Centro Sportivo Italiano
Comitato di Roma

Capitano, o mio capitano

Decalogo del capitano CSI

1 Mi impegno a ricordarmi che **lo sport è prima di tutto un gioco** e che senza il divertimento lo sport perde l'anima.

2 Mi impegno a essere un esempio di **dedizione negli allenamenti**, perché è nel sacrificio quotidiano che si costruiscono le vittorie più importanti.

3 Mi impegno a **dare sempre il meglio di me** e a puntare alla vittoria, consapevole che anche la sconfitta fa parte del gioco.

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

5 Mi impegno a **conoscere il regolamento di gioco** della mia disciplina ed a rispettarlo, consapevole che le regole aiutano a giocare e mi rendono più libero e creativo.

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

7 Mi impegno a **collaborare con il 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.

8 Mi impegno a **rispettare per primo gli avversari**, che non sono nemici da abbattere, ma persone con cui confrontarmi e misurarmi sportivamente.

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

10 Mi impegno a **rispettare il mio corpo e ad accettare i miei limiti**, rifiutando scorciatoie, integratori inutili, medicinali e "aiutini" che somigliano più al doping che al talento sportivo.

Mi impegno a essere un vero capitano CSI:
un capitano sul campo, ma soprattutto il capitano nella vita.

Notte dei capitani – 19 dicembre 2009