

Atleti con l'anima

Indice

Prefazione

Introduzione

1. Una meta: la vittoria!
2. Voglia d'adrenalina: Sport *no limits!*
3. La vittoria su stessi
4. L'avversario più forte: la noia
5. L'allenatore
6. Mi fido di te
7. La respons-abilità: gli altri contano su di me
8. Siamo squadra!
9. Si gioca secondo le regole
10. Gli allenamenti
11. Il campo da gioco: la vita
12. Mai dire «Non ce la faccio»
13. Perdere con onore
14. Tante gare, una sola finale
15. A contatto con la natura
16. Il corpo: trasparenza di bellezza
17. Sempre nuovi primati
18. Vincere per qualcuno