

Règlements du groupe Devenir Ironman

- 1 Être en mission
- 2 Avoir du fun
- 3 Devenir un modèle pour notre entourage
- 4 Vivre chaque journée comme si c'était la dernière
- 5 Être émotif, mais ne pas se laisser envahir par nos émotions
- 6 Être attentif aux autres
- 7 Se souder et s'entraider
- 8 Ne jamais abandonner
- 9 Se dire les choses en pleine face
- 10 Prendre soin des autres et de sa famille
- 11 Se lever le matin
- 12 Ne jamais se vanter
- 13 Être content de s'entraîner lorsque la météo est mauvaise (froid, vent)
- 14 Accepter lorsque notre moteur est vide...
- 15 En faire toujours un peu plus
- 16 Ne pas ruminer l'échec
- 17 Bloquer nos pensées de faiblesse
- 18 Se réjouir du succès des autres
- 19 Ne pas carburer à l'échec des autres
- 20 Créer une saine compétition dans notre groupe
- 21 Partager nos trucs et connaissances
- 22 Se parler
- 23 Prendre un verre la veille du Ironman
- 24 Accueillir les autres à l'arrivée
- 25 Ne pas se doper
- 26 Avoir de l'esprit d'équipe
- 27 Promouvoir le triathlon
- 28 Avoir de l'attitude et de la détermination
- 29 Prendre des photos et des vidéos
- 30 Être souriant
- 31 Traverser la ligne d'arrivée
- 32 Être honnête avec les autres et soi-même
- 33 Être ponctuel et organisé
- 34 Trouver le confort dans l'inconfort et Devenir Ironman!!!