

“מה רע בפילאטיס פעמיים בשבוע?”: בחינה ביקורתית של מגדור “גיל הימעבר” בספורט הסבולת

סוזי בן דורי ואדריאנה קמפ

פעילות ספורט הסבולת צמחה בשיעור ניכר בעשורים האחרונים בישראל בכלל ובקרב נשים בנות 40–60 בפרט. מה עושות נשים אלו בענפי ספורט כה תובעניים ומה משאיר אותן שם? מאמר זה עוסק בשאלות אלו מנקודת מבט ביקורתית המשלבת בין סוציולוגיה של ספורט, מגדר ומהלכי חיים. על סמך ראיונות עומק עם 15 נשים בנות 40–60 הוא בוחן כיצד רצות מרתון ואולטרה־מרתון ונשות ברזל חוות את השתתפותן בזירה זו וכיצד חוויותיהן מתכתבות עם הבניות חברתיות ותפיסות נורמטיביות של גיל, גוף ומגדר. הממצאים מורים כי הנשים קוראות תיגר על השיח הפופולרי הממקם אותן ב“גיל מעבר” ביו־רפואי ורואה בפעילותן תסמונת לכך. תחת זאת הן קושרות את פעילותן האתגרית בגיל המעבר לחציית גבולות תרבותיים מרובים, המתבצעת באמצעות גופן (להלן, מעברים מגופנים). גם כאשר מעברים אלו נעשים מתוך מודעות למסגרות המגבילות ומתוך ניהול אסטרטגיות של ריצוי חברתי, הם משחררים את הגוף מן ההבניות התרבותיות באשר לגיל, לגוף ולמגדר ומזמנים המשגה מחודשת של גיל המעבר כתקופה המאפשרת לנשים

* סוזי בן דורי, החוג לסוציולוגיה ואנתרופולוגיה, אוניברסיטת תל אביב.

דואר אלקטרוני: suzybendori@gmail.com

* פרופ' אדריאנה קמפ, החוג לסוציולוגיה ואנתרופולוגיה, אוניברסיטת תל אביב.

דואר אלקטרוני: akemp@post.tau.ac.il

לכונן את עצמן כעצמי אוטוביוגרפי חדש. בחינה פנומנולוגית של המעברים המגופנים בגיל הימערב מאפשרת קריאה ביקורתית של תפיסות דומיננטיות בנוגע לזמן ולגיל ומציפה את הפוטנציאל הטמון בפרקטיקת הסבולת להעשרת הדימויים והייצוגים של נשיות בגילים אלו ולניסוח נרטיב נשי חדש.

מילות מפתח: גיל, גוף, מגדר, ספורט סבולת, מהלך חיים, מעברים, מעברים מגופנים

ממחצית המאה ה-20 הפך הספורט לתופעה תרבותית וכלכלית רחבה שאינה עוד פריבילגיה השמורה למיעוט מקצועני בלבד. בתמיכת השיח הצרכני והביז'נסי המעודד פעילות גופנית, הפך הספורט לחלק מסגנון החיים המודרני בחברה המערבית לנשים ולגברים כאחד (גלילי, לידור ובן-פורת, 2009; Liston, 2011). תרבות הפעילות הגופנית והספורט, ובכלל זה ענפי ספורט הסבולת, כדוגמת ריצות מרתון, אולטרה-מרתון ותחרויות איש הברזל, צמחה בשיעורים ניכרים בשני העשורים האחרונים גם במדינת ישראל. היקף התופעה אינו מתועד באופן מוסדי-פורמלי, והילוץ נתונים מתאפשר באמצעות אתרי ספורט שונים. אחד מהם הוא האתר "מבט למרוץ" (www.raceview.net) המרכז תוצאות של תחרויות ריצה וטריאתלון ומציע נתונים גולמיים של כל תחרות בנפרד בכל הנוגע למקצים השונים, לכמות המשתתפים, לקטגוריות של גיל ומגדר, לתוצאות הציוניות ולשיאים אישיים. הנתונים המובאים כאן לקוחים מאתר זה לאחר סכימה ידנית של מספר הנשים שהשתתפו בשנת 1990 במרתון טבריה, היחיד שהיה אז (מבט למרוץ, 1990), ובשנת 2015 במרתונים של טבריה, ירושלים ותל אביב. מן הנתונים עולה כי בשנת 1990 סיימו את תחרות המרתון בישראל 117 רצים, מהם 4 (3.4%) נשים, ובשנת 2015¹ סיימו את תחרויות המרתון 4,794 רצים, מהם 671 (14%) נשים (מבט למרוץ, 2015א, 2015ב, 2015ג). נתונים אלו מעידים על המגמה.

מגמה זו עולה בקנה אחד עם נתונים שמפרסם ארגון הריצה האמריקני, Running USA, והיא מסבירה את "שיגעון המרתון" (marathon mania) שאחד מביטוייו הוא הגידול העצום בחלקן היחסי של הנשים בתחרויות, העומד כיום על כ-45% מכלל המסיימים (Statista, n.d.).

סטרסטן ומאייר (Settersten & Mayer, 1997) סקרו מושגים מרכזיים בסוציולוגיה של מהלכי חיים ואסטרטגיות של מיון וסיווג גילי והציגו את טווח הגילים 40-65 כשייך לקטגוריית "גיל מעבר", המכונה גם "הגיל השני", "מנופאוזה" או "גיל מעבר". מה עושות נשים ב"גיל המעבר" בעולם התובעני של ענפי סבולת? מה משאיר אותן שם?

1 באשר לתחרויות בין-לאומיות, אין בנמצא אומדן מדויק, אולם ההערכה היא כי מדי שנה בשנה משתתפים בהן כמה מאות של רצות ורצים מישראל.

כיצד הן מתנהלות בזירה המאופיינת בדומיננטיות גברית ונחשבת גם לזירה שמעוצבת ומנוסחת בה גבריות? וכיצד השתתפותן בזירה זו משפיעה על חייהן? שאלות אלו הציטו מחקר זה, והעובדה ששתינו שייכות לקטגוריית גיל זו, ואחת מאתנו אף פעילה בזירת הסבולת, הפכה מסע מחקרי זה למסקרן במיוחד.

על אף העלייה בשיעורן של מרתוניסטיות, אולטרה-מרתוניסטיות ונשות ברזל בגיל המכונה "גיל מעבר", ועל אף דומיננטיות השיח הציבורי המעודד פעילות גופנית כדרך בריאה יותר לחיים, תשומת הלב המחקרית למפגש בין זירת הסבולת לבין הבניות חברתיות של מגדר, גוף ומהלכי חיים היא מצומצמת וחסרה. כפי שנראה בהמשך, הספרות הפמיניסטית שעסקה בספורט התמקדה באופן שהגוף, הנתפס כתלוי מגדר (להלן הגוף הממוגדר, gendered body), מתווך בין ספורט לבין מגדר וחברה, אולם מעטים המחקרים שעסקו בשאלות הקשורות לגיל ולמעברים במהלכי החיים. זאת ועוד, ספרות המחקר העוסקת במהלכי חיים מרבה לדון ב"מעברים" ומציגה את הבעייתיות הטמונה בתפיסות נורמטיביות של גיל, אך מחקרים מעטים בלבד עסקו בסוגיות הקשורות לגוף הממוגדר כקטגוריה אונטולוגית ואפיסטמולוגית. מחקר זה מבקש אפוא למלא חסך מחקרי זה באמצעות בחינת הדרכים שבהן תפיסות נורמטיביות של גיל, גוף ומגדר מובנות בזירה של ספורט הסבולת מנקודת המבט של המשתתפות בה ולענות על השאלה כיצד המשתתפות מבנות מחדש קטגוריות של גיל, גוף ומגדר. נוסף על הבנה אם וכיצד התופעה החדשה מתהווה, מחקר זה עשוי לתרום להעשרת גוף הידע על גיל, על מהלכי חיים ועל גוף ואף לחשיפת האפשרויות הטמונות בזירת הספורט בפני נשים ככלל, ובפני נשים בגיל המעבר בפרט.

פרספקטיבת מהלך החיים

הספרות הסוציולוגית על מהלכי חיים עוסקת בשאלות של המשכיות ושינוי בחייהם של מבוגרים. מתוך כך התמקדו רוב המחקרים בזיהוי מכלול הגורמים המשפיעים על מהלך החיים של יחידים וקבוצות ובדיון בהשלכותיהם על המבנה ועל התוכן של ההתנסויות ושל מסלולי החיים (Elder, 2000; Settersten, 2006).

ברמת המיקרו, מהלכי חיים בחברה המודרנית מעוצבים על-ידי מערכות פוליטיות, כלכליות ותרבותיות. כך, למשל, תמורות דמוגרפיות וחברתיות-תרבותיות הובילו בשלוש המאות האחרונות למיסוד מהלך חיים תלת-שלבי המארגן סביב שוק העבודה: ילדות, המתאפיינת בלימודים ובהכנה לעולם העבודה, בגרות, המתאפיינת בהשתתפות בעולם העבודה, ופרישה, המתאפיינת בהתנתקות מעולם העבודה (Kohli, 2007). ברמת המיקרו, מהלכי חיים מתעצבים מתוך היחסים בין מוסדות חברתיים (כגון משפחה, אימהות, נישואין) לבין גורמות של גיל. הללו מנסחים את מהלכי החיים של הפרט (Mayer, 2004) תוך יצירת דפוסים מתוכננים של מסלולי חיים, אירועים ולוחות זמנים הנתפסים כביוגרפיה נורמלית (Wingens & Reiter, 2011).

