

# Shape park: הופכים את האימון הגופני לחלק מהנוף

בלב פארק המשתרע לאורכה של השכונה הירוקה בכפר סבא, הוקם מסלול כושר ובו 15 תחנות אימון. ההשראה: מסלולי Vitaparcours ZURICH שהוקמו בשווייץ על-ידי חברת הביטוח כדי לעודד אורח חיים בריא. היוזם: גדעון גוט, יליד באזל, תושב כפר סבא. הערך המוסף: הנצחה מלאת חיים לחברו טוב, השווייצרי סטיבן קרגר ז"ל חובב ספורט שנפטר בטרם עת

**ב**יפגש ברחוב אנגל בשכונה הירוקה בכפר סבא, מול בית מספר 45 מתחיל מסלול הכושר שהקמנו בפארק השכונתי", קבע גדעון גוט. ואכן, אי אפשר לפספס את נקודת הזינוק של מסלול הכושר המעגלי שהוקם בפארק: פסל ברזל, זוהר בגווני טורקיז - דמות על קו הזינוק - מספר את סיפור המסלול ומנציחה מעל לוחית זיכרון את שמו של סטיבן קרגר ז"ל, חברו האהוב של גדעון גוט שנפטר בטרם עת, בגיל 49, מסרטן אלים במוח. "סטיבן היה מתאמן נלהב ופעל רבות לקידום יוזמות התנדבותיות סביב הספורט. כאשר חיפשתי דרך להנציחו בישראל, עלו במוחי מסלולי הכושר בטבע שהקימה חברת ZURICH בערים שונות בשווייץ, כדי לעודד אנשים לערוך אימון גופני. אני מכיר אותם בדיוק כמו שווייצרים רבים חובבי כושר, שעושים בהם שימוש ונהנים מהאפשרות להתאמן בטבע. חשבתי שכך יהיה ראוי להנציחו - במיזם חי, תוסס, שיוקם בראש ובראשונה למען הקהילה".

בחפשו אחר שותפים עימם יוכל להוציא לפועל את היוזמה, שמח לגלות בעיריית כפר סבא, בה הוא מתגורר מאז עלה לארץ - אוזן קשבת לרעיון החדשני. שותפיו הנאמנים למימון ההקמה היו הוריו של סטיבן, איווט וד"ר תומס קרגר. הוא גם רתם את החברה שבבעלותו, ISTR TRADE LINK העוסקת במתן שירותים וסיוע בתחום השיווק הבינלאומי, שהפכה למוציאה לפועל של הפרויקט, כמו גם לשותפה למימון.

"חלמתי להקים בארץ מסלול כושר בטבע - והצלחתי להגשים את החלום. עכשיו אני מקווה שייקרו שני דברים: האחד, שמסלול הכושר יוצא הדופן הזה, ←



גדעון גוט





מימין: דניאל רוש שגריר שוויץ בישראל, צביקה צרפתי ראש העיר כפר סבא (באותה עת), גדעון גוט ושי קרגר, בנו של סטיבן קרגר ז"ל

הפעילות ואת הנוף סביב המסלול.



