

ABADA CAPOEIRA GBG IF:s VÄRDEGRUND

I ABADA CAPOEIRA GBG IF strävar vi efter att skapa en kultur präglad av värme, respekt och gemenskap, där varje individ och dess unika bakgrund värdesätts.

Vi respekterar capoeira som kampsport samt den struktur och de grundprinciper som capoeira vilar på. Vårt mål är att skapa en miljö där alla känner sig trygga och kan utvecklas i sin capoeira-träning.

I vår organisation ska varje medlem känna sig välkommen och inkluderad. Vi strävar efter en träningsmiljö där ingen känner sig utanför. Vi respekterar varandras olikheter och tror på jämlikhet för alla, både på och utanför träningsgolvet.

Vi välkomnar och firar mångfald i alla dess former. Vår organisation är en plats där människor från olika bakgrunder, kulturer och erfarenheter kan mötas, lära av varandra och inspirera varandra. Genom capoeira finner vi gemensam styrka och inspiration, och vi tror att alla har något unikt att bidra med.

Varje individ tränar i sin egen takt och på sina egna villkor. Vi uppmuntrar varandra att utmana oss själva, samtidigt som vi accepterar att alla har olika förutsättningar och mål med sin träning. Vi betonar både vikten av att lyssna på sin egen kropp och att tro på sin egen förmåga och potential. Ofta är vi kapabla till mycket mer än vi tror.

Capoeira är mer än bara en fysisk aktivitet – det är också kultur, historia, musik, ett sätt att uttrycka sig, en källa till glädje och ett verktyg för att bygga relationer. Vi strävar efter att göra våra träningspass till en plats för skratt, rörelse och kreativitet. Glädje är en central del av vår träning, och vi tror att vi skapar en starkare och mer sammansvetsad grupp genom att ha roligt tillsammans.

CORE VALUES OF ABADA CAPOEIRA GBG IF

At ABADA CAPOEIRA GBG IF, we strive to build a culture characterized by warmth, respect, and community, where every individual and their unique background is valued.

We believe in the importance of respect for Capoeira as a martial art and for the structure and foundations on which Capoeira is built. We aim to create an environment where everyone feels secure and can grow in their Capoeira practice.

In our organization, all members should feel welcome and included. We strive for a training environment where nobody feels left out. We respect each other's differences and believe in equality for all, both on and off the training floor.

We welcome and celebrate diversity in all its forms. Our organization is a place where people from different backgrounds, cultures, and experiences can meet, learn from one another, and inspire each other. Through Capoeira, we find collective

strength and inspiration, and we believe that everyone has something unique to contribute.

Each individual trains at their own pace and on their own terms. We encourage each other to challenge ourselves, while accepting that everyone has different circumstances and goals for their training. We emphasize both the importance of listening to one's own body, and believing in one's own abilities and potential. Often, we are capable of much more than we think.

Capoeira is more than just a physical activity – it is also culture, history, music, a form of self-expression, a source of joy, and a tool for building relationships. We strive to make our training sessions a place for laughter, movement, and creativity. Joy is a central part of our training, and we believe that we create a stronger and more cohesive group by having fun together.