

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