

חופשת הקיץ שלי במחנה אימונים של הטאקוונדו
גבעת חביבה, אוגוסט 2010

החופש הגדול הגיע ואיתו הקייטנות, הסדנאות וחבריהם של הילדים שבאים ונשארים שעות ארוכות ואפילו לישון. ימים ספורים לאחר תחילתו כבר נשמעו צמד המילים "משעמם לי" בבית שנשמע מגובה של מטר עשרים וקצת.

לי לעומת זאת לא היה משעמם לרגע. לאמתו של דבר לא היה לי רגע לנשום אפילו כוס קפה עם חברות. הרגשתי שאני נקברת תחת עומס המשימות שלקחתי על עצמי ושהחופש בורח לי בין האצבעות. כשארז הודיע שיש מחנה אימונים והוא פתוח גם למבוגרים החלטתי שאני יוצאת. זו תהיה החופשה שלי השנה! שבירת השגרה. התרחקות משלל המשימות ומהצורך לחשוב מה להכין לארוחת הצהריים. חופש לכל דבר מבחינתי. את התיק ארזתי בשעה לא מרוכזת אחת בלילה שלפני. פשוט דחפתי פנימה דברים שאולי אצטרך. מה העניין הגדול? הרי כבר ארזתי תיקים רבים בעבר.

לאוטובוס הגעתי מחכה לריקנות שתתפוס את מקומה בראשי. למחשבות שינוחו. פגשתי לידו ילדים מתרגשים, הורים חוששים שליוו את ילדיהם, נערים שמעלים השערות אילו תרגילים מחכים להם במחנה הזה, ובוגרים נוספים שחייכו על ההזדמנות הנפלאה הזו לצאת למחנה עם ילדים ונוער כאחד מהם. נסיעה של כשעה וקצת באוטובוס מלא התרגשות הביאה אותנו ליעדנו. "גבעת חביבה". סמינר של הקיבוץ הארצי שהוקם ב-1949 והותר ללמד את הערכים עליהם הוקמה מדינת ישראל. (המלצה שלי: חפשו מידע נוסף באינטרנט.)

ירדנו מהאוטובוס ישר לאולם הספורט הקטן שצפוי לראות אותנו שעות רבות בשלושת הימים הקרובים. הנחנו את הציוד שם, עלינו על חליפות והתחלנו באימון.

האימונים היו חוויה מיוחדת לא רק בגלל התוכן והחשיפה שלהם לתרגילים שונים מהאימונים הרגילים אלא גם ובעיקר בגלל הקהל שלהם. יחד התאמנו חברי הנבחרת הקרבית עם ילדים חדורי מוטיבציה ויכולת מדהימה ועם מבוגרים שהכירו את הטאקוונדו אחרי שהילדים שלהם הצטרפו לחוג. רצים בקצב שונה, מתרגלים שונה ומספר חזרות שונה. אבל מזיעים, מתאמצים ומנסים לעשות את התרגילים דומה. ביחד. כל אחד לפי היכולת שלו ויותר. כל אחד דוחף את עצמו עוד קצת. לוחש לעצמו שאם חברי יכול גם אני אצליח. מקבל השראה מחברי הנבחרת. יותר מהר. יותר חזק. יותר מדויק. לא להישבר. לשנות בכל הזדמנות ולחזור לאימון.

כאן אני חייבת לציין את חברי הנבחרת שמשכו את כולנו למעלה. ארוז נתן לנו לחלוק את האימונים שלהם בעצימות נמוכה יותר ומטרה: לנסות להגיע ליכולות שלהם. ואם כבר נתנו למחשבות חופשה וסגרנו את הברגרות שלנו בבית, אז גם "אני לא יכול" או "אני מבוגר מידי לדברים האלו" נשאר בבית ואני עם עמיתי המבוגרים ניסינו הכל. תודות חמות לנוער ולילדים שהתחשבו בנו וקיבלו אותנו כחלק מהם, לא כיסחו לנו את הצורה בבעיטות שלהם ואפשרו לנו להיות בני זוג לעבודה.

