

Les valeurs de la gymnastique

Respect

Respecter autrui (dirigeants, entraîneurs, juges, adversaires...)

Respecter les règles sportives

Respecter l'environnement (matériel, équipement, nature)

Engagement

Développer le goût de l'effort et donner son maximum (dépassement de soi)

Entreprendre en surmontant les difficultés

Solidarité

Collaborer avec son groupe (équipe, club, Fédération, pays)

Progresser ensemble (se soutenir et s'entraider pour avancer ensemble)

Excellence

Rechercher la perfection et la beauté du geste

Organiser sa pratique en maîtrisant les risques

Équilibrer et rééquilibrer son corps en permanence

Rechercher la précision en toutes circonstances

Responsabilité

Assumer sa présentation, sa prestation devant les autres

Accepter d'être jugé par les autres

S'exprimer avec authenticité (sans tricher avec soi-même ou avec les autres)

Plaisir

Pratiquer par plaisir, et pour le plaisir

Pratiquer avec le plaisir comme source de progrès

Rechercher l'épanouissement personnel et collectif

Partager les émotions sportives