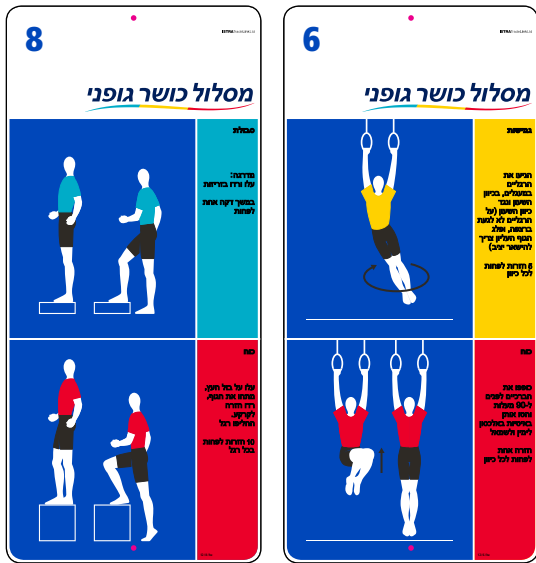
גדעון גוט, 59, יליד באזל, עלה לישראל בגיל 31 עם אשתו ושני ילדיו ("השלישי כבר צבר"). "אני בא מבית ציוני", הוא מספר. "סבי היה נשיא הקהילה היהודית בבאזל ופעל רבות להצלת יהודים בזמן השואה. גדלתי על ברכי העשייה הקהילתית והציונות והחלטתי לממש בעצמי את הערכים האלה ולעלות לארץ, למרות הנוחיות הרבה שיש בחיים השווייצרים השלווים. במקצועו הוא מהנדס מכונות ובעל תואר גם בכלכלה, ולאחר שהשתלב בחברת הייטק בישראל בפונקציית השיווק מול שוויץ, החליט להקים עסק משלו שסייע לחברות שרוצות לפעול על ציר ישראל-שוויץ, משני הצדדים. חלק בלתי נפרד מהעבודה הוא נושא התרגום וגוט פיתח תחום זה ומציע שירותי תרגום עסקי במגוון שפות. הוא עובד מול 30 מדינות, ובהן גם נציגות למזרח הרחוק (סין ויפן) באמצעות כ-150 מתרגמים. גוט הוא מוותיקי לשכת המסחר ישראל-שוויץ, וחבר בה מזה 25 שנה.

אכן יהפוך לחלק בלתי נפרד מהנוף בפארק ואנשים בכל הגילאים יעשו בו שימוש. הוא עומד לרשות הכלל בחינם, לכל אורך שעות היממה, כל השנה והוא באמת מתאים לכולם. לשם כך אנו פועלים בשיתוף העירייה לארגון קבוצות אימון ואני מאמין שמספר המצטרפים ילך ויגדל. כרגע מתקיימים במסלול שישה אימונים בשבוע וכ-150 איש, בגילאים שונים, מתאמנים בו. הדבר השני שאני מייחל לו - שיימצא לנו שותף עסקי שערכי קידום אורח חיים בריא, עולים בקנה אחד עם האג'נדה העסקית-חברתית שלו. המסלול זקוק להמשך טיפוח ותחזוקה שוטפת וספונסר נאמן - שיקבל כמובן חשיפה ראויה - יוכל לעזור לנו להמשיך לפתח את

**"מאחורי הצלחת המסלולים עומד הגיבוי העסקי הנרחב והמתמיד שמעניקה חברת ZURICH הרואה במסלולים אמצעי לקידום אורח חיים בריא - ומטבע הדברים הם גם מקטינים סיכוי לבריאות לקויה או לאירועים בריאותיים הדורשים את הפעלת הביטוח. זה WIN WIN קלאסי"**







**”רציתי להקים במקום מסלול בדיוק כמו זה שאני מכיר משוויץ, ולכן קיבלתי אישור מיוחד מחברת ZURICH להקימו כאן, בתנאי שאעקוב באדיקות אחר כל ההנחיות וההוראות המקוריות. משמעות הדבר: הכול מגיע משוויץ, הכול עובר בקרה של ZURICH - כל כיתוב, כל שלט, כל בול עץ המרכיב מתקן כזה או אחר”**

”כמו שאפשר להבין, החברה שהקמתי לא קשורה לספורט או לכושר”, הוא אומר בחיך, ”אבל בהחלט הסתייעתי באופרציה הקיימת כדי להוציא אל הפועל את החזון שלי לגבי מסלול הכושר בחיק הטבע. בשוויץ, רואים מסלולים שכאלה במקומות רבים.

הכול התחיל ביוזמה קהילתית של חברת ZURICH משנת 1968. החברה שכרה לצורך העניין מומחים מתחום הפעילות הגופנית, כדי שייסיעו לה בפיתוח מסלול ובו תחנות אימון שבכל אחת מהן מבצעים פעילות גופנית בהתאם למתקנים שבמקום ולפי ההסברים המופיעים על השילוט שמלווה את המתאמן לאורך המסלול כולו. התרגילים עוסקים בכוח, סיבולת וגמישות - ומי שעוקב אחר המסלול, מביטיח לעצמו אימון אינטנסיבי, הגיוני מבחינה פיזיולוגית ומאוזן מבחינת השפעתו על כלל שרירי הגוף.

