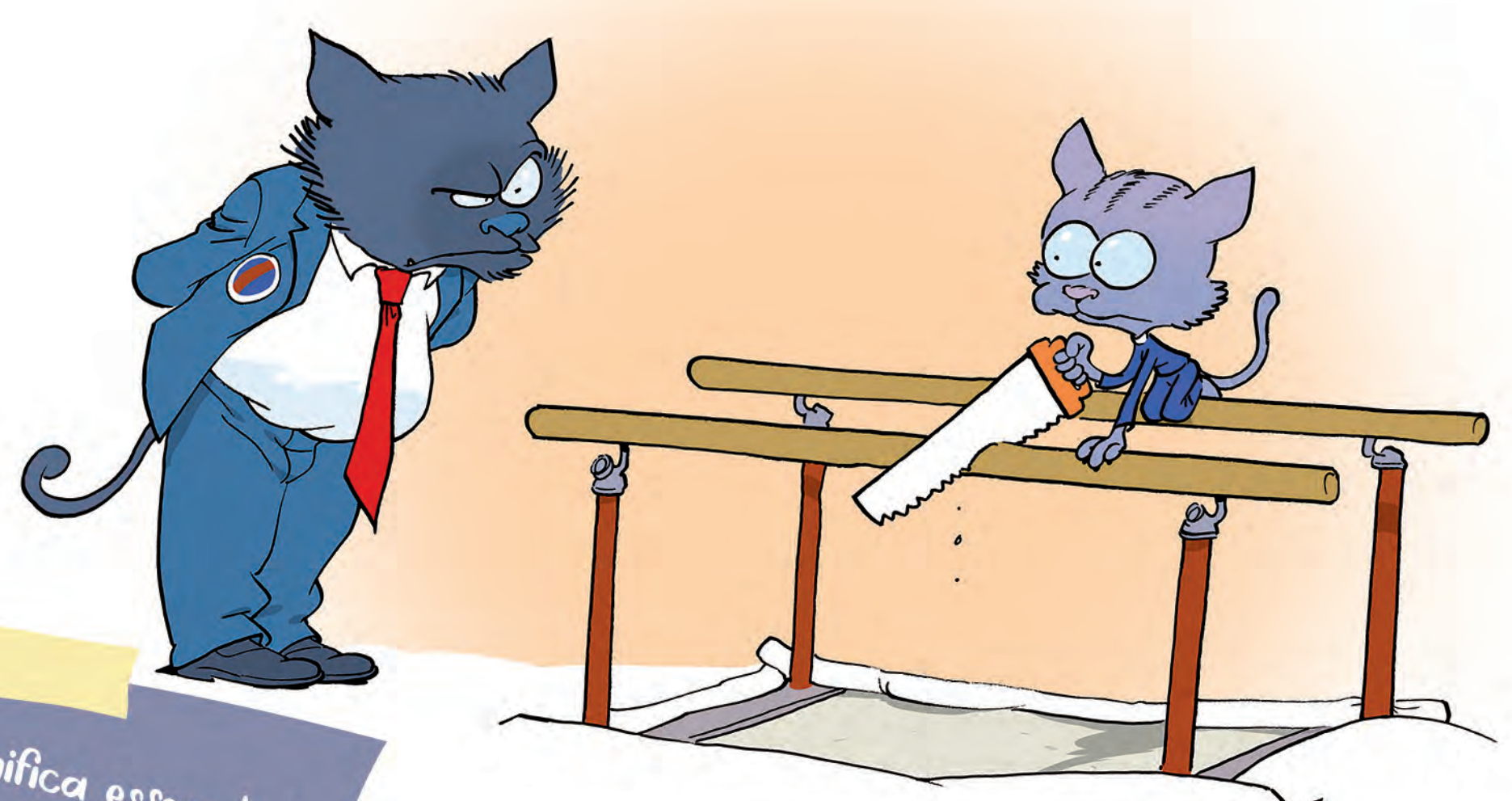
Ognuno deve avere l'opportunità di esprimere rispettosamente il proprio punto di vista su questioni che lo riguardano, senza timore di essere punito.

Capisco e rispetto il ruolo delle persone che mi circondano

Ognuno ha un ruolo importante da svolgere e lavorare in squadra il modo migliore per raggiungere il successo.



Agisco con correttezza e integrità



Essere sportivo significa essere leale e sincero. Sii onesto con te stesso con gli altri e rispetta le regole.