

## "בית ללי" הוא הנצחה מקורית לחברה שנהרגה

ס הייתי שואלת את גוגל "איך להתחיל לרוץ?" הייתי מקבלת יותר מ-400 אלף תשובות, אבל זו שאלה שמעולם לא חשבתי לשאול. עד שהצט רפתי לאתגר הריצה של "בית ללי", "לנשים שתמיד רצו לרוץ", חייתי חיים עצלים, העדפתי ללכת לכל מקום, ועד דיף באטיות. ובכל זאת, את השבוע האחרון פתחתי בריצה קלה, עם אוזניות, רק שבמקום להאזין לחדש של הפרודיג'י האזנתי לפרק הראשון באתגר הריצה של בית ללי (beitlali.com) בהדרכתה של ליאת סנדק, מאמנת ריצה מקצועית, שהעלתה את ההדרכה



משמאל: אלה (ללי) דן, למטה: אפליקציית הריצה

ברית נשית דוגרית ובגובה העיניים. האימון מיועד למתחילות מזדהלות ודואג גם להכנה הגרפנית והמנטלית שנדרשת כדי לעבור את המשוכה הזאת. בסוף המסלול התבקשתי לחזור הביתה, ולשתות מים, להתקלח ולהתפנק בקפה ומאפה – אבל לפני כן, להניף את הידיים אל על כי עשיתי משהו למען עצמי: רצתי בפעם הראשונה בחיי.



בית ללי הוקם לזכר אלה (ללי) דן, שנהרגה לפני שמונה שנים במהלך טיול לבוליביה. הוא מנוהל כיום על ידי שתי חברות טובות שלה: סנדק (33) ויעל צלניק (35), יועצת ליזמים ומנהלים ומנהלת צמיחה בסטארט-אפ. שתיהן הפכו בשנים האחרונות לבנות זוג ולאמהות לשניים.

סנדק מספרת על ללי: "היא הייתה החברה התומכת והמדרכת שמאמינה בך, מקשיבה לך ומכילה אותך. רצינו להקים קבוצת ריצה ברוח ללי, עסק פמיניסטי של נשים למען נשים אחרות. מה שמעניין אותנו הוא השינוי הרגשי והתודעתי שמישהי עוברת, פחות העניין הפיזי. נשים נמדדות כל הזמן כפן של הקריירה, הזוגיות, האמהות. אנחנו רוצות שהן יימדדו בהיבט של השקט שלהן עם עצמן. אנחנו מנתקות את הריצה מההישגיות, מהמדדים ומהקילומטרים, ומציעות ריצה שהיא כמו יוגה או פילאטיס. מבחינתנו, אם יצאת לאימון ריצה, כבר מגיעה לך מדליה".