תוך פחות מעשר שנים הוקמו 500 מסלולים בשוויץ וכיום יש אלפים - גם במדינות אחרות באירופה דוגמת גרמניה, צרפת ואיטליה וגם בארה”ב. ”מאחורי הצלחת המסלולים עומד הגיבוי העסקי הנרחב והמתמיד שמעניקה חברת ZURICH ליוזמה”, מדגיש גדעון. ”היא רואה במסלולים אמצעי לקידום אורח חיים בריא - ומטבע הדברים הם גם מקטינים סיכוי לבריאות לקויה או לאירועים בריאותיים הדורשים את הפעלת הביטוח. זה WIN WIN קלאסי, שיש בו המון ערך מוסף לפרט ולקהילה.”

לצערנו של גוט, רעיון היוזמה עלה אצלו, כאמור, בהקשר טרגי: מותו של חברו הטוב, סטיבן קרגר, שנפטר בשנת 2008 מסרטן מוח שהתגלה רק שישה חודשים קודם לכן. ”סטיבן היה איש יקר, אדם חיובי, מלא נתינה, ספורטאי נלהב ומי שרתם את הספורט לטובת יוזמות קהילתיות. המוות שלו היה אירוע טראומטי לכל מי שהכיר אותו. הוא עסק בהוצאה לאור של ספרות רפואית. כמה עצוב

שעבורו, שהיה ידען גדול בהמון תחומים רפואיים - לא נמצאה תרופה.

הוריו, איווט וד”ר תומס קרגר, הם תורמים נאמנים לקרן היסוד, משפחה ציונית שמקום מושבה אמנם באזל, אבל הלב שלה היה תמיד בישראל.

כשהצעתי להוריו את רעיון ההנצחה באמצעות מסלול הכושר בפארק, הם נרתמו לעניין בהתלהבות ובנדיבות.”



משוכה חשובה בדרך להגשמת הפרויקט, הייתה מציאת האתר המתאים להקמת המסלול. גדעון פנה לעיריית כפר סבא ואנשיה היו פתוחים לרעיון שכמותו לא נראה בישראל. המקום שנבחר היה פארק 80 - הפארק השכונתי של ”כפר סבא הירוקה” - שכונה חדשה ומטופחת המושכת אליה משפחות המחפשות אורח חיים ירוק ושלו, בקרבת העיר.

”רציתי להקים במקום מסלול בדיוק כמו זה שאני מכיר

”סטיבן ז”ל היה אדם חיובי, מלא נתינה, ספורטאי נלהב ומי שרתם את הספורט לטובת יוזמות קהילתיות. הוריו, איווט וד”ר תומס קרגר, הם תורמים נאמנים לקרן היסוד, משפחה ציונית שמקום מושבה בבאזל, אבל הלב שלה היה תמיד בישראל. כשהצעתי את רעיון ההנצחה הם נרתמו בהתלהבות ובנדיבות”



עוד עבודה להשלים, למשל בנושא צמחייה והצללה", הוא אומר ומצפה שמישהו ייקח יחד איתו את המושכות של המיזם הספורטיבי-קהילתי הזה.

"במקביל, כאמור, אנו מפתחים את הפעילות המודרכת במקום. יש לנו קבוצות של גמלאים שמתאמנים כאן במימון העירייה, יש קבוצות אימון לאמהות אחרי לידה שמגיעות עם התינוקות בעגלה, יש קבוצות אימון מקצועיות, שבוחרות בלוקיישן הזה כדי לקדם את הכושר של חבריהן ויש אפילו מחשבות על קבוצות של ילדים ובוגרים בעלי צרכים מיוחדים, שיוכלו לעבור במסלול לפי הקצב שלהם ולהנות מפעילות באוויר הפתוח, בחינם, בתוך הקהילה. האפשרויות הן אינסופיות".

