



**30 OTTOBRE 2015**

con la partecipazione del 'nostro' capitano

**MASSIMO ACHINI**

(presidente Nazionale del Centro Sportivo Italiano)

MI IMPEGNO A RICORDARMI CHE LO  
TUTTO UN CAPITANO NE  
perde l'anima.

Mi impegno a essere un esempio di dedizione  
si costruiscono le vittorie piu' importanti.

Mi impegno a dare sempre il meglio di me e a puntare  
fa parte del gioco.

Mi impegno a riconoscere le mie sconfitte e ad imparare da chi è più  
per cercare di migliorare.

Mi impegno a collaborare con gli arbitri e ad aiutarli, rispettando il loro servizio  
non sarebbe così bello.

Mi impegno a collaborare col mio allenatore affinché la squadra applichi al meglio le sue indicazioni  
perché la fiducia tra allenatore e giocatori passa anche dal mio ruolo di capitano.

Mi impegno a rispettare il regolamento del gioco della mia disciplina ed a rispettarlo,  
intolleranza e violenza, contribuendo personalmente a testimoniare una cultura della pace attraverso  
il rispetto della persona, confrontandomi e misurandomi sportivamente.

Mi impegno a vivere cristianamente lo sport, certo che la pratica sportiva non solo sia una semplice  
attività fisica, ma un'esperienza che dà senso alla vita di ciascuno.

Mi impegno a rispettare il mio corpo e ad accettare i miei limiti, rifiutando scorciatoie, integratori inutili,  
medicinali e sostanze che somigliano piu' al doping che al talento sportivo.

# NOTTE DEI CAPITANI 2015

MI IMPEGNO A ESSERE UN VERO CAPITANO CSI: UN CAPITANO SUL  
CAMPO, MA SOPRATTUTTO UN CAPITANO NELLA VITA

Mi impegno a ricordarmi che lo sport è prima di tutto un gioco e che senza divertimento lo sport  
che si costruiscono le vittorie piu' importanti.

Mi impegno a essere un esempio di dedizione negli allenamenti, perchè è nel sacrificio quotidiano  
la sconfitta fa parte del gioco.

Mi impegno a riconoscere le mie sconfitte e ad imparare da chi è piu' forte di me,  
rialzandomi ogni volta per cercare di migliorare.

Mi impegno a conoscere il regolamento del gioco della mia disciplina ed a rispettarlo,  
consapevole che le regole del gioco aiutano a giocare e mi rendono piu' libero e  
creativo.

Mi impegno a collaborare con gli arbitri e ad aiutarli, rispettando il loro servizio  
senza quale il gioco non sarebbe così bello.

Mi impegno a collaborare col mio allenatore affinché la squadra applichi al  
meglio le sue indicazioni, intolleranza e violenza, contribuendo personalmente  
anche dal mio ruolo di capitano.

Mi impegno a rispettare il regolamento del gioco della mia disciplina ed a rispettarlo,  
di discriminazione, intolleranza e violenza, contribuendo personalmente  
misurandomi sportivamente.

Mi impegno a vivere cristianamente lo sport, certo che la  
pratica sportiva non solo sia una semplice attività fisica, ma  
un'esperienza che dà senso alla vita di ciascuno.

Mi impegno a rispettare il mio corpo e ad accettare i miei limiti  
utili, medicinali e sostanze che somigliano piu' al  
che al talento sportivo.

Mi impegno a collaborare col mio allenatore affinché la squadra applichi al  
meglio le sue indicazioni, intolleranza e violenza, contribuendo personalmente  
misurandomi sportivamente.

Mi impegno a vivere cristianamente lo sport, certo che la  
pratica sportiva non solo sia una semplice attività fisica, ma  
un'esperienza che dà senso alla vita di ciascuno.

Mi impegno a rispettare il mio corpo e ad accettare i miei limiti  
utili, medicinali e sostanze che somigliano piu' al  
che al talento sportivo.

Mi impegno a collaborare col mio allenatore affinché la squadra applichi al  
meglio le sue indicazioni, intolleranza e violenza, contribuendo personalmente  
misurandomi sportivamente.

Mi impegno a vivere cristianamente lo sport, certo che la  
pratica sportiva non solo sia una semplice attività fisica, ma  
un'esperienza che dà senso alla vita di ciascuno.

Mi impegno a rispettare il mio corpo e ad accettare i miei limiti  
utili, medicinali e sostanze che somigliano piu' al  
che al talento sportivo.

Mi impegno a collaborare col mio allenatore affinché la squadra applichi al  
meglio le sue indicazioni, intolleranza e violenza, contribuendo personalmente  
misurandomi sportivamente.

Mi impegno a vivere cristianamente lo sport, certo che la  
pratica sportiva non solo sia una semplice attività fisica, ma  
un'esperienza che dà senso alla vita di ciascuno.

Mi impegno a rispettare il mio corpo e ad accettare i miei limiti  
utili, medicinali e sostanze che somigliano piu' al  
che al talento sportivo.

Mi impegno a collaborare col mio allenatore affinché la squadra applichi al  
meglio le sue indicazioni, intolleranza e violenza, contribuendo personalmente  
misurandomi sportivamente.

Mi impegno a vivere cristianamente lo sport, certo che la  
pratica sportiva non solo sia una semplice attività fisica, ma  
un'esperienza che dà senso alla vita di ciascuno.

Mi impegno a rispettare il mio corpo e ad accettare i miei limiti  
utili, medicinali e sostanze che somigliano piu' al  
che al talento sportivo.

Mi impegno a collaborare col mio allenatore affinché la squadra applichi al  
meglio le sue indicazioni, intolleranza e violenza, contribuendo personalmente  
misurandomi sportivamente.

Mi impegno a vivere cristianamente lo sport, certo che la  
pratica sportiva non solo sia una semplice attività fisica, ma  
un'esperienza che dà senso alla vita di ciascuno.

Mi impegno a rispettare il mio corpo e ad accettare i miei limiti  
utili, medicinali e sostanze che somigliano piu' al  
che al talento sportivo.

Mi impegno a collaborare col mio allenatore affinché la squadra applichi al  
meglio le sue indicazioni, intolleranza e violenza, contribuendo personalmente  
misurandomi sportivamente.

Mi impegno a vivere cristianamente lo sport, certo che la  
pratica sportiva non solo sia una semplice attività fisica, ma  
un'esperienza che dà senso alla vita di ciascuno.

Mi impegno a rispettare il mio corpo e ad accettare i miei limiti  
utili, medicinali e sostanze che somigliano piu' al  
che al talento sportivo.