”ביוגרפיה נורמלית” הוא מושג המכוון למה שכינתה להד:

התסריט הקונבנציונלי של מהלכי חיים מגלם ומעצב אמיתות חברתיות רבות באשר למסלול ההגשמה האישית של הפרט, להשתייכות חברתית, לפעולות ולתנועות של הפרט ומנבא בהתאמה את ההתקדמות או את השקיעה הצפויה. מודל זה מרמז אפוא על הציפיות השזורות לתוך קטגוריות זמן קבועות (Lahad, 2017, p. 28).

”ביוגרפיה נורמלית” אינה חופפת בהכרח למהלך החיים הנחוה, מושג המתייחס לתהליך אישי מתמשך הכולל התנסויות, רגשות, תפיסות, זיכרונות ופנטזיות הנערמות זו על זו (Birk, 2010; Switzer & Robinson, 2006). ספרות המחקר עומדת על המתח האפשרי בין מהלך חיים ”נורמטיבי” לבין מהלך חיים ”נחוה”, המתחדד בעיקר סביב ”מעברים” ו”נקודות מפנה” העשויים לשנות את ה”מסלולים הנורמטיביים” של מהלכי החיים (Wingens & Reiter, 2011).

למעשה, חלק ניכר מן הספרות על מהלכי חיים מתמקד במעברים. המונח ”מעברים” מתייחס לשינויים הדרגתיים או פתאומיים במצב או בתפקיד. מעברים מלווים לרוב בנטילת אחריות או בויתור עליה ומתאפיינים בתנועה בתוך המערך החברתי ומחוץ לו. בין שהם מבוססים על בחירה ובין שהם נכפו על הפרט, מעברים הם לרוב תוצאה של תהליכים יומיים ומצטברים המתרחשים בצמתים שונים ובהקשרי זמן מוגדרים, והם משפיעים על ”מסלול החיים” (Settersten, 2006), מונח המתייחס לשלב ארוך יותר בחיים ומוגדר בספרות כ”המשך של מעברים ואירועים בחיים” (Wingens & Reiter, 2011, p. 196).

נקודות מפנה ועיתוי המעברים הם גורמים מהותיים להבנת משמעותם והשלכותיהם על מהלך החיים. ”נקודות מפנה” הוא מושג המיוחס לאירועים שיש להם השפעה על הזהות ועל מהלך החיים. מתוך כך, נקודות מפנה מאפשרות ארגון מחדש של סדרי עדיפויות עד כדי שינוי הביוגרפיה הפרטית של הפרט, ולרוב הן למעשה רגע ארוך של שינוי המשתרע מן העבר אל העתיד וניתן לזיהוי לעתים במבט לאחור בלבד. מעברים שעיתוים נשען על נורמות חברתיות תקפות, כגון גיל ומגדר, נתפסים באופן חיובי, ואילו מעברים שאינם מתרחשים ב”זמן ראוי” ולפי ”השעון החברתי”,² כרוכים במתח ובקונפליקט (Wingens & Reiter, 2011).

² המושג ”שעון חברתי” מתייחס לארגון החיים החברתיים סביב מונחי זמן. סוציולוגים, כגון נורברט אליאס (Elias, 1992) ואביתר זרובבל (Zerubavel, 1989), הראו כי הסדרים חברתיים של הזמן בחברה הם תרחישים תרבותיים הפועלים להכוונה, לנרמול, לתיאום ולהסדרה של החיים החברתיים. מושגים, כגון להיות ”בתוך הזמן” (on time) ו”מחוץ לזמן”, המסמנים היענות להסדרים הנורמטיביים של הזמן או חריגה מהם, מצביעים גם על היסוד המפקח והמשמעי שבשעון החברתי (Neugarten & Hagestad, 1976).

מנקודת מבט סוציולוגית ופמיניסטית, לא ניתן להבין מהלכי חיים ככלל, ובהם מעברים, במנותק ממיקומים מצטלבים של נשים או גברים בהקשר של קטגוריות כגון מגדר, גיל, מעמד, אתניות, גזע, דת או לאום (Krekula, 2007; Laz, 1998; Toothman & Barrett, 2011). עם זאת, כפי שנציג בהמשך, מעט מתשומת הלב המחקרית ניתנה לגיל המעבר ובכלל זה, לבחינה ביקורתית של מגדור "גיל הימער" כמושג שבשיח הפופולרי והביורפואי מתייחס בראש ובראשונה לנשים.

מעברים, גיל ומגדר

הספרות הסוציולוגית הביקורתית עמדה זה כבר על כך שמחקרים שבחנו את הגורמים הביולוגיים והחברתיים המעצבים מהלכי חיים, עסקו בעיקר בהתבגרות מוקדמת ובזקנה ונטו להתעלם ממצבי ביניים בחיים המאופיינים בעמימות ובתחושת ספיות (חזן, 2006; Gullette, 2008; Lahad, 2012, 2017).

עקב העניין הרב שגילתה הספרות במעברי חיים, ההתעלמות מגיל המעבר היא מעניינת ואירונית במיוחד. ייתכן שההתמקדות בגיל צעיר ובזקנה נובעת מן המיסוד החזק יותר של שלבי חיים אלו לעומת גיל המסמן תקופת מעבר, ולכן הוא לכאורה נעדר מבנה ועוגן מוסדי ברור. המעברים לבגרות ולזקנה הם מעברים חדים, ממוסגרים וממוסדים יותר, לדוגמה הזכות לבחור, מוסד הנישואין, הורות, גמלאות, סבאות וסבתאות. מנגד, גבולות גיל המעבר מעורפלים ואינם מלווים בהכרח בתפקידים חדשים, בזכויות או בחובות (Toothman & Barrett, 2011).

טשטוש הגבולות של גיל המעבר הוא תוצאה של עלייה דרמטית בתוחלת החיים ושל התפתחויות טכנולוגיות ורפואיות הדוחות את הכניסה לשלב הזקנה והמוגבלות. טשטוש הגבולות מייצר דעות שונות ואף הפוכות הרואות בגיל המעבר תקופה של שיא התפקוד, מחד גיסא, ותקופה של משבר, מאידך גיסא. במילים אחרות, שלב זה ממוסגר בו־בזמן באופן חיובי כתקופה של ביצועים מיטביים בשוק העבודה ושל יחסים בין־דוריים משביעי רצון, ובאופן שלילי כתקופת מעבר הכרוכה בשקיעה פיזית ובגבולות (Toothman & Barrett, 2011).

הדואליות המיוחסת לגיל הימער, טשטוש גבולותיו והעדר עיגון מוסדי של גיל זה מאירים באופן ביקורתי את תפקידן של הבניות מבוססות זמן (טמפורליות) כשחקן מכריע בעיצוב מוסכמות חברתיות הנוגעות לגיל ולמהלכי החיים המתחייבים ממנו. במחקרה על רווקות מאוחרת חשפה להד (2017) כיצד היבטים חברתיים של זמן מבנים את השיח על רווקות בחברה כמִפְרָה נורמות הגמוניות של הסדרים חברתיים של זמן ומציעה ניתוח סוציולוגי ופמיניסטי המציג את הרווקות כהבניה קולקטיבית יחסותית, ולא כסטטוס מהותני. להד מצטרפת בכך לגולט (Gullette, 2004), ללאז (Laz, 1998) ולסילבר (Silver, 2003), שהתייחסו אל ה"גיל" כאל הבניה חברתית השוורה

באידיאולוגיות ובוהויות מרובות, מעוגנת ביחסי כוח ובעלת השלכות רחבות על כל ההיבטים של החיים החברתיים.

בדומה למגדר, גם גיל הוא מבנה חברתי-תרבותי הנע בין מופע מסדיר-ביולוגי לבין מופע התנסותי-חוויתי. במוכן הביולוגי, הגיל מופיע כמשתנה ניטרלי, ואילו במוכן החוויתי-התנסותי הוא דינמי, מקבל את משמעויותיו בתוך יחסי גומלין בין-אישיים ונתון לפרשנות ולמשא ומתן מתמשך. בהמשך לכך, האמרה השגורה "התנהג/י לפי גילך" (act your age), כמו הביטוי "לעשות מגדר" (doing gender), טומנת בחובה ציווי דואלי: מצד אחד, הדרישה לפעול לפי מערך של ציפיות חברתיות ונורמות מקובלות, ומן הצד האחר, משמעותו של הציווי היא כי גיל, כמו מגדר, הוא מופע הדרוש עבודה, פעולה פיזית או מאמץ מנטלי המבטל את הגיל כקטגוריה טבעית, נתונה ומוחלטת.

אף שמעברים מבוססי זמן (טמפורליים) לאורך מהלכי החיים מערבים שינוי ביולוגי וחברתי בקרב נשים וגברים כאחד, בולטת הנטייה להתעלם מן השינויים הביולוגיים במקרה של הגבר ולהתמקד במסלול חיי העבודה שלו. לעומת זאת, חייהן של נשים נבחנים דרך העדשה של כפיפות לשעון הביולוגי האמור לארגן את מהלך חייהן באופן מכריע. גיל המעבר בחיי נשים מזוהה לרוב כשלב כרונולוגי שבו ההתפתחות הלינארית המיוחסת להתפתחות האנושית והנשית נעצרת, הגוף מפסיק למלא את "ייעודו" הביולוגי ותסמונת "הקן המתרוקן"³ מסתמנת כמאיימת על נשים בלבד. מתוך כך נראה כי גיל המעבר של הגבר מאופיין כחלק אינטגרלי מן המסע שלו בנתיב הקריירה וההצלחה, ואילו גיל הימעבר של האישה הופך להיות המשא שלה (Gullette, 2004; Laz, 2003; Krekula, 2007).

