



פרויקט ילדות ונערות איגוד הטריאתלון 2024



איגוד הטריאתלון הישראלי
Israeli Triathlon Association



אתנה המרכז לקידום ספורט הנשים בישראל, הוקמה בשנת 2007 לפי החלטת שרת החינוך התרבות והספורט, הגברת לימור לבנת, בעקבות המלצת המועצה הציבורית לקידום ספורט הנשים - להקים פרויקט רב שנתי לקידום ספורט הנשים בישראל.

בשנת 2018 עם החלת חוק מכון וינגייט הפכה אתנה לתכנית הלאומית לקידום ספורט הנשים בישראל ולחלק אינטגרלי ממכון וינגייט. אתנה פועלת על פי תכנית אסטרטגית רב שנתית של משרד התרבות והספורט ופועלת לפי אמות המידה שקבע

לאתנה תכניות מקצועיות רב-שנתיות ומטרתן יצירת הזדמנויות לילדות, נערות ונשים בספורט, בתכניות ייעודיות באיגודי הספורט ובגופי ספורט (שהוגדרו באמות המידה), תכניות ברשויות, באגודות ומועדוני ספורט.

הפעילות המקצועית של אתנה מיועדת לילדות, לנערות ולנשים.

אתנה פועלת לגיוס ולשימור ולקידום הילדות, הנערות והנשים בענפי הספורט השונים. תכנית אתנה מוכוונת מגיל בית הספר היסודי ועד לרמה ההישגית הגבוהה כחלק מתכנית הישגית הגבוהה בכלל גופי הרוחב בספורט.



אתנה בשיתוף איגוד הטריאתלון, מוציאים לדרך את תוכנית הילדות/נערות לשנת 2024!





מאמנות נבחרת נשים

רוני זבליק

בת 23, 14 שנים בענף הטריאתלון

פרשתי מספורט מקצועני לפני כשנה ובינאר האחרון התחלתי את לימודי בתואר חשבונאות וניהול באוניברסיטת תל אביב. אני מקדישה את רוב זמני ללימודים ואימון ילדים ונוער. מאמנת במועדון TRIMORE מכבי תל אביב, בשנתיים האחרונות ובנוסף, בפרייקט העתודה של איגוד הטריאתלון ובשנה האחרונה גם את פרייקט הנשים. שואפת לקדם את הספורט הנשי ולאפשר לטריאתלטיות הישראליות לקבל את התנאים הטובים ביותר למימוש הפוטנציאל שלהן ולפרוץ את תקרת הזכוכית של הטריאתלון הנשי הישראלי.



גל חבונה

בת 26, 4 פעמים אלופת ישראל

התחלתי טריאתלון בגיל 8, ובגיל 16 ניצחתי את אליפות ישראל לנערות בפעם הראשונה. מאז הייתי חברת נבחרת ישראל וייצגתי את המדינה באליפויות אירופה ועולם. לאחר שירותי הצבאי כספורטאית מצטיינת קיבלתי מלגת לימודים וספורט בליגת המכללות האמריקאית באוניברסיטת ARIZONA STATE, שם סיימתי תואר ראשון במדעי הרפואה והתאמנתי בקבוצה המובילה בארה"ב. היום אני מאמנת בקבוצת ROADRUNNER ומובילת פרייקט הנשים יחד עם רוני זבליק ומתמיינת ללימודי המעך ברפואה. החזון שלי הוא לפתח את הטריאתלון הנשי בישראל ולייצר נבחרת חזקה של ספורטאיות בוגרות שייצרו המשכיות לענף תוך מתן כלל התמיכה הנדרשת להצלחתן.



