



# CÓDIGOS

DE CONDUCTA

FEDERACIÓN MADRILEÑA  
DE GIMNASIA

- GIMNASTA
- TÉCNICO
- JUEZ
- ESPECTADOR

# GIMNASTA



1. Practica deporte para ser feliz, disfruta y diviértete.
2. Lucha por mejorar y procura progresar siempre.
3. El deporte nos educa para la vida, así que más importante que ser un gran deportista, procura ser una gran persona.
4. En ningún deporte hay enemigos, solo rivales.
5. Aprende a ganar y perder. Cuando ganes no menosprecies al rival y anímale. Cuando pierdas, acéptalo y reconoce los esfuerzos de los demás.
6. Haz amigos dentro de tu deporte. Los resultados son pasajeros. Los amigos perduran en el tiempo.
7. Cuida las instalaciones en las que entrenas y compites. Si se deterioran, llegará un día en que ya no volverás a entrenar y competir en ellas.
8. Recuerda que tu entrenador/a es quien mejor conoce tus capacidades deportivas, respétalo, escúchalo y confía en sus consejos.
9. El trabajo diario es la base de los resultados. Ten continuidad y constancia.
10. Que la honradez y la nobleza sean tu seña de identidad.

# TÉCNICO



1. Tus gimnastas practican este deporte para ser felices. Acuérdate, son niñas/os.
2. Toma tus decisiones desde la honradez y la objetividad.
3. Que los sentimientos no anulen tu imparcialidad.
4. Aprende a ganar y perder. Cuando ganes no menosprecies al rival y anímale. Cuando pierdas, acéptalo y reconoce los esfuerzos de los demás.
5. Asume tus triunfos y errores de igual manera, tanto unos como otros te ayudarán a ser mejor técnico.
6. Cuida las instalaciones en las que trabajas, si se deterioran, llegará un día en que ya no volverás a trabajar en ellas.
7. El trabajo diario es la base de los resultados. Ten continuidad y constancia.
8. Que la honradez y la nobleza sean tu seña de identidad.
9. Ante todo, ponte en el lugar de los que te rodean y trátalos con respeto.
10. La autoridad no se impone, se merece, así que ¡gánatela!

# JUEZ



1. Conócete bien y mantén tus conocimientos al día, ello te ayudará a ser justo y ecuánime.
2. Toma tus decisiones desde la honradez y la objetividad.
3. Que los sentimientos no anulen tu imparcialidad.
4. Muestra tu profesionalidad.
5. Asume tus triunfos y errores de igual manera, tanto unos como otros te ayudarán a ser mejor juez.
6. Cuida las instalaciones en las que trabajas, si se deterioran, llegará un día en que ya no volverás a trabajar en ellas.
7. El trabajo diario es la base de los resultados. Ten continuidad y constancia.
8. Que la honradez y la nobleza sean tu seña de identidad.
9. Ante todo, ponte en el lugar de los que te rodean y trátalos con respeto.
10. La autoridad no se impone, se merece, así que ¡gánatela!



## ESPECTADOR

---

1. Participa con ejemplo. Seguramente seas el espejo de alguien.
2. Apoya y anima, nunca menosprecies.
3. Todos somos humanos, y como tal podemos equivocarnos. Recuerda que gimnastas, técnicos y jueces también son seres humanos.
4. Los insultos no van a modificar una clasificación, sólo degradan al que los pronuncia y avergüenzan a los que te rodean.
5. El conocimiento de las reglas te ayudará a ser objetivo.
6. Valora el esfuerzo y el trabajo si vas a juzgar, nunca el éxito o el fracaso.
7. Sé constructivo. No des lecciones sobre los errores después de la competición. Anima y da apoyo.
8. Mantén la calma, evita insultar y descalificar; y bajo ningún concepto utilices la violencia.
9. Cuida las instalaciones que visitas, si se deterioran, llegará un día en que ya no se realizarán más competiciones en ellas.
10. Recuerda que el resultado no es lo más importante, sino todo lo positivo, las amistades y la experiencia vivida que se llevan los deportistas cada minuto que pasan practicando el deporte que más les gusta.

20

19



Federación Madrileña  
de Gimnasia