הטיה מגדרית זו מובילה לכך שהנרטיב התרבותי השכיח על אודות נשים בגיל המעבר מכוון לעצירה ולשקיעה ומוביל לערעור מקומו החברתי-תרבותי של הגוף הנשי. התוצאה הישירה של הטיה זו היא התקבעות סטראוטיפים תרבותיים הדנים נשים לשיח של אובדן המיניות, שקיעה, דחק נפשי, מחלות, בלות וזקנה. בתואם עם שיח זה נוכס הדיון בגיל הימעבר על-ידי הספרות הפסיכורפואית, ומתפתח שיח ביו-רפואי מקיף המכתיב ניהול של נשים, פיקוח עליהן והתערבות בחייהן. ההתערבות הרפואית מתנהלת על שני צירים מקבילים, ונקודת המוצא של התערבות זו צובעת נשים בגיל הימעבר בקָסר ובהעדר. הציר האחד מטיף אפוא להתערבות תרופתית הורמונלית כדי להשלים את החסר הביולוגי (Charbonneau, 2010), והציר האחר מציג טכנולוגיות קוסמטיות להקפאת הזמן (Davis, 2013). טכנולוגיות אלו קשורות לשיח קפיטליסטי, צרכני ותרבותי באשר לאידאל הנשיות והיופי המקדש את הצעירות כבסיס להצלחה. עריצות הגיל בחברה הפוסט-מודרנית מציגה את הגיל כמשאב בפני עצמו ששכר או עונש בצדו,

3 את המונח תסמונת "הקן המתרוקן" טבעה דורותי קאנפילד פישר (Fisher, 1914), והוא מבטא תחושות של צער ובדידות המאפיינות הורים כאשר ילדיהם עוזבים את הבית. לאימהות, כמטפל העיקרי, יש סיכוי גבוה יותר לחוות תסמונת זו, ולכן היא מזוהה בעיקר עם נשים.

Gullette, 2004; Lahad, ;2006, חזן), בספורט ולגברים (חזן, 2006; Silver, 2003).

בהשוואה לשיח הסטראוטיפי המסמן את גופן של נשים בגיל הימעבר כגוף בלוי וחסר, נדמה כי השיח בזירת הספורט הוא חלק בלתי נפרד משדה שהגוף משמש בו כיסוד הגשמי המרכזי. בזירה זו נדרש הגוף לפעול במלוא אוננו ונמדד לפי יכולותיו ולפי ביצועיו תוך הישענות על השיח המריטוקרטי. בחירתן של נשים בנות 40-60 למלא חלק פעיל בספורט הסבולת מציפה מתח בין השיח סובב הגוף (להלן מגופן), המאיון, המופנה כלפי נשים בגיל הימעבר, לבין שיח הספורט שעל-פיו "כל אחת יכולה". על מנת לעמוד על טיבו של מתח זה נסקור בחלק הבא מחקרים שעסקו בספורט מתוך התבוננות בגוף, במגדר ובגיל תוך שילוב של ניתוח פמיניסטי וסוציולוגי.

גוף ומגדר בספורט

מרכזיותו של הגוף בספורט כיסוד פיזי־גשמי (corporeal) נדמית כמייתרת את השפעתן של קטגוריות חברתיות שונות, כגון מגדר וגיל, ומנכיחה תחת זאת את השיח המריטוקרטי המאפיינ פעילות ספורטיבית. מעורבותו האינטנסיבית של הגוף הנדרשת בפעילות הספורטיבית, בייחוד בספורט הסבולת, מאפשרת להפנות מבט ביקורתי לייצוגים, לתפקידים, למסרים ולמשמעויות הנלווים לפעילות הגוף. למעשה, הנוכחות הבולטת של פעולות מגופנות בספורט, וההכרה בחשיבותן כמקור אונטולוגי (המסביר כיצד הגוף חי ופועל) לצד ההכרה בגוף כמקור אפיסטמי (כאתר של ידע ומשמעות), הן שהובילו את המחקר הפמיניסטי להתעניין בשדה הספורט ובאפשרויות הטמונות בו לחשיבה ביקורתית על גוף ועל מגדר (Markula, 2003; Young, 1980).

הכתיבה הפמיניסטית על נשים בספורט מושפעת מגישות שונות בתוך הפמיניזם. הפמיניזם הליברלי התמקד בנגישות ובשוויון הזדמנויות וחשף העדר שוויון בחלוקת המשאבים בין גברים לבין נשים בספורט, ייצוג חסר של נשים בעמדות של מקבלי ההחלטות ובדרגים של אימון ומנהיגות בספורט ואף סטראוטיפים המובילים לאפליית נשים ולהסללתן לתחומי ספורט הנחשבים נשיים (Betzer-Tayar, Zach, Galily, & Henry, 2017; Scraton & Flintoff, 2013). הפמיניזם הרדיקלי מדגיש את המיניות כאתר המרכזי לשליטה בנשים באמצעות המיסוד החברתי והנרמול של ההטרונורמטיביות וההטרנסקסואליות, המתבטאים בדרישה מנשים להפגין את נשיותן ואת מיניותן ההטרנסקסואלית בספורט (ריץ', 1980; Smith, 2012; Dashper, 2018; Chare, 2017) ומתייג נשים העוסקות בתחומי ספורט הנחשבים גבריים, כגון כדורגל, רוגבי ופיתוח גוף.

הבניית הספורט כזירה גברית, שנשיות ואתלטיות נתפסות בה כיסודות מנוגדים, והסללתן של נשים בספורט לתחומים הנחשבים מתאימים יותר לייצוג של נשיות ומיניות בספורט, הן הבסיס לטענתה של חוקרת הספורט הפמיניסטית, הרגריבס

(Hargreaves, 1994), כי הספורט הוא זירה טובה "לעשות מגדר". במובן זה, ניתן לראות בספורט זירה פוליטית, שבמסגרתה באות לידי ביטוי תבניות עומק והסדרים חברתיים המשעתקים היררכיות מגדריות תוך המרתן להיררכיות של הישגיות (הרצוג ולב, 2015; Scraton & Flintoff, 2013; Sykes, 2006).

לצד הגישה הרדיקלית התפתחה כתיבה פמיניסטית פוסט-סטרוקטורליסטית על ספורט, והיא נשענה בעיקר על עבודתה של באטלר (1990) על נזילות מגדרית ועל מגדר כמבע, וכן על עבודתו של פוקו על "הטכנולוגיות של העצמי" (Foucault, 1977). חוקרות פוסט-סטרוקטורליסטיות טענו כי לצד המשטור והניהול של הגוף בספורט, הבאים להיענות לכללי הנשיות והמיניות הדומיננטיים, הספורט מאפשר גם לקרוא תיגר על נורמות מגדריות, לחצות גבולות מגדריים וליצור הגדרות חדשות של נשיות (Heywood & Dworkin, 2003; Sykes, 2006).

לטענת מרקולה (Markula, 2003), הטכנולוגיות של העצמי המתאפשרות באמצעות הספורט, מייצרות גם קוד אתי עצמי תובעני, חשיבה ביקורתית ומודעות עצמית מוגברת. טכנולוגיות אלו טומנות בחובן פוטנציאל לקרוא תיגר על מה שנתפס כטבעי (שיח נשיות, שיח אימהות, שיח גיל הימעבר) ועל גבולות הזהות והעיצוב האסתטי של העצמי. אם תנאים אלו מתקיימים יחדיו, הרי שהפרקטיקות המגופנות ששדה הספורט מזמן, מאפשרות למעשה לערוך מגדור מחדש (regender), ודרכן האישה הספורטאית מייצרת סוג של רעש במושגים הנורמטיביים של נשיות וגבריות. נראה אפוא שלצד היותן חלק אפשרי ממנגנוני משטור ומשמוע, הטכנולוגיות של העצמי עשויות להיתרגם לאופנים של "לא לעשות מגדר", הכרוכים בחציית גבולות נורמטיביים, בהמצאה מחדש של העצמי ואף בקריאת תיגר פוליטית על השיחים הדומיננטיים.

ספרות המחקר העוסקת בפוטנציאל הפוליטי של "לא לעשות מגדר" ו"מגדור מחדש" בספורט, מדגישה את חשיבות הדיון בפרקטיקות המגופנות בספורט. עם זאת, העיסוק בפעילותן האתגרית של נשים בגיל המעבר מנקודת מוצא פנומנולוגית, בחוויותיהן ובהתנסותן, וגם במשאים ומתנים שעליהן לנהל עם מבנים תרבותיים וחברתיים ממשטרים, נעדר מן השדה האקדמי. העדר זה מותיר את מרבית הדיון בנשים אלו שבוי במסגרת השיח הביורפואי על גיל המעבר או בשיח הליברלי הרואה בפעילות הספורטיבית עניין מריטוקרטי ואינדיבידואלי.

מטרת המחקר ושאלות המחקר

מטרת המחקר היא לערוך בחינה ביקורתית של מגדור המושג "גיל המעבר" כפי שהוא בא לידי ביטוי במהלכי חיים נורמטיביים ונחווים של נשים בספורט הסבולת. שאלות המחקר המרכזיות הן שלוש: מה עושות נשים בגיל המעבר בספורט הסבולת? כיצד הן חוות את פעילותן הפיזית וכיצד התנסות זו משפיעה על תפיסותיהן באשר לגיל, למגדר ולגוף?

שיטה

המחקר נערך בשיטה איכותנית והתבסס על הנחות פנומנולוגיות.