**משוכה חשובה בדרך להגשמת הפרויקט, הייתה מציאת האתר המתאים להקמת המסלול. גדעון פנה לעיריית כפר סבא ואנשיה היו פתוחים לרעיון שכמותו לא נראה בישראל. המקום שנבחר היה פארק 80 - הפארק השכונתי של "כפר סבא הירוקה" - שכונה חדשה ומטופחת המושכת אליה משפחות המחפשות אורח חיים ירוק ושלו, בקרבת העיר**

→ משוויץ, ולכן קיבלתי אישור מיוחד מחברת ZURICH להקימו כאן, בתנאי שאעקוב באדיקות אחר כל ההנחיות וההוראות המקוריות. משמעות הדבר: הכול מגיע משוויץ, הכול עובר בקרה של ציריך - כל כיתוב, כל שלט, כל בול עץ המרכיב מתקן כזה או אחר.

זו הייתה עבודה אינטנסיבית שהושלמה בשנת 2014, עם הפתיחה החגיגית של המסלול שנערכה במעמד שגריר שוויץ בישראל באותה עת, אנדריאס באום.

שלב נוסף בפיתוח המסלול הושלם באפריל 2018, עת הוצבה תאורה לאורך המסלול, באדיבות משפחת קרגר, כמו גם נטיעת עצים לאורך חלקיו החשופים. שלב זה צוין אף הוא באירוע חגיגי ומרגש, בנוכחות השגריר השוויצרי דניאל רוש, ראש העירייה צביקה צרפתי, בני משפחת קרגר ומאות אורחים בהם מתאמני המסלול המקומיים.

"המודל שלו הוא המסלולים השוויצרים, הממוקמים בתוך צמחייה ירוקה הנמצאת ממש בתוך או בקרבת כל עיר. כאן המצב קצת שונה...", אומר גדעון בחיך, למראה גבעות טרשיות חשופות בשיפולי הפארק, בהן עוברים מקטעי ריצה תחת השמש הישראלית הקופחת. "יש לנו

## חוויה אישית - בדרך שלך

לאחר יותר מ-40 שנות טיולים בעולם, ותכנון אלפים רבים של מסלולי טיול ייחודיים לאנשים מיוחדים, אני יכול לומר בוודאות שכל טיול מתחיל במשאלה להגשמת חוויה מסוימת, שאותה המטייל מצפה לפגוש.

יש כאלה האוהבים לחוות את הנשימה הנעצרת והלב הפועם לנוכח נופים רבי הוד, יש המחפשים לפגוש את עצמם דרך מסע בתרבויות זרות, לחוות חוויות מיסטיות ודתיות, יש מי שרוצה לחוות את ייחודיותו ולהניח רגל על אדמה בתולית, שכף רגל מערבית כמעט לא דרכה בה, ויש הרוצים לעמוד בפסגתו של העולם.

הנאת הטיול תלויה בהגשמת המשאלה הנסתר.

במשך שנים התמחינו בתפירת מפות ומסלולים ליעדים מדויקים שאליהם לקוחותינו ביקשו להגיע, והיעד - הוא החוויה.

אנו יכולים להביא אתכם לכל מקום על פני כדור הארץ כמעט, אבל לעולם איננו שוכחים - שכל ארץ, חבל ארץ או יבשת - הם רק שמות וביניהם ניתן לגלות את המשאלה האמיתית.

אנחנו כבר היינו "שם" - בכל "שם" - ואנחנו יודעים בדיוק איך "שם" מרגיש.

אמרו לנו רק את מה שאתם רוצים לחוות. אנחנו נגרום לכם לחוות אותו במלואו.

שמעון רגב



**ACADEMY TRAVEL**  
TRAVEL AGENCY | אקדמי טרוול 2013 בע"מ

כנסו לאתרנו, והצטרפו למועדון הלקוחות: [www.academy.co.il](http://www.academy.co.il)

אקדמי טרוול, הרכבת 58 קומה 12 תל אביב