



ASD Danz'Aria Casciana Terme



Via Magnani, 85

Sede legale: via di Ceppato, 44 - Casciana Terme Lari, Pisa - C.F.90065000508 P.Iva 02379960509

LE 10 REGOLE D'ORO

- 1. PRATICO LA DANZA SPORTIVA PER PASSIONE:** danzare è prima di tutto divertimento
- 2. ASCOLTO IL MIO CORPO:** nello sport è fondamentale riconoscere e rispettare limiti e capacità di ognuno di noi
- 3. INSEGUO SOLO I MIEI SOGNI:** celebra ogni successo che ottieni perseguendo solo i tuoi obiettivi
- 4. BILANCIO LA MIA PASSIONE PER LA DANZA CON ALTRI POTENZIALI TRAGUARDI DELLA MIA VITA:** per crescere ed avere successo è importante trovare un equilibrio tra studio, lavoro, sport e tempo libero
- 5. HO IL DIRITTO DI ESSERE RISPETTATO COSÌ COME SONO:** ogni forma di successo è unica e va tutelata
- 6. AVRÒ GIORNI BUONI E GIORNI DIFFICILI:** ogni processo di crescita è fatto di alti e bassi, vittorie e sconfitte
- 7. LA MIA SALUTE VIENE PRIMA DELLE MEDAGLIE:** la cura dell'atleta deve essere mentale, emotiva e fisica, prima che focalizzata sui risultati
- 8. RISPETTO IL RUOLO DELLE PERSONE CHE MI CIRCONDANO:** per raggiungere il successo è importante lavorare in *team*, rispettando il ruolo di tutti
- 9. HO IL DIRITTO DI ESSERE ASCOLTATO:** nello sport bisogna ascoltarsi e lasciare che ognuno possa esprimersi liberamente senza temere punizioni o incomprensioni
- 10. MI COMPORTO CON LEALTÀ E ONESTÀ:** uno sportivo è sempre corretto e sincero con sé stesso e con gli altri