ראיונות

כלי המחקר שבחרנו הוא ראיונות עומק נרטיביים מובנים למחצה, מתוך ההבנה שזו הדרך הטובה ביותר להנגיש את חוויותיהן ואת התנסויותיהן של המשתתפות, להציף "סיפור" בעל משמעות, להבין את נקודת המבט של הנשים (emic) ולבחון את התופעה הנחקרת על-ידי סימון יחסי כוח, מורכבות וסתירות פנימיות (שקדי, 2003). הריאיון המובנה למחצה אפשר גמישות וספונטניות, ואף שהיה דמיון בין הנושאים שנדונו, כל ריאיון היה ייחודי ודרש ריכוז רב ויכולת לחשוב ולהגיב במהלך השיחה. הראיונות התנהלו כשיחה אישית ואפשרו לדון בפירוט בסוגיות מגוונות, כגון גיל, זהות, קשיים, דימוי עצמי, דימוי גוף, עבודה, קשרי משפחה, זוגיות וחברות. כל הראיונות בוצעו ותומללו בידי המחברת הראשונה. תהליך התמלול החל בסמוך לקיומם ונמשך זמן רב, אך הוא סייע לחוש קרבה אל המשתתפות ואפשר להתבונן לעומק בחוויות ובהתנסויות הנוגעות לסוגיות של מעברים, גוף וגיל בקרב נשים בעולם הסבולת. ניתוח הראיונות התמקד בקטגוריות ובתכנים של סוגיות אלו. לפי התאוריה המעוגנת בשדה (גבתון, 2001), תהליכים אלו הובילו לאיתור התמות המרכזיות, ובהמשך – לכלל המשגה תאורטית העולה מן הנתונים עצמם.

משתתפות

במחקר השתתפו 15 נשים בנות 40–60. הדגימה נערכה בשיטת "כדור השלג" (multi-entry snow-ball). על מנת לאפשר ריבוי קולות ולשם קבלת תמונה נרחבת ככל האפשר בחרנו במודע לראיין נשים העוסקות בענפי ספורט שונים, כגון ריצות מרתון, אולטרה-מרתון, טריאתלון ואיש הברזל, משתייכות למסגרות אימון מגוונות ומתגוררות באזורים שונים – בעיר, בקיבוץ, ביישובים קטנים ובצורות יישוב שונות בישראל. עם זאת, ניתן לאפיין את כלל המראיינות כמשתייכות למעמד בינוני מבחינה חברתית-כלכלית.

הליך

המחקר החל באמצעות היכרות מוקדמת של המחברת הראשונה עם שניים מן הנשים, והיא גם ערכה את הראיונות. לאחר מכן אותרו המשתתפות הנוספות בשיטת "כדור השלג". נושא המחקר הוצג מראש בשיחת טלפון, במייל או בהודעת פייסבוק. הנשים נענו להצעת הפגישה בהסכמה עקרונית ומידית. התחושה הייתה כי רצונן של הנשים להיפגש ולומר את דברן אינו נופל מן העניין שלנו לשמוע אותן, והן השקיעו מאמצים

בתמרון לוח הזמנים שלהן כדי שהפגישה תצא לפועל. הפגישות התקיימו בשעות היום או הערב, ומקום הריאיון נקבע לפי רצונה של המשתתפת ולפי לוח הזמנים שלה. בפגישה עם הנשים סיפרתי על עצמי, הרחבתי על המחקר, ביקשתי את אישורן להקליט את הריאיון והוספתי כי הן יופיעו בשם בדוי במחקר ואשמח להציג בפניהן את תוצאותיו. העובדה שאני מכירה את עולם התוכן הקלה עליי ליצור אווירה משוחררת ומאפשרת ותרמה לתחושת הנוחות של רוב המשתתפות. הקרבה שנוצרה בינינו אפשרה לכמה מן הנשים לפנות אליי מיוזמתן לאחר הריאיון ולבקש להרחיב או להבהיר נקודות מסוימות שעלו בשיחה בינינו, וכמו כן היא אפשרה לי לפנות אליהן לאחר הריאיון בשאלות נוספות ולהיענות בהרחבה בדואר אלקטרוני. רובן הגדול הביעו רצון לקרוא את המחקר לכשיסתיים.

למען חסיון המרואיינות הן צוינו במאמר בשמות בדויים. עם זאת, גיל המשתתפות אינו בדוי.

ממצאים

ממדי הזמן של מעברי הגוף

מניתוח הראיונות עולה כי אף על פי שבספרות רואים בטווח הגילים 40–65 גיל מעבר ביולוגי, משתתפות המחקר חוות מעברים מרובים, אולם אף לא אחד מהם מתמקד במעבר רפואי. אופיים של מעברים אלו, המתהווים באמצעות גופן של נשים בגיל הימעבר בספורט הסבולת, והשפעתם על מהלך חייהן יידונו כאן בהרחבה, והדיון יעסוק בממדי הזמן של "המעברים המגופנים", כפי שהם באים לידי ביטוי בזירות שונות ובמעגלי החיים המרובים של הנשים.

כאמור, הדיון במעברים הוא מרכזי בספרות של פרספקטיבת מהלך החיים. המושג "מעברים" מוגדר כשינויים הדרגתיים או פתאומיים במצב או בתפקיד בנקודות זמן שונות של החיים, המשפיעים על מסלול החיים. מתוך כך, "ממדי הזמן של מעברים מגופנים" מאפשרים לשפוך אור על נורמות מגדריות, גיליות וחברתיות ולקרוא עליהן תיגר. נורמות אלו מסמנות למעברים תו תקן המתקף אותם בזמן, לעומת מעברים שאינם מתרחשים ב"זמן ראוי" ועל-פי "השעון החברתי", הכרוכים במתח ובקונפליקט, כפי שיפורט בהמשך.

השעון הביולוגי על קו הזינוק

אחת השאלות המרכזיות ששאלנו את משתתפות המחקר הייתה כיצד הן מתמודדות עם הפעילות הפיזית, האתגרית והאינטנסיבית הכרוכה בספורט הסבולת. אחד הממצאים הראשונים שעלה הוא הדיון בסוגיית הגיל. לשאלת אופן ההתמודדות בחרו רוב המרואיינות לציין כי הן מנהלות דיאלוג בינן לבין עצמן באשר לגילן, ואצל רובן

דיאלוג זה הוא ער ומתמשך ומבטא תכנים מגובשים הקשורים לסטראוטיפים השונים באשר לנשים בגיל הימערבר.

בכל המקרים עלתה סוגיית הגיל מיד בתחילת הריאיון. כאשר התבקשו הנשים להציג את עצמן, אף שהראיונות היו אישיים, כולן, ללא יוצא מן הכלל, בחרו להציג את עצמן במשפט המתחיל בציון שמן ומיד לאחריו ציינו את גילן:

קוראים לי רוחמה, ובאוגוסט אהיה בת 52...
אני רוני, בת 46.5 תכף 47, אמא ל...
קוראים לי איבון, אני בת 45, ועובדת ב...
אני נעמי, עוד רגע בת 55, אמא ל...
אני יעלי, בת 40, גרה ב...
שירה, בת 55, 3 ילדים, רופאה ו...
טוב, אני מיה, בת 43, אמא ל...
אני אלומה, תכף בת 50, אמא ל...
יעל, בת 49 אוטוטו, נשואה ואמא ל...
שמי אריקה, בת 48 וקודם כול אני אמא ל...
שמי צילה, אהיה בת 55 השנה, שלושה ילדים, חמישה נכדים...
השם הוא איילה, בת 52 כמעט, מרצה ל...
אני ריס, בת 54, אם ל...
קוראים לי ג'ורגיט, אני בת 44, אמא ל...
אני מיכל, בת 53, אמא ל...

מאפיינים בולטים נוספים בהצגתן העצמית של הנשים היו שפת הגוף והאינטונציה. כמה מן הנשים ציינו את שמן מתוך מבוכה ובקול רפה יחסית, וציון הגיל לווה לרוב בהזדקפות ובהתעקשות על דיוק גילי ובנטייה לעגל את המספר כלפי מעלה. כאשר ביקשנו לבדוק כיצד הן חוות את גילן בזירת הספורט, נדמה כי הן שמחות להזדמנות להתייחס לסוגיה זו ולהציג את נקודת מבטן האישית. ריס, יעל ומיכל התייחסו לכך:

ריס (בת 54): לא, המספר [הגיל] הזה לא קשור אליי [צוחקת]... [...] את יודעת שבאיזה שלב בגלל הגיל אתה מתחיל להאט, אבל על-פי הספרות זה היה כבר צריך לקרות ואני כנראה הולכת בניגוד לכל המקרים.

יעל (בת 49): למרות שאני כבר בת 49 אני לא מרגישה אותו, יש דעות קדומות, מלא, לא חושבת על זה. לא רוצה להתעסק עם זה בכלל כרגע. לא יודעת מה יהיה בהמשך. כרגע, כל עוד אני מרגישה פיזית מסוגלת לעשות את מה שאני עושה, אז זה לא מטריד אותי בכלל.

מיכל (בת 53): כאילו שהגעתי לגיל המעבר? גיל הבלות? [מעווה את פניה] איזה שם נורא זה – בלות! לא, זה לא משפיע עליי בכלל, רק העניין של התופעות הפיזיות היה זוועה.

מדברי הנשים עולה פער בין השיח הביורפואי וההבניות התרבותיות המוטמעות לתוך שיח גיל הימעבר, לבין האופן שהן חוות בו את גילן. נעמי הוסיפה על דבריהן:

נעמי (בת 55): אבל אני רואה שבגילי זה בעצם עובד בכיוון ההפוך. אני מרגישה שיש לי גיל שהוא כרונולוגי ואני מרגישה אחרת לגמרי, אני לא יודעת איך מרגישים אנשים אחרים בגיל שלי [...] עובדה שבתוך הגיל שלי אני עושה המון דברים כמו שצעירים אחרים בכלל לא עושים.

