



" De câte ori nu te-ai uitat la televizor și ai apreciat un sportiv de performanță s

"De ce este acel sportiv atât de bun? Ce are în plus față de mine? Pot să ajung și eu așa?"

Ei bine, adevărul este că toți avem un potențial fantastic pentru a excela într-un

1. Voința

Multe dintre persoane spun că le-ar placea să aibă un corp armonios, bine dezvoltat și o stare de sănă

5 calitati pe care le au sportivii de succes

Scriș de GD

Mărți, 13 Aprilie 2021 13:48

Asadar, vointa este una dintre calitatile de baza si care se regaseste pe deplin in personalitatea fiecarui sportiv de succes.

Se spune ca pentru un atlet cel mai greu este sa treaca de acel prag psihic aparut dupa primele minute de efort.

De asemenea, imagineaza-ti acel sentiment in care esti sub apa de mult timp, iar tot ceea ce iti doresti este sa scapi la suprafata.

1. Perseverenta

Stii de ce renunta cele mai multe persoane care se apuca de antrenamente la sala de forta? Multi se asigura ca vor reusi, dar nu au perseverenta.

E important ca pentru a-ti atinge obiectivele dorite sa nu te indepartezi de la traseu si sa fii perseverent, sa nu renunti la prima ocazie.

1. Seriozitate

Pentru a ajunge la un nivel de performanta e obligatoriu sa dai dovada de seriozitate. Un adevarat sportiv este serios.

Toate aceste aspecte necesita un nivel ridicat din punct de vedere al seriozitatii, fiind o calitate ce se regaseste la sportivii de succes.

1. Dedicare

5 calitati pe care le au sportivii de succes

Scriș de GD

Mărti, 13 Aprilie 2021 13:48

Se spune ca, indiferent ce faci, important este sa dai mereu 100%. La fel este situatia si in sportul de pe

Atunci cand esti dedicat cu adevarat sportului acesta va deveni prioritar, iar restul activitatilor vor putea fi

1. Cunostinte

Nu in ultimul rand, un adevarat sportiv este un placant si apasat si doreste sa fie sportiv si pe alina

*

*

** articol preluat de la

- <https://doarstiri.com/2017/06/28/5-calitati-pe-care-le-au-sportivii-de-succes/>