



## טריאתלון נשים: כל אחת מלכה!

הייתם צריכים לראות אותן. יותר מ-1500 נשים, שהחליטו שהן שוות ושארף אחד לא ימנע מהן להראות את זה ושמישהו רק ינסה, זינקו לים בשבת בבוקר, סיימו את פרק השחייה, קפצו על אופניים, סיימו לרכב, עמדו על רגליהן והחלו לרוץ. כבר התרענו פעם שהנה מתקרב מועד טריאתלון הנשים של ישראל, ושמולץ גם לגברים, במיוחד לבעלים, לעודד, לדחוף ולהריע לנשותיהם, ששמות נפשן בכפן ומתמודדות באחד מענפי הספורט התובעניים.

היו שם נשים שהקשר היחיד שלהן לספורט, לפני שהתחילו להתאמן לטריאתלון, היה דרך הילדים והכדורגל/סל שלהם; או דרך התחנונים לבעל להנמיך את הרעש הבוקע מהטלוויזיה, שפתוחה קבוע על אחת ממוטציות ערוץ חמש.

קטנות, גדולות, רזות, שמננות, צעירות, מבוגרות, אמהות, סבתות ונכדות – כולן שחו, רכבו ורצו בחום ולחות מעיקים, נתנו את כל מה שיש להן וידעו בכל פעם שחישבו לפרוש, שהסבל זמני, התהילה נצחית. על קו הסיום הן נפלו לזרועותיהם של הבעלים-ילדים-הורים, מיוזעות, מתנשפות, ובעיקר מאושרות.

לרבות מהן, אם כמה חודשים לפני הייתם מספרים שהן עומדות להתחרות בטריאתלון, לנצח בכל הנפת יד במים, בכל דיווש באופניים ובכל צעד ריצה, היו מסתכלות עליכם במבט חצי עוין חצי מרחם וממלמלות לעברכם: 'בטח. ואני הייתי קלום!'

אז רק תדמינו את התחושות שלהן על קו הסיום. שעות ארוכות של חרדות, שהחלו כבר בשבוע שלפני; חוסר אמון כמעט מוחלט ביכולתן לתפעל עצמן בין המים לאופניים לריצה.

זה התחיל בבוקר שהילך עליהן איימים, והסתיים על קו הסיום, שבישר להן: עשיתן את זה. צלחתן את המגה-משימה שהצבתן לעצמכן; שתדעו שאתן הרבה יותר מ'אמא תעשי לי תקני לי תנקי לי ובובה מותק האוכל מוכן?'. קו הסיום היה שם, כדי לבשר להן שהוא גם קו התחלה.

הפריבילגיה הקטנה שלנו באירוע המפעים הזה היה לאמן ולהדריך במשך שלושה חודשים כמה עשרות גיבורות כאלה, לחזות בכל אימון בפלאי הפלאות והניסים שקרו בו. ורק על קו סיום, אפשר היה להבין מהו מקור הקסם. הבנות הבינו די בהתחלה, שרק חיזוק השריר הכי משמעותי בגוף, זה של המוח, יאפשר להן להצליח. תלמידות מצטיינות ...

