

FAIR HANDELN

Du bist fair zu deinem Gegner, indem du ausschließlich mit ehrlichen Mitteln ohne Manipulation deinen Sport ausübst. Dabei bist du ehrlich zu dir selbst und den anderen gegenüber. Du bist dir bewusst, dass dein Sport, Spiel und Wettkampf ohne den gegnerischen Partner nicht möglich wäre.

RESPEKT ZEIGEN

Du bist respektvoll deinem Gegner, deinem Trainer und dem Schiedsgericht gegenüber, indem du dies in Wort und Gestik im Training und vor, während und nach dem Wettkampf ausdrückst. Hierzu können eine respektvolle Begrüßung und Verabschiedung im Wettkampf gehören.

LEISTUNG ERBRINGEN

Du strebst danach, deine beste Leistung zu erbringen. Du erkennst die Leistungen anderer an und suchst bei eigenen schlechten Leistungen keine falschen Begründungen.

HILFE BEREITSTELLEN

Du bist hilfsbereit jedem gegenüber. Dies ist unabhängig von dessen Leistung und Status. Du bemühst dich darum, neue Sportler in die Gruppe zu integrieren und hilfst ihnen nach deinen Möglichkeiten bei der Sportausübung.

VERANTWORTUNG ÜBERNEHMEN

Du zeigst Verantwortung für dich und die Menschen in deinem sportlichen Umfeld durch Ernsthaftigkeit, Pünktlichkeit und Disziplin. Gerade in schwierigen Situationen zeigst du Selbstbeherrschung und bist dir dieser Verantwortung bewusst.

KRITIKFÄHIG SEIN

Du bist selbstkritisch, indem du dich bemühst, mit Kritik angemessen umzugehen. Kritik empfindest du als Vorschlag und Impuls für dein Verhalten. Deine Kritik anderen gegenüber äuserst du respektvoll und ehrlich.

WÜRDE ACHTEN

Du wertschätzt die Würde des Menschen, wenn du fair bist und dich respektvoll verhältst, wenn du dir deiner Verantwortung bewusst bist und Hilfe bereitstellst, wenn du besonnen Kritik äuserst und im Leistungsstreben dein gegenüber achtest.

WERTE leben im SPORT

