

# VALEURS DE LA FFGYM

## 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