

GLAVNI TEMELJI ŠD GAIANA

1. DISCIPLINA

Upoštevam navodila trenerja in ne motim trenerjev ter drugih članov tima ter skrbim za nemoten potek treninga.

2. SPOŠTOVANJE

Prijazen sem do vseh članov tima, jim pomagam, jih vzpodbujam na treningih in tekmovanjih ter prijazno usmerjam. Trenerje poslušam, sem do njih prijazen in upoštevam njihova navodila. Nasprotnika spoštujem in za zmago se borim pravično - fair-play!

3. UČENJE IN VZTRAJNOST - DATI VSE OD SEBE

Na treningih spremljam in poslušam trenerja, upoštevam navodila ter se sproti učim in obnavljam svoje znanje, doma pa vaje ponavljam vsak dan. Na tekmovanjih je cilj dati vse od sebe in to je pomembnejše od rezultata. Dober rezultat pride s treningom in vztrajnostjo, ne odneham, kadar mi gre slabo, temveč vztrajam toliko časa, da izpolnim cilj. Nato si postavim nov cilj.

4. POTRPEŽLIVOST

Počakam na vrsto, tekmujem samo kadar je tekmovanje. Uspešen sem lahko samo, če dovolj dolgo pravilno vadim in pri tem sem potrpežljiv, saj rezultati ne pridejo čez noč. Z vsakim neuspehom se naučim, kaj lahko popravim in to upoštevam pri naslednjih vajah, treningih ter tekmovanjih, da postanem boljši.

5. NESEBIČNA POMOČ

V Taekwondo teamu GAIANA se veliko naučim in svoje znanje ter izkušnje nesebično delim z drugimi člani tima. Trenerju nesebično pomagam, saj brez njegove pomoči ne bi pridobil vsega znanja in veščin. Pomagam tudi ostalim po najboljših močeh, če ugotovim, da potrebujejo pomoč. Pomagam, ker to želim in ne ker moram!!!