האמירה של נעמי, "אני לא יודעת איך מרגישים אנשים אחרים בגיל שלי", ופרשנותה של ריס, "אני כנראה הולכת בניגוד לכל המחקרים", מעידות על העדר מושאי השראה או נרטיבים נשיים שהן יכולות להישען עליהם ועל מתח בין ההיבט החווייתי-סובייקטיבי של מהלך חייהן הנחוה לבין ההיבט התרבותי וההיבט הרפואי. סוגיית הגיל עלתה שוב כאשר בדקנו כיצד סביבתן החברתית מתייחסת לפעילותן האינטנסיבית והאתגרית בספורט. תשובתה של צילה משקפת את רוח הדברים שעלו מן הראיונות:

צילה (בת 55): "את לא חושבת שאת מגזימה?", "בגילך? זה מסוכן, זה כבר לא לגיל שלך", "את חייבת לנוח, מקסימום תעשי מתיחות, יוגה", או "מה רע בפילאטיס פעמיים בשבוע?".

תגובות אלו משקפות התייחסות חברתית המתמקדת בציפייה מנשים בגיל הימעבר "לעשות גיל" (doing age) בזירת הספורט. לעומת חלק מן הנשים שפעילותן הפיזית גוררת תגובות סטראוטיפיות המאיינות את נוכחותן בגילים אלו, התייחסות הסביבה מציפה בקרב נשים אחרות תכנים הקשורים למצבן המשפחתי:

יעלי (בת 40): "במקום ללכת לישון ב־22.00 כדי לקום ב־5.00 בבוקר לריצה", הם אומרים, "בגילך את צריכה כבר להתרכז בלבנות משפחה, ילדים וכאלה... את תצטערי על זה".

כל הנשים מסומנות כפועלות בניגוד למצופה מהן בגילן, ואילו יעלי מתויגת, נוסף על כך, כאחת שאינה "בתוך הזמן" (on time), שכן בגילה עליה כבר להיות בעלת משפחה וילדים. האחריות לכך שיעלי היא "מחוץ לזמן" (off time), עובדה המוכתבת על-ידי משטור הזמן של השעון החברתי והביולוגי (Lahad, 2012), מוטלת על כתפיה. על-פי הרטוריקה הנאו-ליברלית הנהוגה, מצופה ממנה להיות אינדיבידואל יזמי

ופעיל ו"להתרכז בלבנות", כאשר משמעותה של אמירה זו היא גם "לעשות גיל" וגם "לעשות מגדר", כלומר לנהל מהלך חיים הנתפס כנורמטיבי ומתיישב עם הסדר החברתי בהקשרים אלו. כפי שמצטייר מאמירות אלו, הסדר החברתי ההגמוני ממקם את התא המשפחתי ואת האימהות בשלב זה מעל ההעדפות האישיות. חריגה מ"תקנון הזמן החברתי הנורמטיבי" מלווה ברמיזות באשר למחיר הנגבה מן הנשים בחריגה זו. אל מול השיח הביורפואי, הדין נשים בגיל הימער לשקיעה, והשיח ההטרור-נורמטיבי, המסמן זוגיות הטרוסקסואלית ומשפחה כערך עליון, ואל מול קידוש הצעירות כבסיס להצלחה בחברה המודרנית המערבית, הנשים מצהירות על גילן בראש מורם. הן עושות זאת מתוך מודעות מלאה לגילן הביולוגי, להשפעתו על חייהן ולדימוי התרבותי השכיח של נשים בגילים אלו. עוד עולה כי הן אינן חיות בהדחקה או בהכחשה של הגיל, ואף על פי כן הן לא בחרו בפרקטיקה רפואית-קוסמטית המבטיחה לעצור את הזמן ולטשטש את סימני הגיל במרדף חסר תוחלת אחר מיתוס היופי ואידאל הנשיות בחברה המערבית (וולף, 2004).

כאשר הגיל והגוף נפגשים: הגוף המוחה והגוף כְּמָסָר
נוסף על התפיסה הסובייקטיבית של הנשים בנוגע לגילן, ביקשנו לבדוק כיצד הגיל בא לידי ביטוי באופן מוחשי בספורט הסבולת. מדבריהן עולה כי מרכזיותו של הגוף כרכיב הגשמי בתהליך היא מכרעת, והאינטנסיביות הכרוכה בפעילות זו לאורך שנים מחייבת היכרות מעמיקה וקרובה עם גופן. היכרות זו נרכשת בשעות רבות של אימונים, זיעה, פציעות, הכרת תורות אימון שונות ויישומן, התאמת תזונה ואיזון מתאים לפעילות. המפגש הכה אינטנסיבי עם גופן שמזמנת זירת הסבולת, טענו הנשים, הוא תהליך למידה חשוב ומשמעותי להמשך פעילותן. כך, למשל, תיארה נעמי כיצד ההתנסות לימדה אותה להאמין בגופה למרות גילה:

נעמי (בת 55): אם נחת כמו שצריך והגוף התאושש, קיבל מה שצריך אז הוא חוזר לעצמו ואפילו יותר טוב. אז כן, אני רואה שהגוף שלי צריך יותר זמן להתאושש. אין פה מה לדבר.

לצד פרקטיקת האמון בגוף, עולות תחושות של ביטחון עצמי ושל מסוגלות וחיוניות, שהן תולדה של היכרות אינטנסיבית עם הגוף בשדה זה:

רוני (בת 47): יש משהו שקשור לניסיון [...] בהיכרות שלי עם הגוף שלי [...] שהוא נותן המון שלצעירות אין אותן, ודווקא בריצות הארוכות יש לו יתרון הרבה יותר גדול.

אלומה (בת 50): אני מאוד מתעסקת בגיל שלי עכשיו, תכף בת 50, התחילו לי גלי חום ואני מסתכלת על בנות ה־50 שעושות ספורט ואלו שלא [...] לא כולן חייבות להיות איש ברזל, כן? אבל הן ספורטאיות, כן? יש משהו בהוויה ויש

משהו במה שהן משדרות לעולם [...] משהו בחיוניות שאני משדרת, בתחושת המסוגלות.

בהמשך לכך, צילה מדגישה את השילוב בין פרקטיקת האמון בגוף לבין פרקטיקות המסוגלות והביטחון העצמי כפרקטיקות של ידע המאפשרות לה להיות ביקורתית כלפי המהותנות המיוחסת לגיל ואף משמשות לה כלי לניהול מצבי משבר:

צילה (בת 55): אם אני לא ישנה בלילה בגלל משהו שעובר על הגוף שלי, גלי חום למשל, אז אני תשושה בריצה בבוקר [...] אז את לא יכולה להגיד שלא קורה כלום [...] אז האם זה קשור לגיל – כנראה שכן. אבל מכיוון שיש לך ביטחון ואת אומרת הכול זמני ויחלוף, אז גם זה יחלוף ויהיה בסדר.

איבון ורוני ציינו את תחושת החוזק הפיזי ושיפור הביצועים, ומתוך כך גם תחושת ערך עצמי גבוהה ומאפשרת:

איבון (בת 45): אני השתפרתי השנה [יותר] מאי פעם [...] אני יותר מהירה. בכל המרחקים שלי עשיתי שיאים אישיים השנה [...] אני [...] אולי הכי חזקה שהייתי אי פעם [...] אז איפה שהתאוריות שלי היו פעם על הגיל וזה, אז זה נגזר. אני כבר לא מאמינה בזה. אני רואה את זה על עצמי.

רוני (בת 47): ואוווו, זה פסגת האוורסט. אין יותר חזקה ממני, אין טובה ממני. הטובים לטיס [צוחקת].

דבריה של איבון מעמתים בין זמן חברתי, המבוסס על הגדרות טבעיות כגון לידה, התבגרות והזדקנות, לבין זמן אחר, שאינו טבעי ונקבע על-פי השעון (Urry, 2000). כך, בעוד הגיל אינו ניתן לשליטה או לעצירה, זמן השעון (clock-time), שהפך לגורם מרכזי בארגון חברות מודרניות ובניסוח פרקטיקות חברתיות, מתגלה כגורם הניתן לשליטה, לניהול ולשיפור. חוויה זו היא חוויה מכוננת בתפיסתן של איבון ורוני בנוגע לגילן, ליכולותיהן ולתחושת הערך העצמי הנובעת מביצועיהן בספורט הסבולת. עם זאת, בדומה לאחרות ובהעדר נרטיב להישען עליו, רוני עושה זאת מתוך שימוש במיתוסים ובסמלים דומיננטיים שאובים משיח הגבריות, כגון "הטובים לטיס" ו"פסגת האוורסט". תחושות אלו מפגישות את הנשים עם השיח הרווח בזירת הספורט, המבחין בין מוטיבציית ה"תחרותיות" של גברים לבין מוטיבציית ה"השתתפות" של נשים. שיח רווח זה אף מקדם הבחנה זו. לדוגמה, הסיסמה של טריאתלון הנשים, "כל אחת יכולה", וסיסמת הארגון "אתנה"⁴ "כל אחת מנצחת", מבקשות בעיקר להגדיל את מספר הנשים

4 "אתנה, מועצה ציבורית לקידום נערות ונשים בספורט", הוקמה בהחלטת ממשלה בשנת 2005, וחזונה הוא לפתח את תרבות הספורט בישראל בדרך שתבטיח את השתתפותן המלאה של ילדות, נערות ונשים בכל תחומי הספורט ובכל הרמות.

