



Objectif → Bien-Être

Bonjour à tous et bienvenue dans l'univers de Yin Yang Sport. Un espace où l'on se met au travail pour son bien-être. Le travail par le sport ou l'activité physique et le bien-être par le Yin et le Yang où l'on va combiner ses facultés physiques et cérébrales pour trouver son équilibre. Les règles de cet univers sont très simples :

RESPECT - SOLIDARITÉ – POSITIVITÉ.

La clé n°1 de cet équilibre :

S'accepter comme on est et savoir comment on veut devenir. Tout commence à l'instant présent. Quand tu le conçois, tu peux le réaliser par le travail.

Je regarde comment j'étais, je regarde comment je suis, l'évolution est le résultat d'un travail qui a été fait à chaque moment présent. Quand le résultat me convient, je continue, quand le résultat ne me convient pas, je change mes habitudes. Les habitudes sont des faits réalisés quotidiennement et machinalement, qui font de vous ce que vous êtes. Prendre de bonnes habitudes, c'est focaliser sur ce que l'on veut devenir.

Alors que faisons-nous ensemble à Yin Yang Sport ?

- La promotion de l'activité physique pour son bien-être.
- L'organisation de festivités et d'activités sportives pour son bien-être.
- Le développement de la pratique d'activités physiques.

Le président Laurent SANTO