



יומן יוני

אז מתי מסכמים חודש? לקראת סופו? בסופו? בתחילת החודש הבא אחריו? לא, כי זה שוב קרה לנו ושוב ברח לנו, ממש בין הידיים. סוף חודש, כל חודש, הוא מין מועד כל כך חמקמק. לפעמים אתה מצפה לו במשך חודש שלם ובדיוק ברגע שהוא שם, אתה לא שם... עסוק. טרוד. בחו"ל. במילואים. בסידורים. ואז פוף! פתאום כבר תשעה בחודש. באמת שלא הוגן כל הפורמט החודשי הזה...

וכמובן שמכאן כדאי לגשת במהירות לסיכום חודש יוני, שרק לפני רגע חלף על פנינו. רק זה חסר לנו, שתשעה יהפוך לעשרה, ואנה אנו באים.

כמה קורות מרגשים פקדו אותנו במהלך חודש יוני. בכולם, כמובן, כלולים אנשים מרגשים, רובם ממחלקת הספיריט שלנו ואחרים ממחלקות אחרות. והנה מה שקרה בחודש שעבר.

הרצאה אופטימית

סדרת ההרצאות בבתי ספר המשיכה גם בחודש שעבר. הפעם בית ספר כפר-סבאי, ברנר שמו, שחשף כ-200 תלמידי יסודי לדברים שהבאנו לפתחם. עיקרם: נחישות, העזה, התמדה, אמונה ואהבה. היה, כאמור, מרגש, וגם אופטימי ושמח.

טריאתלון אלופות

שנה שביעית ברציפות ליווינו במשך כחצי שנה את הטריאתלטיות החדשות, בתהליך מקסים של יצירת הזדמנות ומימושה באופן מעורר כבוד והשראה. חצי שנה של אימונים מאתגרים לנשים, שרובן מעולם לא חלמו אפילו לדעת מה זה טריאתלון; לא דמיינו שזה יכול להיות קשור אליהן; ואם היית אומר להן גם לפני 3-4 חודשים, שרגלן תדרוך על קו הסיום של טריאתלון כמתחרות, היו ממליצות עבורך בחום על אישפוז בכפייה. אבל הן עשו זאת. התאמנו, תירגלו, התאמצו, העזו והצליחו. היום הן כבר יודעות, שהדרך אל התהילה מתחילה ומסתיימת אצלן, בנחישות, בהעזה ובמיקוד למטרה שלהן עצמן. א ל פ ו ת !

תוכנית עברית

נכון שבעניין התוכנית השנתית אנחנו יהודים עברים כשרים, ובונים אותה מתשרי לאלול. מצד שני, אם תשאלו אותנו מה המועד העברי של מרוץ ים אל ים שלנו בשנת התשע"ט, נפלבל בעינינו ונמלמל משהו כמו 'עזוב אותי, באמאש'ך'... אז לתוך המשבצות העבריות האלה אנחנו נועצים כבר זה כמה חודשים את כל האירועים, המרוצים, ההרצאות, הסדנאות, מחנות האימון והאימונים שרגע לפני עוד בעבעו במוחנו הקודח. ולא קל הדבר, כידוע למי שידוע, מכיוון שהכל תלוי בהכל שתלוי בהכל ובכל. מה כן? הולכת להיות שנה איכותית, אינטנסיבית ומהנה. בהצלחה!

NRspirit EVENT - אירוע הזהב

במעבר מושלם מהאייטם הקודם: אם טורחים על תוכנית לכל השנה, ועוד כזאת שאותיות עבריות מסמנות את הימים שבה, הרי ברור לכל רץ שהיא תוצג קבל עם ו-spiriteam באירוע עם spirit גדול. ההכנות רבות, הזמן קצר, הארגון מורכב והביצוע זהב...

מועשרים

קונספט חדש נולד החודש: אימון העשרה, בערב, מיד לאחר אימון הריצה. מצד אחד מעט תובעני וטורד; מצד שני הרבה נוחות למתאמני הריצה באותו ערב; מצד שלישי, אז למה לא בעצם? והנה כבר החודש, יולי, שיבצנו עוד אחד כזה במערכת. תבלו!

מופתעים

כל אימון הפתעה שלנו, גם אם הוא נחשף כמה ימים לפני המועד, עדיין טומן במסלולו הפתעה. ובעצם כל אימון כך. נקודת הזינוק, המסלול והסיום ידועים מראש; התחושות, ההרגשה, המיחושים ומצב הרוח לעולם יישארו תעלומה עד שנגמע את המרחק. אז אימון ההפתעה המסוים הפתיע פעמיים. הראשונה בכך ששינינו מסלול תוך כדי תנועה ופלשנו אל מתחם לא מתוכנן; והשנייה איכויות המתחם הלא-מתוכנן הזה. אז קודם כל כבוד לטיפוס על הר הזבל בהוד השרון והמשאבים שנדרשו כדי להשלים את המשימה; ומיד אח"כ הפארק שצמוד להר הזבל, שהתגלה כמתחם מושלם לאימון איכות איכותי... עוד נחזור!

שמחת חיים בדרך אל ים המוות

השתתפנו במודל הראשון של המרוץ הזה, כשהיה עדיין בחיתוליו עם 18 ק"מ, ומאז רצנו בכל אחת מהגרסאות, כולל זו האחרונה שלפני שבועיים. אל קו הזינוק, בשעה 3 בבוקר, גררנו איתנו עוד כ-30 NRspiriteam מפהקים אך נכונים למשימה, ורצנו אל הזריחה. נפעמנו מהמדבר שהלבין לאור הירח, רקדנו בירידות, זינקנו בעליות ושמטנו לסתות באחת הפסגות, כשקרני אור ראשונות זרחו על ים המוות והציגו אותו חי יותר מכל רגע אחר ביממה. מפזזים ושרים חצינו את קו הסיום למרגלות מצדה, נוגעים בחומרים שמרכיבים שמחת חיים, גם על שפת ים המוות. ואז גילינו, שאין כמו פודיום בסיום מרוץ לליבוי השמחה הזאת.

גבירותי ורבותי! קבלו את עופרה ואיילת שלנו, אלות מונומנטליות בעודן בחיים, שזכו במקומות הראשון והשני, בהתאמה, והביאו כבוד מלכות לכל מי ש-spirit זורם בדמו. רספקט.

עכשיו יוני מאחור, יולי בעיצומו, אוגוסט מתקרב ושנה עברית חדשה, השנה שלנו, תפרוש כנפיה עוד לפני שנספיק להגיד סיבוב קל, סיבוב בינוני וסיבוב מתגברת. היו מוכנים לקראתה...

באהבה מנעמי ורוני