

סיכום בייג'ין פראלימפי - 2008 שחייה

מאת: נח רם

בתחרות השחייה השתתפו כ-70 מדינות מתוך 148 המדינות שנטלו חלק במשחקים הכללים. הנבחרת שלנו לא הייתה במיטבה בתחרות עקב מספר גורמים שחברו:

- האסון שקרה ל**איציק ממיסטבלוב** לפני היציאה, דבר שהביא לביטול היציאה שלו לבייג'ין
- הזמן הקצר שעמד לרשות **קרן ליבוביץ** לנסות "לחזור למוטב" מבחינת היכולות שלה בשחייה לאחר לידת התאומים (שנה בלבד של אימונים תוך אי יכולת לספוג עומסים גדולים באימונים עקב "בלאי" גדול בכתפיים לאחר ניתוח).

עם השחינים יצאו לבייג'ין שני המאמנים שעבדו עם השחינים לאורך כל תקופת ההכנות:

- **יעקב בניננסון** מאיל"ן חיפה שאימן והכין את **ענבל פורו ואייד שלבי**.
- **נח רם** אימן את **ענבל שוורץ** השייכת ארגונית למועדון ספיבק רמת גן, ומבית הלוחם תל אביב **זיו בטר, יזהר כהן, קרן ליבוביץ**, מבית הלוחם חיפה הצטרף **ליעוז עמר**.

בצוות המלווה את השחינים:

- **אדם בדיר** פיזיותרפיסט
- **חנוך בודין** "הנותן" בראש לעיוורים (לקראת סיום הבריכה יש לסמן לשחינים על ידי נגיעה בראש)
- **יוסף שלבי** אבא של **אייד** כמלווה אישי

לפני סיקור אישי של השחינים, ברצוני לציין ולהודות למלווים אותנו בהכנות ליציאה ובתחרויות:

- **הדס חפץ** בשם רדו שלא חסכה כל מאמץ לסדר "דברים"
 - תודות מיוחדות ליחידה לספורט הישגי באמצעות גברת **יעל לנדר**
 - ברצוני להודות ל**יוסי ונגר** יו"ר ועדת השחייה שעשה מלאכתו בשקט ובנחישות
 - מעל לכל, תודה גדולה ל**ד"ר רוני בולוטין** שכל בקשה מבחינה מקצועית או ארגונית שלנו מולאה במלואה (מדובר בטרם היציאה לבייג'ין).
- פירוט השחינים (לוח השוואת תוצאות מצורף לסיכום):

זיו בטר, שחיין מחונן שלא הצליח לממש יכולתו ב-100 חפשי, כמו כן זיו שחה 50 מטר ברמתו הרגילה. לזיו, לדעתי, על פי רמת האימונים שהציג "הגיע" להצליח יותר.

ענבל שוורץ, שחינית חסרת ניסיון במצבי לחץ שעדיין לא צברה ניסיון בין לאומי מספיק ובכל זאת, עשתה הפתעה מאד נעימה ב-50 פרפר, חבל שמעדה לקראת משחה 50 חפשי.

יזהר כהן, שחיין מיוחד ביותר, שמצליח מדי פעם להפתיע מחדש במסירות לחברים ולקבוצה, בגלל קשיים אוביקטיביים המעיט באימונים (הכפיל את מספר הילדים שיש לו מאז אתונה) ובכל זאת חזר על תוצאות אתונה פחות או יותר.

ליעוז עמר, הוא השחיין שעשה מאמצים יותר מכל שחיין אחר בבואו לאימונים מדי יום מקרית חיים, התאמן יפה ביותר והתוצאות מדברות בעד עצמן.

ענבל פורו, השחינית המוכשרת והמצליחה מכולנו (שלא לומר ... גם יפה) התאמנה במסירות רבה והרבה שעות אשר נתנו את התוצאות המצופות בתחרות (שלוש מדליות כסף + שיאי ישראל בצורה משמעותית).

קרן ליבוביץ, שחינית אשר עשתה בארבע שנים הספק גדול מאד, ניתוח בכתף שהצלחנו לא מלאה, לידת תאומים נחמדים בניחוח קיסרי וחזרה לאימונים סדירים לקראת בייג'ין. אני מרשה לעצמי להניח כי העומס והמתח בגידול ילדים לאם חד הורית השפיע על יכולתה של קרן לחזור לעצמה. קרן שחתה משחה אחד בלבד בו התוצאה הייתה טובה מהמיקום לו צפינו.

אייד שלבי, הפתעת הנבחרת. אייד שחה בצורה יפה ויוצאת דופן בארבע משחים בהם השתתף.

כאשר מתמודדים על מדליה אין משמעות לשיפור שיא האישי, אך כמובן שחשוב ביותר לנצח יריבים ברמת המתחרים על המדליות.

פירוט התוצאות האישיות של השחינים:

6S				ענבל שורץ
	50 חפשי	50 פרפר	100 גב	משחה
	00:41.79	00:41.56	01:44.76	הרשמה
	אי הופעה	00:40.79	01:48.14	תוצאות
		5	13	מקום
4SB+ 5S				ענבל פזרו
100 חזה	50 חפשי	200 חפשי	100 חפשי	משחה
01:58.23	00:40.30	03:00.00	01:24.33	הרשמה
01:57.75	00:38.54	02:49.51	01:21.57	תוצאות
2	4	2	2	מקום
5S				ליעוז עמר
			100 חזה	משחה
			01:44.08	הרשמה
			01:42.11	תוצאות
			7	מקום
S2				איאד שלבי
50 גב	50 חפשי	200 חפשי	100 חפשי	משחה
01:16.57	01:16.44	05:43.25	02:43.23	הרשמה
01:10.88	01:10.51	05:34.57	02:38.80	תוצאות
4	4	6	8	מקום
S11				יזהר כהן
		100 חפשי	50 חפשי	משחה
		01:07.00	00:30.00	הרשמה
		01:06.71	00:28.66	תוצאות
		13	12	מקום
S12				זיו בטר
		100 חפשי	50 חפשי	משחה
		01:00.00	00:27.50	הרשמה
		01:01.13	00:27.35	תוצאות
		13	11	מקום
S8				קרן ליבוביץ
	50 חפשי		100 גב	משחה
	00:35.79		01:25.06	הרשמה
	חלטה		01:21.34	תוצאות
			4	מקום

לגבי הויכוח הגדול מה תרם ליכולת השחיינים בבייג'ין: בגדי הים, הבריקה המיוחדת או השחיינים עצמם? במידה רבה של ביטחון אני מביע את מחשבותי, שגם בבייג'ין "שלהם" וגם בבייג'ין "שלנו" סדר התורמים להישגיות:



חלק מחברי הנבחרת

- **קודם כל יכולת השחיינים**, ותרומת המאמנים: אימונים איכותיים, תזונה נכונה, שמירה על סדר יום ספורטיבי
- **שנית איכות הבריקה**, הבריקה חסרת תקדים מבחינת אהבתה את השחיינים, וחוסר ההתנגדות לשחייתם
- **דבר נוסף שתרם להישגיות הוא הביגוד**, יש חברות המייצרות בגדי ים "מיוחדים", השיאים הושגו בכל הסוגים