בספורט מתוך הדגשת ההשתתפות כגורם החשוב ביותר. גם חברות מסחריות וקבוצות ספורט מפעילות עיקרון זה בגיוס קהל הנשים כצרכניות וכחברות בקבוצות. שיח מגייס זה מאפשר לפתוח את השורות, להזין את המנגנון הקפיטליסטי ועדיין לשמר זירה זו כגברית. עדות לכך ניתן לראות בגידול הדרמטי במספר תחרויות האולטרה-מרתון ובמורכבותן, המציבות רף כמעט בלתי אפשרי לנשים. וכך, אף שהרצפה עולה, התקרה נוסקת ומסייעת לעצב את נוכחותן של הנשים כ"משתתפות".

ואולם, חלק מן הנשים הצהירו במפורש שהן "מתחרות" והתנגדו לתיגון כ"משתתפות". בתוך כך הן הדגישו כי לא הגיעו כלל עם שאיפות תחרותיות או הישגיות בראשית הדרך, אלא נחשפו לתכונה זו בקרבן במהלך הפעילות כתוצר של גילוי עצמי. עוד עולה כי חוויית ההצלחה מסייעת להן לאמץ שיח המכשיר הישגיות ותחרותיות בלי להשתמש בפרקטיקות של הסתרה:

ג'ורג'ט (בת 44): ואז היה מירון [...] ופתאום לקחתי פודיום. מה זה מצא חן בעיניי הסיפור הזה, עלה לי לראש. חבל על הזמן, הרגשתי טוב עם עצמי. זה מעניין כי פעם ראשונה אפשרתי לשים את החלק התחרותי שבי באופן גלוי, לא להסוות אותו כי אנחנו נשים – לא? מה פתאום אנחנו רק משתתפות [...] תמיד במרתון את רואה את הגברים [...] טסים אבל אני כבר מנוסה, ואני אומרת "חכה, חכה [...] [צוחקת], בקילומטר ה־30 אני מדלגת מעל הגופות שלהם.

חוויית ההצלחה מובילה את הנשים לאמץ פרקטיקה של הגדרת יעדים ומטרות, הדומיננטית בקרב גברים בזירת הסבולת:

צילה (בת 55): אני אמרתי [...] לאיזה תוצאה אני מכוונת, חדי־משמעת. גם היום [...] אני יודעת בדיוק של שניות על מה אני הולכת לעשות. תכננתי כך שכל האימונים שלי יובילו אותי לתוצאה.

התפיסה "אני מתחרה" פוגשת שדה שהוא גברי בעיקרו ומייצר מנעד של תגובות, שחלקן מצליח להכיל את נוכחותן של מתחרות מן המגדר האחר וחלקן נופל לתוך מבני כוח פטריארכליים:

איבון (בת 45): וחוף מזה, גם הגישה שלי לספורט לא מסתדרת להם, לא רק שאני עושה ספורט. כי אם אני עושה ספורט בשביל לרזות, ואני לא תחרותית, ורק באתי כדי להשתתף, אז זה בסדר... אבל לבוא ולהיות רצינית ותחרותית בגילי זה קשה להם [...] וכשאינן להם תשובה מול המהירות שלי, אז הם אומרים, "את לא אישה, את כמו גבר. טוב, את, את אחד מהחבר'ה או את יותר גבר מהרבה גברים שאני מכיר". זה אני שומעת המון, המון [...] כן, כי איך יכול להיות שאישה היא כזו, זה עושה להם בלגן. קודם כול יש אנשים שחשבו לאורך הדרך שאני לסבית, בטח כשהתגרשתי.

ביטול הנשיות ותיוגה של איבון כגברית, לסבית ובעייתית הוא פועל יוצא של יחסי הכוח, שענינם מינימליזם והקטנה של נשים, ושל סימון וביצור של גבולות השדה באמצעות שימור התכונות מהירות, תחרותיות וחוזק כתכונות גבריות. הפרת קודים מגדריים אלו וחציית גבולות מגדריים בדמות נשים תחרותיות וחזקות מזכות במנעד תגובות, שהבוטה ביותר מהן היא השפלה וערעור חברתי של המגדר והמיניות שלהן. מתיאוריהן של הנשים עולה כי ההיכרות הקרובה וההכרחית שלהן עם גופן בזירת הסבולת מצליחה לקרוא תיגר על הפסיקה החד־משמעית של השיח הביורפואי על רפיון, חולשה וחוסר רלוונטיות של הגוף על בסיס הגיל הביולוגי ולערער את ההנחה בדבר סנכרון בין הגיל הביולוגי, החברתי, הרגשי והקוגניטיבי (חזן, 2006). מתוך הישענות על גופן כמקור של כוח ועוצמה הן מסרבות להיות אובייקט פסיבי ומפקיעות במידה את הסמכות, את הידע ואת השליטה הבלעדית על גופן מידי הממסד הרפואי, מערערות את הבינריות בבסיס התפיסה של יכולות, השתתפות ותחרותיות וסודקות את הדומיננטיות הגברית בזירה זו. אם כן, זירה זו מצטיירת כמאפשרת לגופן של נשים לפעול כ"גוף מוחה" ולהפוך ל"גוף כמסר", שבעזרתו הגיל אינו אלא מדד מוסכם הנתון למשא ומתן. מתוך כך אנו מצטרפות לקריאתה של גולט⁵ (Gullette, 2002) להמשגה תאורטית מחודשת של גיל המעבר כתקופת זמן העשויה לאפשר לנשים לכונן את עצמן כסובייקטים אוטוביוגרפיים חדשים בעלי ארגז כלים תרבותי ונרטיבי חדש. עם זאת, על אף התחושות הסובייקטיביות של מסוגלות, עוצמה וערך עצמי, הנבנות בזירה זו, העובדה שהן נדרשות להשקיע שעות רבות בספורט אינטנסיבי זה מעמתת אותן עם סדר חברתי היררכי וממוגדר של זמן פנוי וזמן פנאי, כפי שנפרט בפרק הבא.

זה הזמן שלי, אבל...

זמן פנאי הפך לפרקטיקה שגורה בתרבות המערבית הנתמכת בשיח קפיטליסטי צרכני ובשיח הנאו־ליברלי המציב את רווחתו, אושרו ומימושו של העצמי במרכז. תפיסה זו הופנתה לכלל האוכלוסייה, גברים ונשים כאחד (Dionigi, 2006), אם כי מדובר למעשה ברטוריקה עיוורת למגדר, כפי שעולה ממחקרים שעסקו בריבוד, בפנאי ובמגדר (Sayer, 2005; Taniguchi & Shupe, 2014; Thrane, 2010). התמה המשותפת למחקרים אלו היא

5 גולט (Gullette, 2002) יצאה נגד פולחן האימהות המקבעת את הנשים בסטטוס של מטפלות בהתנדבות, שלאחריו יופיע מיד השלב של תסמונת "הקן המתרוקן" ולאחריו תקופת ההיחלשות והזקנה. גולט הציגה המשגה מחודשת של קטגוריית גיל המעבר כפעולה פמיניסטית ופוליטית. היא הציעה את השם "בתר־האימהות" כתקופת זמן שיש לצפות לה, הנושאת אתה אפשרויות של צמיחה, התחדשות והתפתחות. אנו מאמצות את העיקרון המארגן של הקטגוריה "בתר־האימהות", ללא התנייתה באימהות, וטוענות כי זירת הסבולת מאפשרת לנשים להגדיר מחדש את גיל המעבר כשלב המאפשר להן להתכונן כעצמי אוטוביוגרפי חדש עם ארגז כלים תרבותי ונרטיבי חדש.

כי בדומה לטענתו של בורדייה, זירת הפנאי פועלת כשדה תרבותי מרכזי להנצחת אי-השוויון החברתי אף יותר מזירות של ייצור כלכלי (Bourdieu, 1977). קריאה מגדרית פמיניסטית של מחקרים אלו מעלה כי זמן הפנאי הוא גם אתר של ייצור אי-שוויון מגדרי ושל שעתוק יחסי כוח מגדריים. בהתאמה לכך, חוויותיהן של משתתפות המחקר חושפות הנחות יסוד תרבותיות ממוגדרות, המייצרות קונפליקטים הנוגעים להבניה חברתית של זמן כפי שיפורטו כאן.

ההיבט המרכזי של הקונפליקט חושף משטור מגדרי של זמן הפנאי של האישה על-ידי החברה בכל הנוגע לאחריותה ההורית:

מיה (בת 43): זה בא לידי ביטוי בצורה הכי חזקה שכשגבר מתאמן לאיש ברזל, הוא אחלה גבר וכל הכבוד לו [...] וכשאישה עושה [...] אז: מי עם הילדים בשבת בבוקר כשאת יוצאת לרכוב 4 או 6 שעות? [...] את השאלה הזו לא ישאלו גבר.

אריקה (בת 47): כי קודם כול כאמא, יש את הציפיות שאני אהיה שם. שאני כאילו אהיה שם. והיה גם את הפרצופים של הבעל, בטח בשבת בריצה הארוכה. ואני הייתי תמיד בלחץ לחזור מהר ולא הייתי נשארת עם החברה לקפה של אחרי, והיה גם את רגשות האשם הטבעיים שלנו כאימהות.

