



PANATHLON INTERNATIONAL

LUDIS IUNGIT

**75**  
1951-2026

## CARTA ETICA DEL RISPETTO

1. Il rispetto è una scelta e uno stile di vita.
2. Il rispetto si misura dai comportamenti perché, se il talento è una bellissima opportunità che non dipende da noi, l'educazione è sempre una scelta.
3. Il rispetto è una forma di responsabilità perché, dando l'esempio, modelliamo le relazioni e il contesto in cui viviamo.
4. Rispetto è anche uno sguardo verso le persone che ci circondano e l'ambiente in cui viviamo e ci alleniamo per imparare e crescere attraverso la bellezza del confronto.
5. Rispettando e accettando le emozioni che proviamo, impariamo a entrare in empatia con gli altri.
6. L'inclusione è una delle più alte forme di rispetto.
7. Il rispetto nel suo significato più profondo (dal latino *respicere*) è uno sguardo nuovo che valorizza il percorso di crescita dell'atleta e della persona.
8. In età evolutiva è un dovere rispettare i tempi di crescita dei giovani atleti.
9. Attraverso il rispetto dell'avversario si impara a rispettare sé stessi.
10. Attraverso il rispetto dei compagni e dello staff si diventa un esempio da seguire.
11. L'allenatore e il genitore devono rispettare non solo le qualità del giovane atleta/figlio, ma anche i suoi limiti di partenza per trasformarli in aree di miglioramento.
12. Ogni risultato che un atleta consegue merita rispetto se commisurato alle sue reali potenzialità e capacità.
13. Alla maglia sportiva che indossiamo dobbiamo il rispetto di rappresentare qualcosa di più grande di noi (compagni, storia, società).
14. Il rispetto della diversità è una delle più importanti risorse di una squadra che inizia trattando con cura ciò che non conosciamo.
15. Rispetto è lasciare la maglia in un posto migliore di dove l'abbiamo trovata con impegno e dedizione.
16. Rispettare gli spazi dell'allenamento, della gara e dello spogliatoio è il primo passo per rispettare l'ambiente in cui viviamo: da qui nasce la disciplina di una squadra.
17. Il talento sportivo è un dono che va rispettato attraverso l'allenamento quotidiano.
18. È importante rispettare la vittoria così come la sconfitta: sono facce della medaglia chiamata crescita.
19. Le vittorie non hanno scorciatoie, combattere il doping significa rispettare sé stessi e la propria salute.
20. Conoscere le regole dello sport significa rispettare gli arbitri che le fanno applicare: non basta solo parlare, ma bisogna agire con rispetto.

### **Riferimenti**

*La presente Carta è stata elaborata dal Panathlon Club di Como, revisionata dalla CREC e dal CI, che ha proposto l'adozione da parte del Panathlon International*

Gand, 6 giugno 2026



**VILLA QUEIROLO**

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

Tel. +39/0185/65295-6

[www.panathlon-international.org](http://www.panathlon-international.org)