



2015 NRspirit

חברות וחברים,

באופן די מהיר ומעט מפתיע, הסתיימה לה השנה הזאת שמספרה 2015 (למניינם). שעות, לילות ואפילו ימים רבים בשנה שחלפה בילינו (זאת המילה!) איתכם, ולכן נראה לנו הכי טבעי (וגם אך טבעי) לשתף אתכם בכרוניקה שהיינו אחראים לה בשנה הזאת .

בשורה נוספת, שהיא בעצם התפתחות של הבשורה הנ"ל: מעכשיו (לא ממש. בעוד חודש בערך) נתחיל לשתף אתכם מדי פעם במה שקורה ב NRspirit-בקבוצות, בפעילות, בתוכניות וגם... בנו. תהיו רגועים, לא נעיק יותר מדי ונשתדל לשתף אתכם רק בדברים שמחים ומקדמים.

ורגע לפני, רצינו רק שתזכרו שבתוך כל אחד מהאירועים שהיינו שותפים להם בשנה החולפת, חויינו יחד, בכל אחד מהם, רגעים משמעותיים של התמודדות, קושי, כאב, העזה, נחישות, אושר, שמחה וחיוך. ואת הרגעים האלה אנחנו מוקירים ובזכותם אנחנו במקום שבחרנו להיות בו .

ועכשיו לעיקרי עלילות NRspirit, אתם ואנחנו, ב-2015.

ינואר

מרתון טבריה: מז"ט! 5 מרתוניסטים חדשים נולדו לנו במרתון הזה .

איש ברזל: כמיטב המסורת בת השלוש שנים, השתתפנו בשלשה .

ODTאאוט דור : טריינינג בעברית. נחשפנו לראשונה וחזרנו אליו בהמשך השנה (חרוז).

פברואר

מרתון ת"א: 30 רצים של NRspirit ושני מעודדים קולניים במיוחד .

רצים ומרצים: נתנו הרצאה בקאנטרי קלאב כפר-סבא לקראת המרוץ בעיר .

מרץ

מרתון ירושלים: הטיול השנתי שלנו בעיר הקודש.

מרוץ כפר-סבא NRspirit: הקבוצה הגדולה ביותר זו שנה שנייה ברציפות; וגם – כבוד ויקר לקבוצת הילדים המיוחדים שלנו שהשתתפה.

יום ספורט משפחות: היה כייף גדול להורים וילדים, בזכות ה ODT-מחודש ינואר.

אפריל

כפר-מונאש: פתחנו את קבוצת הריצה הראשונה בהיסטוריה של הכפר .

באה מאהבה: הרצאה בפני תלמידי תיכון רבין בכפ"ס, עם הרבה אהבה.

מאי

הר לעמק: 50 שליחים שייצגו נאמנה את הספיריט של NRspirit טריאתלון נשים: זכינו להיות שותפים בפריצת דרך של יותר מ-30 נשים באה מאהבה 2: בחזרה לזירת הפשע. ושוב האהבה ניצחה.

יוני

מעון נווה רם: פגישה ראשונה במוסד, שסללה עבורנו את הדרך לעבוד עם אנשים עם צרכים מיוחדים צליחת הכנרת (לאורך!): יגאל, מיודענו מבריכת הקאנטרי, (X1000) שוחה 25 ק"מ בליווי שלנו .

יולי

www.nrspirit.co.il ורקדנו והשקנו (יחד איתכם) את האתר במועדון גלובל בר . אימוני חיזוקים: פצחנו במופע חדש, דרמה סוחטת דמעות, בכל יום רביעי .

אוגוסט

ערד – מצדה: חצי מרתון לילי ומקסים, חברים מהקבוצות, ליליים ומקסימים לא פחות .

ספטמבר

הגעת אל היעד, עכשיו מתחילים לעבוד: סדנה לשימור מתאמנים שהעברנו באתנה (איגוד ספורט לנשים) יומולדת לנעמי: זתומרת אולטרה-מרתון קליל של 51 ק"מ, עם הרבה חברות וחברים . מרתון ברלין: שלחנו שגריר כבוד . טריאתלון הילדים בכפר-סבא: הילדים המיוחדים שלנו רצים קילומטר אחד, יחיד ומיוחד .

אוקטובר

אימון משפחות: עוד סוג של ODT, עוד אימון-בילוי נהדר למשפחות . סובב עמק: כבוד גדול וכפיים לחברים מ NRspirit-שסובבו את העמק על שתי רגליים .

הפעלת יומולדת לבנות: עשרה: עושים שמח וספורטיבי. רק בשמחות.
הריצה לחיים: הרצינו בפני נשאות הגן BRCA וחולות סרטן בכנס עמותת ברכה באשקלון.
באה מאהבה 3: הפעם הרצאה ואהבה לתלמידי מגמת הכדורעף בתיכון גלילי.
מרתון אמסטרדם: שגרירי כבוד גם שם.

מרתון זילנד, הולנד: שגרירת כבוד (גדול!) אפילו שם.
Night Run גם מרוץ הלילה של ת"א אירח כ-20 חברי NRspirit

נובמבר

מרוץ ברכה: הריצה המרגשת של החודש.
מרוץ אייל: שיאים חדשים וכיף ישן ומוכר למתאמנים שלנו.
ערוץ הספורט: נציגתנו בפרומו למרתון המדברי.
מרתון מדברי: חוויה של מחנה אימונים, כייף, מירוץ וביחד שמח.

דצמבר

נותנים לאוונים: הדלקנו אור בחנוכה לילדי פנימיית אונים, עם תרומת
67זוגות נעליים וכ-100 חולצות ואביזרי ספורט.
רצים מרוויחים חיים: הרצינו על הריצה ונפלאותיה ביום בריאות בחטיבת בר-לב
עמק המעיינות: על מסלול חצי המרתון הקלאסי הפליאו רוץ נציגינו לבית-שאן
קבוצת השבוע: שוונג בחר ב-NRspirit-לקבוצה של השבוע.
באה מאהבה 4: הרצאה באירוע חגיגת יומולדת 50.

זהו. וכבר מזנקים ל-2016, עם תוכניות, הגשמות, פעילויות, אירועים, מרוצים, אימונים, שאיפות וחלומות. יהיה
נפלא לעשות את זה יחד איתכם!

אוהבים,

נעמי ורוני