יעל ציינה את נקודת המפנה, שבה שמה את עצמה במרכז לעומת תפקידה המסורתי כאם וכאשת משפחה טוטלית, כנקודת שבר במשפחה:

יעל (בת 49): ילדתי ילדים והתפקיד שלי הוא להיות שם בשבילם, ופתאום אחרי 20 שנה אני קמתי ובאופן חד-צדדי שיניתי פה סטטוס. של "אני יוצאת" ואני יוצאת לבד! [...] היה בלגן גדול, אבל אני חושבת שאחרי 20 שנה שכנעתי את עצמי שמגיע לי.

הדגשת האחריות ההורית כאחריות אימהית עיקרית, בצירוף הרמיזות על מחיר ועל סנקציות בעתיד, חוזרות בקרב רבות מן הנשים ומעצימות את המתח בין הרצון לזמן פנאי אישי לבין זולל זמן מרכזי – מחויבות אימהית ומשפחתית. כתוצאה מכך הנשים מנהלות משא ומתן מתמשך לא רק עם סביבתן הקרובה, אלא גם, ואולי בעיקר, עם עצמן. כך, למשל, הרגע שבו זיהתה צילה את חוויית הריצה כ"חדר משלה", הרגע שבו היא הבינה כי בלעדיה אין לה קיום, אילץ אותה לאמץ אסטרטגיה מודעת של ריצוי מתמשך של כל הסובבים אותה:

צילה (בת 55): כדי לקבל את מה שאת רוצה ולחיות את המקום שלך, את כל כך צריכה לרצות את כולם מסביב כדי להסכים לעצמך להיות את, לגנוב את הנישה הזאת. זה בעיניי הדבר הכי משמעותי. שהרבה שנים בשביל לגנוב את

הזמן לעצמך את מְרָצָה, משחקת במשחק הרצִייה של כל מי שמסביבך, ואת מגבה את זה באידאולוגיה של אם השנה, רעיית השנה, כל מה שצריך את עושה, רק שִׁרְדוּ ממך. אבל חוויית החיים שלך היא כשאת רצה לבד.

אסטרטגיית הריצוי היא פרקטיקה החוזרת על עצמה אצל רוב הנשים בצורות שונות. מיכל ונעמי תיארו מגוון אסטרטגיות ריצוי הקשורות לתפקידים אימהיים מסורתיים:

נעמי (בת 55): צריך בית תומך [...] עשיתי להם סנדוויצ'ים בבוקר [...] ניהלתי את האימונים לפני שהם קמים. אתה קם מאוד מוקדם [...] וכן, תמיד בישלתי אוכל ותמיד יש אוכל מבושל כי כולנו צריכים אוכל.

מיכל (בת 53): כשרק התחלתי [...] הם עוד היו בבית הספר. הייתי מפסיקה את האימון ב־7:00 בבוקר ומצלצלת כדי לוודא שהתעוררו, ולקחו את הסנדוויץ' שהכנתי לפני שיצאתי.

וכאשר מדובר בזמן הזוגיות, אסטרטגיית הריצוי נראית כך:

מיה (בת 43): זה מגיע מהמקום שאם בעלי רוצה לצאת בספונטניות מוחלטת ביום שישי ב־23:00 בלילה וקבעתי ריצה ארוכה למחר – 3 או 4 או 5 שעות ריצה – אז אני לא אגיד שלא יוצאים. כי הזוגיות יותר חשובה, ועם כל הכבוד לשעות שינה אז אני אקצר בשעות השינה, אני אישן 3 שעות ואקום לריצה.

מעדויותיהן של הנשים עולה כי עליונותם וחשיבותם של זמן המשפחה, זמן הזוגיות וזמן העבודה אינן מופעלות באופן בלעדי ככוח חיצוני לנשים. בדומה למודל הפנאופטיקון שהציג בנתאם כמערכת של פיקוח ומשטור חברתי (Bentham, 1787/1995), אצל Foucault, 2008), נראה כי הנשים עצמן הטמיעו את התפיסות האלה ואת יחסי הכוח הנגזרים מכך. הן אינן מפרות את הסדר ההטרו־נורמטיבי ובוחרות להתפקד לתפקיד המגדרי ובתוך כך להיענות לתו התקן של אם טובה ובת זוג טובה. בחירתן בספורט פנאי תובעני אינה נתפסת בעיניהן כברורה מאליה או כתלויה ברצונן החופשי בלבד. אם כך, נוסף על אסטרטגיית הריצוי הן נדרשות לאסטרטגיות שונות כדי לגייס ממשפחתן אהדה ותמיכה:

אלומה (בת 50): המון מריבות וויכוחים בשבתות כשהייתי צריכה לצאת לרכיבה של כמה שעות. בלגן. ומהר מאוד הבנתי שאם אני לא אביא אותו אליי יהיה רע מאוד. אז גייסתי את בעלי לרכיבות אופניים בשבתות.

צילה (בת 55): שכנעתי אותו להצטרף אלינו לקפה אחרי הריצה הארוכה, ככה הוא גם רואה עם מי אני רצה והוא יורד לי מהוריד.

יעל (בת 49): כשהתאמנתי לתחרות טרנסאלפ, היו גם אימוני רכיבה של 7 ו-8 שעות [...] אני עשיתי אותם בחמישי ושישי די לבד [...] כן, למרות שהקבוצה שלי רוכבת בשבת וזה הרבה יותר קל ביחד, אבל אני הייתי בשבתות בבית, זה היה ההסכם עם בעלי והמשפחה ואני מכבדת הסכמים [...] קשה? זה היה גיהנום לרכוב לבד.

לסיכום, נדמה כי אמירות אלו דרות בכפיפה אחת עם ממצאי המחקרים שבחנו זמן פנאי ומגדר והצביעו על אי-שוויון מגדרי בחלוקת הזמן. אי-שוויון זה נובע מכך שבמרבית המקרים זמנה הפנוי של האישה ממוסגר במחויבויותיה לעבודה ולבית, ואילו אצל הגבר זמן הפנאי מבוסס בעיקר על אילוצי עבודה. וכך, אף שהגבולות בין המרחב הפרטי לבין המרחב הציבורי השתנו לאורך ההיסטוריה, ההיגיון המבחין בין שתי זירות אלו עדיין פועל.

דיון ומסקנות

מה מביא נשים בגיל המעבר להשתתף בזירת ספורט הסבולת, זירה שגבריות מעוצבת ומנוסחת בה והיא מהללת דווקא את הצעירות? כיצד הן חוות את פעילותן הפיזית וכיצד התנסות זו משפיעה על תפיסותיהן בנוגע לגיל, למגדר ולגוף? ממצאי המחקר מאירים את הדואליות של זירת הספורט כזירה שמצופה בה מנשים "לעשות מגדר" (Hargreaves, 1994) ו"לעשות גיל" (Laz, 1998) מצד אחד, ומן הצד האחר כזירה המאפשרת לפרק (undo) את שתי הקטגוריות האלה מתוך קריאת תיגר על שיח הגמוני של גיל, מעבר ונשיות.

הממצא המרכזי העולה מן המחקר הוא כי הימער הפופולרי המיוחס לנשים בגיל המעבר אינו אחד ואף אינו מתמקד בגיל במובנו הביולוגי. למעשה, המעברים מרובים, והם משקפים מסע של השתנות בזמן כתולדה של מעורבות אינטנסיבית של הגוף בזירת הסבולת. אמנם בחינת ההיבטים השונים של מה שכינינו "ממדי הזמן של מעברים מגופנים" מצביעה על הדומיננטיות של תפיסות מגדריות מסורתיות ועל הציפייה "לעשות גיל" ו"לעשות מגדר" גם בזירת הסבולת, אך מנקודת מבטן של נשים ספורטאיות, פועלן חותר תחת התפיסה הלינארית של גיל, שלפיה הגוף מגיע לקיפאון ואף לנסיגה בגיל הימער והגיל הוא סמן מוחלט של כינון העצמי. קריאת תיגר זו של נשיות על גיל הימער מקבלת משנה תוקף, מפני שמודל השקיעה מאבד מאחיותו אל מול ההתפתחויות שנשים חוות דרך גופן בזירת הספורט. מתוך כך נדמה כי הגוף, שבגינו השתלט השיח הביורפואי על שיח "גיל המעבר" וצבע אותו בגוונים של שקיעה, שוליות וחוסר רלוונטיות חברתית, הוא שמאפשר לפרק את השיח הרפואי המציב במרכזו את ה"גיל" ואת ה"גוף" כמשתנים ביולוגיים ניטרליים.

עוד עולה מן הראיונות כי גיל הימעבר כמבנה תרבותי-חברתי מתאפיין ב"העדר" המתבטא בממדים אחדים: העדר נרטיב חיובי על "גיל", שניתן להישען עליו ולשאוב ממנו דימויים חיוביים על נשים בגיל זה, והעדר מושאי השראה, מיתוסים וחוויה קולקטיבית נשית, המקשה על הנשים להמשיג את פעילותן האתגרית בשדה הסכולת. במסגרת העדר זה נשים מטביעות לתוך הטרימינולוגיה שלהן דימויים השאובים מן השיח הספורטיבי והצבאי הגברי.

ה"העדר" על היבטיו השונים נעוץ באופנים שבהם קטגוריות של גיל ומגדר, והציפיות החברתיות הנגזרות מהן, מובנות במהלך החיים הנורמטיבי של נשים בגיל הימעבר, אך גם מן ההבניה המגדרית והגילנית של ספורט הסכולת עצמו. באופן אירוני, מה שמאפשר את "פלישתן" של הנשים לזירה הגברית של ספורט הסכולת ואת "סטייתן" מן המצופה הוא השיח הצרכני והבריאותי הנאו-ליברלי המעודד את טיפוח היופי והגוף כחלק מטכנולוגיות של העצמי. כל אלו מאפשרים לנשים ספורטאיות לנסח "מהלך" חיים נחוה" המערער מסמנים מגדריים וגיליים, ותופעה זו ידועה כ־undoing gender and age.

