

Le schede *quasi* tecniche
ATTEGGIAMENTO

"Nel momento della decisione la cosa migliore che puoi fare è la cosa giusta, la seconda cosa migliore che puoi fare è la cosa sbagliata, mentre la cosa peggiore che puoi fare è non fare nulla".
Theodore Roosvelt

Atteggiamento sbagliato	**Atteggiamento corretto**
Bere poco	Bere molto
Mangiare molto	Mangiare poco
Farsi condizionare dagli altri	Essere autonomi nelle riflessioni e nelle proposte
Riposare poco	Riposare molto
Credere di potere controllare tutto	Accettare di non potere controllare tutto
Non lavarsi la sera	Lavarsi la sera
Rifiutare gli imprevisti	Gestire gli imprevisti
Guardare a chi eravamo	Guardare a chi siamo
Non modificare l'itinerario in risposta a quanto accade sul campo	Modificare l'itinerario in risposta a quanto accade sul campo
Non proteggersi dal sole	Proteggersi dal sole
Lamentarsi	Apprezzare
Non fare stretching a fine tappa	Fare stretching a fine tappa
Proseguire, quando non è il caso	Rinunciare, quando è il caso
Non imparare da libri, vicende altrui, esperienze dirette, cronache dei giornali	Imparare

[ottobre/2026]

© SiCamminaCamminando.it