סגל התכנית

ירדן חן

רכזת נשים ואתנה באיגוד הטריאתלון



33, נשואה +1, מתגוררת בהרצליה. הדרך שלי בענף הטריאתלון התחילה בגיל 13 בקבוצת טריאתלון להבים. הייתי אלופת הארץ לנוער ואלופת הארץ לקדטים באופני כביש. התגייסתי לצבא כספורטאי פעיל ודי מהר בחרתי לוותר עליו כדי לנסות ולבצע שירות משמעותי יותר בתחום קידום הכושר והמודעות בצה"ל. עשיתי קורס מדא"ג ושירתתי כמד"אגית בבה"ד 1, משם יצאתי לקורס קצינים, בסימו מוניתי לקצינת כושר קרבי של חיל התותחנים. בתפקידי האחרון בצה"ל, הייתי אחראית על תוכניות ההדרכה, קורסים והמדריכים בבה"ד 8 בסיס הדרכה לכושר קרבי (ממוקם במכון וינגייט). עם שחרורי מצה"ל למדתי הנדסת תוכנה באוניברסיטת בן גוריון וכיום, אני עובדת בחברת אפל כמהנדסת תוכנה. שמחה לחזור לענף הטריאתלון לו יש אצלי תמיד מקום חם בלב, מתוך חזון ואמונה לעשות ולקדם אתכן, בנות המין החזק והיפה בתוכן. נכון להיום, ישנן קרוב לספס ילדות ונערות פעילות בטריאתלון ברחבי הארץ. שאיפתי היא שהמספר הזה יגדל ושיותר נערות יצליחו להשתלב ברמות הגבוהות של ענף הטריאתלון בארץ ובעולם וכמובן, שנזכה לשלוח נציגה ישראלית למשחקים האולימפיים.

מאחלת לכולנו ברכת שנה טובה ופוריה,
אני פה לכל שאלה / בקשה ושאיפה,
ניפגש באירועים בהמשך השנה ובתחרויות,

שלכן, ירדן

אירועים המתכוננים לנו השנה*

תאריך	מיקום	פרטים
2.4	משגב	נבחרת צפון, המפגש מיועד לגילאי 14-8
14.4	קאנטרי אונ' בן גוריון	נבחרת דרום
17.4	מכון וינגייט	נבחרת מרכז, המפגש מיועד לגילאי 14-8
30.6	קאנטרי אונ' בן גוריון	נבחרת דרום
3.7	מכון וינגייט	נבחרת מרכז, המפגש מיועד לגילאי 14+
22.7	משגב	נבחרת צפון - כלל הגילאים
16.9	מכון וינגייט	נבחרת צפון - כלל הגילאים, יהיו הסעות מהצפון
22.9	קאנטרי אונ' בן גוריון	נבחרת דרום
29.9	מכון וינגייט	נבחרת צפון, המפגש מיועד לגילאי 14-8
13.12	אילת	כלל הנבחרות

* שעות המפגשים בין 16-20

** יתכנו שינויים בתאריכי המפגשים ובמיקומים. פרטים יועברו דרך מאמני הקבוצות

מאמנות נבחרת נשים



ריצן ורקיס

בת 22, מאמנת אתנה-נשים צפון הארץ

מתאמנת בקבוצת טימשגב מגיל 13 וכיום מאמנת את קבוצת הילדים ואת קבוצת הנוער. הטריאתלון לימד אותי על נחישות, חברות והתמודדות עם אתגרים. חשוב לי לפעול בתור רכות אתנה בצפון על מנת לחבר כמה שיותר בנות לענף המיוחד שלנו.

התכניות שלנו לקדם אתכן

חברה מביאה חברה

מי שתצורף ילדה/נערה חדשה לטריאתלון (לא התחרתה בכלל בשנת 2023) ואשר תשתתף בלפחות 2 תחרויות של האיגוד במהלך 2024,

תקבל בסוף העונה יחד עם חברתה פרס מפוק.

השתתפות ב-4 תחרויות לפחות

כדי שאתנה יוכלו להכיר בך כספורטאית פעילה, עליך להתחרות ב-4 תחרויות טריאתלון של האיגוד במהלך העונה.

אם תעמדי ביעד זה תזכי מאיתנו בפרס שווה!



**מצפות לראותכן במפגשי אתנה השונים.
הפרטים המלאים לכל אירוע יועברו דרך מאמני הקבוצות**

כתובת ליצירת קשר: athena.girls@triathlon.org.il

עד אז, מצפות לראותך בתחרויות השונות של איגוד הטריאתלון



איגוד הטריאתלון הישראלי
Israeli Triathlon Association

