Desatero správného Modřaňáka

01 Modřaňáci se k sobě chovají jako by byli sourozenci. Pomáhají si vzájemně se posouvat dál. Modřanská posádka je vždycky víc než složená. Úspěšný Modřaňák se nikdy nepovyšuje nad ostatní Modřaňáky a naopak pomáhá slabšímu Modřaňákovi k tomu aby se i on stal silným a úspěšným Modřaňákem.

02 Správný Modřaňák není líný, dělá co je potřeba, když je to potřeba a nečeká za to žádnou odměnu ani díky. Naopak čeká posměch, ponížení a spravedlivý trest když to neudělá.

03 Správný Modřaňák umí skvěle plavat, běhat, šplhat na laně, jezdit na kole a běhat na lyžích, které si umí sám namazat. Všechno dělá se stejným nasazením jako trénink na vodě tak aby i v těchto disciplínách mohl případně soutěžit.

04 Správný Modřaňák trénuje naplno za každého počasí! Ani ho nenapadne, že by kvůli větru, dešti nebo bouřce neodjel trénink. Prostě se pořádně oblékne a jde na to! Navíc každý Modřaňák moc dobře ví, že když prší tak nefouká.

05 Správný Modřaňák nikdy nic nevzdá! Slova nemůžu, to nedám, to nejde jsou v Modřanech sprostá slova, vyvolávají posměch, ponížení a spravedlivý trest. Modřaňák ví, že na bolest se neumírá!!

06 Správný Modřaňák neodmlouvá. Trenér ví nejlépe co dělat, jak to dělat a kdy to dělat. Stačí poslouchat a makat a výsledky se dostaví.

07 Správnej Modřaňák není žádná dámička, nevadí mu spát v místnosti plný schnoucích hadrů, jíst kuře rukama, dojíst po někom jídlo, převlékat se venku a mýt se v řece. Je vycvičený usnout kdekoli, nehledě na pohodlí a hluk. Ale aby se to naučil musí to pilně trénovat.

08 Správný Modřaňák se neupejpá. Co je na stole, to je k mání! Proto nepřemýšlej a sežer co můžeš jinak na tebe nic nezbyde.

09 Správný Modřaňák umí zazpívat Žábu, Ještěřici a Modřany Go.

10 Správný Modřaňák nikdy netrhá partu, nezkazí legraci, umí dělat zábavu, rád se směje a dopíjí pivo.