אחרי האימון הראשון חולקנו לפי בחירתנו לחדרים כשהתנאי היחיד היה שבנים ובנות בנפרד. סחבנו את הציוד לחדרים שהחזירו אותי ישר לטירונות ולימי אכסניות הנוער של פעם. כיוון שהמחשבות בחופשה יכולנו להתארגן מהר לתנאים החדשים. להתארגן על התור למקלחת ולמצוא לכל חפץ מקום. גם המיטות חולקו מהר. מהחדרים האחרים נשמעו קריאות ההתארגנות של הילדים. השוואת תנאי החדרים. בדיקת מי ישן למעלה ומי למטה. מי בחדר עם מי. וכמובן למי יש טלוויזיה. איכשהו גנרל שמועתי היה בטוח שאצלנו בחדר יש טלוויזיה. ורק לאחר שנסקר חדרנו היטב הונחה דעתו שלא שופרו תנאינו על-פני האחרים. קיבלנו הסברים על הפעלת המזגנים ויצאנו לחדר האוכל.

סביב שולחנות ארוכים מכוסי מפה, מול מגשים עם אוכל שעמס כל אחד לעצמו, עלו שיחות החולין. פה החלה וצמחה היכרות שאינה רק בשפת הטאקוונדו. אחרי שנגמרו הדיונים לגבי טיב ומגוון האוכל ומי מביא את קנקן המיץ או המים התחילו דיונים על מכוונת השתייה ברחבי הסמינר, בדיחות וסיפורים מחיי היומיום כמו שרק סביב שולחן אוכל אפשר להעלות.

סדר היום שלנו כלל אימונים שהופרדו בהפסקות לארוחה ומנוחה. 4-5 אימונים ביום. מתחילים עם אימון השכמה. מסיימים עם אימון לילה. בהפסקות ניתן היה להבדיל בבירור בין הילדים לשאר באי המחנה. הם היחידים שעוד היה להם כוח וסיבה לרוץ בין החדרים, לנהל שיחות חשובות, להתווכח ולזוז בכלל. כל היתר נצפו מוטלים על מיטותיהם שואבים כל דקה למנוחה. ארז גם דאג שתהיה לנו אפשרות להכנס לבריכה. היא נפתחה במיוחד בשבילנו. ערכנו בה חימום תחרותי כשאנחנו משלבים כוחות. חוינו פומסה איטי ומהיר כשאנו שקועים בתוך המים עד צוואר. ומשחק כדור מים בהשתתפות כולם.

בערב שבת ערכנו קידוש משותף. יונתן זנגי ברך ונענה ע"י הקהל. התירוש נמזג והברכות נאמרו.

ביום השלישי כבר התחלנו להשוות כיווצים. אילו שרירים כואבים. תוהים איך נעבור עוד יום של אימונים. אבל ארז, כמו שמאסטר יודע, דחף אותנו שוב להוציא את הכל. אתגר אותנו בתרגילים וצ'יפר בהפוגת מסאג'. בזוגות או בקבוצות מעסים זה את זה. נאנחים בקולות עמוקים. באימון האחרון קיבלנו גיוון של משימות לפי הג'וקים שהיו לנבחרת ולנוער בראש. כי הם אלו שהעלו רעיונות לביצוע. אז התחרנו מי בועט יותר מהר אפצ'אגי בימין ובשמאל. מי מהיר יותר בבעיטות נמוכות מתחלפות. מי טוב בנקודת זהב. מי תופס את המגבת ובורח. ועוד. באימון הבריכה נרגענו, ציננו את הגוף והשתוללנו בדרך שבה כל אחד בחר לעצמו.

בדרך הביתה האוטובוס כבר נראה אחרת. עם תחילת הנסיעה כובו האורות ורק לאורם הקלוש של מנורות המעבר אפשר היה לראות את גופם העייף של הספורטאים מוטל בתנוחות שינה ייחודיות לאוטובוסים. במועדון חיכו לנו ההורים, נרגשים ומתגעגעים.

עייפה, ללא יכולת להירדם, אני כבר חושבת על המחנה הבא.
תמר