

十二個「奧運品格」

更新：不滿足已有的成就，不斷尋求突破和超越

接納：按照一個人生命的本身來肯定他的價值

盡責：明白並努力履行應盡的義務和所作的承諾，並勇於對所做的事情承擔下個後果。

公正：按同樣的標準對待自己和他人。

謙卑：看到自己的有限性並認同別人的貢獻。

堅韌：排除一切困難達到目標的決心和行動。

信心：堅定地相信期望中的美好事情一定會發生。

感恩：為一切所擁有的而對他人或環境心懷感激。

順服：尊敬父母、師長和其他權威，樂意聽從權威和規則的約束和指令。

仁愛：按他人需要的方式，用語言或行為表達關切。

誠實：保持真實，不欺騙自己和他人。

節制：控制欲望，總是做對自己 and 他人有益的事情。