

# מן הקורה פעמיים בתרגיל בלוס־אנג'לס ובדרך לשם

שנוטים לחשוב בארץ. למשל לונה אנצ'י, שהיתה מועמדת למדליית הזהב, מערה ארבע פעמים מן הקורה. במקום וינגייט למדו מן הנסיון המר של לוס־אנג'לס והחליטו לפתוח מחלקת־מחקר מיוחדת. לסיאול הם מתכוונים להגיע מוכנים יותר, גם נפשית.

לימור והוריה, המעורבים בחיי הספורט בארץ, טוענים שישראל מפגרת אחרי ארצות אחרות מכיוון שאין בה מסורת של אלופים, אין ממי ללמוד. המאמנים אינם שיאנים אלא מתעמלים מצטיינים, העושים ככל שידם מגעת, אך אין את מי לחקות, אין מיתוסים ואלופים אגדתיים.

בארצות אחרות מרליית־הזהב היא אתגר לאומי. משקיעים בה אינסוף משאבים. הרברים מגיעים לירי כך, שבארצות מיוזרח־אירופה מלעטים את המתעמלים בסמי־הרגעה, כדור־מרץ ואפילו הורמונים. המתעמלות, למשל, צריכות להיות בעלות גוף קטן ונמוך. נותנים להן הורמונים כדי לעכב את צמיחתן הטבעית.

באמריקה הם קוראים לזה ויטמינים. מחייך אבא פרידמן. לא, הם לא רוצים שלבתם יתנו הורמונים, אפילו שעכשיו לימור גבוהה מדי בשביל לעמוד בקריטריונים האולימפיים. לימור נחושה ברעתה להגיע

לימור הגיעה לאולימפיאדה כמול. מכיוון שהרוסים והמיוזרח־אירופיים לא השתתפו, עלה מיספר המשתתפים שיכלה ישראל לשלוח, וכך התאפשר לה להגיע בדקה ה־90 ללוס־אנג'לס.

## אין ממי ללמוד



מה קרה על הקורה? לימור מסמיקה כמבוכה. את החימום לקראת התרגיל עשתה מצויין, אבל לפני קהל של 15 אלף איש איבדה את העשתונות, איבדה את כושר הריכוז. נפל כגורלה לבצע את תרגיל־החובה הראשון על הקורה. תרגיל־הקורה הם תרגילים המצריכים ריכוז וביטחון רב.

הבטן שלי פירפרה, הרגליים רעדו, והיא מערה כמה פעמים. כאן מתעוררים הוריה לתחייה. יש בניהם טענות. לא מכינים את המתעמלים נפשית מספיק טוב בארץ. צריך ללמד להתרכז ולהירגע. את תרגיל־הקורה הרי ביצעה עשרות פעמים כאימוניה. אלה הם תרגילים קלים יחסית.

המתעמלים האמריקאיים שואבים עידוד האחד מהשני, עוברים עליהם בשיתות פסיכולוגיות כדי שלא יאבדו את כושר הריכוז ברגעים הקריטיים.



מתחרות ברמה שלה. היא נוסעת הרבה לתחרויות בינלאומיות ומנסה להגיע להישגים. היא מספרת שחוץ מהספורט - נהנו הישראלים מהאולימפיאדה.

**אלופת הארץ לימור פרידמן בתרגיל על הקורה.** לימור היא אלופת הארץ בהתעמלות לנשים, ולטענתה אין לה

הילדה נעשית מרוכזת ומוטרדת.

אבל היא התעקשה, היא התעקשה שהיא רוצה להגיע לאולימפיאדה. והנה היא הגיעה!

לישראל אין עדיין אלופים אולימפיים. אולי יהיו לה בעוד דור, ואז הם ילמדו גם מהטעויות של לימור. בינתיים, ללימור אין ממי ללמוד.



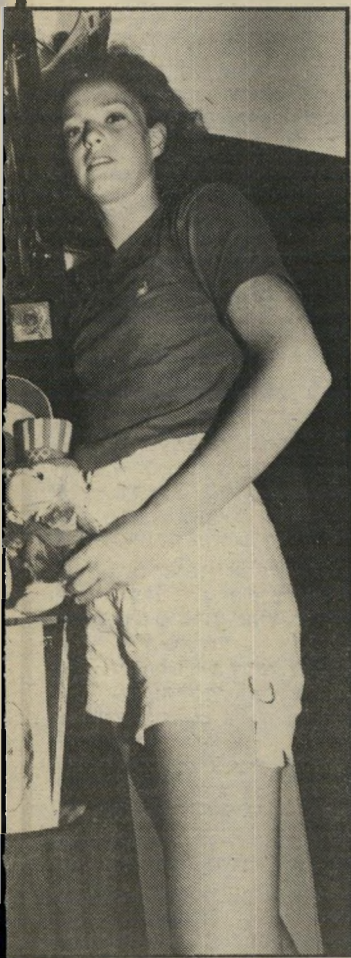
**מיצעד אל הביזיון** חברי המשלחת הישראלית. ספורי טאים בהרכב מלא. כפי שהופיעו עם דגל־ישראל במצעד בטקס פתיחת האולימפיאדה בלוס־אנג'לס. לימור

כאשר יוצאת לימור מהחרד, מנמיכה אמה את קולה. בתוך הנחת שיש לה מהילדה שלה, מהול גם קול של עצב. זה נורא קשה! היא אומרת. אחרי הכישלון בהונגריה (בתחרויות המוקדמות, שם נכשלה לימור מכיוון שהיתה פצועה), אמרת לה: תעזבי את זה, תהיי ככל הילדים! ראיתי איך

לימור עבדה קשה, רצתה להגיע לאולימפיאדה, היא אכן עשתה זאת, ומתוך 72 מתעמלות דורגה כמרום הלפני האחרון. יש מי שצריך לתפוס את המקומות האחרונים בכל אולימפיאדה. ספורטאי ישראל, בינתיים, ממלאים את המקומות האלו בנאמנות.

לסיאול בעוד ארבע שנים. ככל אולימפיאדה משתנים תרגיל־החובה. כבר עכשיו החלה לעבוד על תרגיל־החובה החדשים. בספטמבר אמור להגיע מאמן מרומניה. לימור מקווה שתיעזר בו. אמרים שיגיע. אבל עד שיגיע, היא לא מפתחת תיקוות מוגזמות.

לימור אף מוסיפה שישנם קודים מחזקים, המשמשים את המתעמלים. למשל, בזמן ביצוע התרגיל לא משות עיני המאמן מן המתעמל, והמאמן כאילו מהפנט אותו. די במבט אחד של המאמן כדי להחזיר את שיווי־המשקל הנפשי. נפילות מן הקורה אינן נדירות, כפי



**סיאול לימור, ליד ארון המדליות שלה, רוצה לנסוע לסיאול, לאולימפיאדה.**