



PANATHLON INTERNATIONAL

LUDIS IUNGIT

75
1951-2026

CARTA ÉTICA DO RESPEITO

1. O respeito é uma escolha e um estilo de vida.
2. O respeito se mede pelos comportamentos porque, se o talento é uma oportunidade maravilhosa que não depende de nós, a educação é sempre uma escolha.
3. O respeito é uma forma de responsabilidade porque, ao dar o exemplo, moldamos as relações e o contexto em que vivemos.
4. Respeito é também um olhar para as pessoas que nos rodeiam e para o ambiente em que vivemos e nos treinamos para aprender e crescer através da beleza do diálogo.
5. Ao respeitar e aceitar as emoções que sentimos, aprendemos a ter empatia pelos outros.
6. A inclusão é uma das formas mais elevadas de respeito.
7. O respeito, em seu significado mais profundo (do latim *respicere*), é um novo olhar que valoriza o percurso de crescimento do atleta e da pessoa.
8. Na fase de desenvolvimento, é um dever respeitar os ritmos de crescimento dos jovens atletas.
9. Através do respeito pelo adversário, aprendemos a respeitar a nós mesmos.
10. Através do respeito pelos companheiros e pela equipe técnica, tornamo-nos um exemplo a ser seguido.
11. O treinador e os pais devem respeitar não apenas as qualidades do jovem atleta/filho, mas também seus limites iniciais, para transformá-los em áreas de melhoria.
12. Todo resultado alcançado por um atleta merece respeito, desde que seja proporcional ao seu real potencial e capacidade.
13. Devemos respeito à camisa esportiva que vestimos por representar algo maior do que nós mesmos (companheiros, história, clube).
14. O respeito pela diversidade é um dos recursos mais importantes de uma equipe, que começa tratando com cuidado aquilo que não conhecemos.
15. Respeito é deixar a camisa em um lugar melhor do que aquele em que a encontramos, com empenho e dedicação.
16. Respeitar os espaços do treino, da competição e do vestiário é o primeiro passo para respeitar o ambiente em que vivemos: daí nasce a disciplina de uma equipe.
17. O talento esportivo é um dom que deve ser respeitado por meio do treino diário.
18. É importante respeitar tanto a vitória quanto a derrota: são as duas faces da moeda chamada crescimento.
19. Não há atalhos para as vitórias; combater o doping significa respeitar a si mesmo e a própria saúde.
20. Conhecer as regras do esporte significa respeitar os árbitros que as fazem valer: não basta apenas falar, é preciso agir com respeito.

Referências

A presente Carta foi elaborada pelo Panathlon Club Como, que propôs a sua adoção pelo Panathlon International

Gand, 6 de junho de 2026



VILLA QUEIROLO

Via Aurelia Ponente 1 - 16035 Rapallo (GE) - I

Tel. +39/0185/65295-6

www.panathlon-international.org