המעבר ממהלך חיים נורמטיבי למהלך חיים נחוה אינו מעבר סכום אפס. אדרבה, מהלך החיים הנחוה אינו מבטל את הנורמטיבי או מחליף אותו. משתתפות המחקר מנהלות ביניהן דיאלוג מתמשך רווי מתחים, והן נדרשות לאסטרטגיות שונות על מנת להמשיך במהלך חיים נחוה בזירת הסכולת, ובתוך כך עליהן לשמור על המסגרת הנורמטיבית של החיים.

לסיכום, מהלך החיים הנחוה של הנשים שהשתתפו במחקר משוקע באינטנסיביות הגשמית-פיזית של הגוף בזירה זו ובהפעלת אסטרטגיית הפעולה (agency) שלהן, והוא מפנה את המבט ל"גוף" ול"גיל" כמקור אונטולוגי רב-עוצמה שאינו עולה בקנה אחד עם תפיסות אפיסטמולוגיות דומיננטיות. ההכרה בקטגוריות אלו כמסמנים גמישים של זהויות ושל משמעות, כאתרים לעימות תרבותי וכבסיס לידע ופעולה מאפשרת לזהות כינון עצמי חדש בזירת הסכולת, המנסה מודל אחר של מהלכי חיים של נשים בגיל הימעבר. מודל זה מצליח לייצר ארגז כלים נרטיבי נשי חדש הטעון בפרקטיקות חיוביות, בידע חדש, במיתולוגיה נשית ובהון סמלי הניתן להמרה לסוגי הון אחרים במעגלי החיים השונים.

האם אפשרויות ההשתתפות וההון פתוחות בפני כולן באותה מידה ובאותו אופן? שאלה חשובה זו היא נושא למחקר המשך. במאמר זה ביקשנו להצביע על פוטנציאל של רווחה והתפתחות אישית לצד שינוי חברתי הנגזר מערעור הדימויים הקיימים ומהעשרת ארגז הכלים התרבותי. שינוי חברתי זה כערך פמיניסטי חשוב נעוץ גם בעובדה כי הספורט הוא זירה של פולחן חילוני, המאגדת מספר גדול יותר של אנשים בעלי חוויות משותפות לעומת כל פעילות תרבותית אחרת. מבחינה זו, הימצאותן של נשים רבות ככל האפשר במרחב זה תורמת ליצירת נרטיב אחר של גיל הימעבר ולהטבעת חותם על התרבות ועל החברה.

מקורות

באטלר, ג' (1990). צרות של מגדר. בתוך נ' ינאי, ת' אלאור, א' לובין וח' נווה (עורכות), דרכים לחשיבה פמיניסטית (עמ' 337-352). תל אביב: האוניברסיטה הפתוחה.

גבתון, ד' (2002). תיאוריה המעוגנת בשדה: משמעות תהליך ניתוח הנתונים ובניית התיאוריה במחקר איכותני. בתוך נ' צבר-בן יהושע (עורכת), מסורות וזרמים במחקר האיכותני (עמ' 195-227). תל אביב: דביר.

גלילי, י', לידור, ר' ובן-פורת, א' (2009). במגרש המשחקים: ספורט וחברה בתחילת האלף השלישי (עמ' 46-63). רעננה: האוניברסיטה הפתוחה.

הרצוג, א' ולב, א' (2015). "זה גברת או אדון?" ערעור גבולות מגדריים במכון הכושר. בתוך י' גלילי, מ' לוי וא' תמיר (עורכים), ספורט ומגדר בחברה הישראלית: מאפיינים, זהויות ויצוגים. הרצליה: המרכז הבינתחומי.

וולף, נ' (2004). מיתוס היופי: על השימוש בייצוגים של יופי נגד נשים. תל אביב: הקיבוץ המאוחד, סדרת מגדרים.

חזן, ח' (2006). גיל. בתוך א' רם ונ' ברקוביץ (עורכים), אי שוויון (עמ' 82-89). באר שבע: אוניברסיטת בן-גוריון והקיבוץ המאוחד.

מבט למרוץ (1990). 5-12-1990 מרתון טבריה ה'14, מקצה מרתון. אוהור מתוך <https://raceview.net/#racedetails.php?&raceid=11197>

מבט למרוץ (2015). מרתון_טבריה 2015, Winner Marathon. אוהור מתוך raceview.net/#doheatsearch.php?raceid=14173

מבט למרוץ (2015). מרתון סמסונג תל-אביב 2015, מרתון. אוהור מתוך raceview.net/#doheatsearch.php?raceid=14450

מבט למרוץ (2015). Jerusalem Marathon 2015, Marathon. אוהור מתוך raceview.net/#doheatsearch.php?raceid=14574

ריץ', א' (1980). ההטרסקסואליות הכפויה והקיום הלסבי. בתוך ד' אמיר, ד' באום, ר' בריר-גארב, י' ברלוביץ, ד' גריינימן, ש' הלוי, ד' חרובי, וס' פוגל-ביז'אווי (עורכות), ללמוד פמיניזם: מקראה (עמ' 165-189). תל אביב: הקיבוץ המאוחד.

שקדי, א' (2003). מילים המנסות לגעת. תל אביב: רמות.

Betzer-Tayar, M., Zach, S., Galily, Y., & Henry, I. (2017). Barriers to women's access to decision-making positions in sport organizations: The case of establishing a girls' volleyball academy in Israel. *Journal of Gender Studies*, 26(4), 418-431.

Birk, G. Z. (2010). *The transformative experience of marathon running for adult women*. Oakland, CA: Saybrook University.

- Bourdieu, P. (1977). *Outline of a theory of practice* (Vol. 16). Cambridge, MA: Cambridge University Press.
- Charbonneau, D. H. (2010). *Manufacturing menopause: An analysis of the portrayal of menopause and information content on pharmaceutical web sites* (Doctoral Dissertation). Detroit, MI: Wayne State University. Retrieved from https://digitalcommons.wayne.edu/oa_dissertations/138
- Chare, N. (2017). Transcribing the corporeal: Physical feminism, autobiography and the intermedial. *European Journal of English Studies*, 21(3), 273-287.
- Dashper, K. (2018). Smiling assassins, brides-to-be and super mums: The importance of gender and celebrity in media framing of female athletes at the 2016 Olympic Games. *Sport in Society*, 21(11), 1739-1757. doi: 10.1080/17430437.2017.1409729
- Davis, K. (2013). *Reshaping the female body: The dilemma of cosmetic surgery*. New York, NY: Routledge.
- Dionigi, R. (2006). Competitive sport as leisure in later life: Negotiations, discourse, and aging. *Leisure Science*, 28, 181-196.
- Elder, G. H. Jr. (2000). Life course theory. *Encyclopedia of Psychology*, 5, 50-52.
- Elias, N. (1992). *Time: An essay*. Oxford, England: Blackwell.
- Fisher, D. C. (1914). *Mothers and children*. New York, NY: H. Holt and Company.
- Foucault, M. (1977). *Discipline and punish: The birth of the prison* (trans. by A. Sheridan). New York, NY: Random House.
- Foucault, M. (1980). *Power/knowledge: Selected interviews and other writings 1972-1977*. New York, NY: Pantheon.
- Foucault, M. (2008). "Panopticism", from *Discipline & punish: The birth of the prison*. *Race/Ethnicity: Multidisciplinary Global Contexts*, 2(1), 1-12.
- Gullette, M. M. (2002). Valuing "postmaternity" as a revolutionary feminist concept. *Feminist Studies*, 28(3), 553-572.
- Gullette, M. M. (2004). *Aged by culture*. Chicago, IL: University of Chicago Press.
- Gullette, M. M. (2008). What exactly has age got to do with it? My life in critical age studies. *Journal of Aging Studies*, 22(2), 189-195.
- Hargreaves, J. (1994). *Sporting females: Critical issues in the history and sociology of women's sport*. London, England: Routledge.
- Heywood, L., & Dworkin, S. L. (2003). *Built to win: The female athlete as cultural icon*. Minneapolis, MN: University of Minnesota Press.
- Kohli, M. (2007). The institutionalization of the life course: Looking back to look ahead. *Research in Human Development*, 4(3-4), 253-271.

- Krekula, C. (2007). The intersection of age and gender: Reworking gender theory and social gerontology. *Current Sociology*, 55(2), 155-171.
- Lahad, K. (2012). Singlehood, waiting, and the sociology of time. *Sociological Forum*, 27(1), 163-186. Retrieved from <https://doi.org/10.1111/j.1573-7861.2011.01306.x>
- Lahad, K. (2017). *A table for one: A critical reading of singlehood, gender and time*. Manchester, England: Manchester University Press.
- Laz, C. (1998). Act your age. *Sociological Forum*, 13(1), 85-115.
- Laz, C. (2003). Age embodied. *Journal of Aging Studies*, 17, 503-519.
- Liston, K. (2011). Sport and leisure. *The Sociological Review*, 59(S1), 160-180.
- Markula, P. (2003). The technologies of the self: Sport, feminism, and Foucault. *Sociology of Sport Journal*, 20(2), 87-107.
- Mayer, K. U. (2004). Whose lives? How history, societies, and institutions define and shape life courses. *Research in Human Development*, 1(3), 161-187.
- Neugarten, B. L., & Hagestad, G. O. (1976). Age and the life course. In R. H. Binstock & E. Shanas (Eds.), *Handbook of aging and the social science* (pp. 35-55). New York, NY: Van Nostrand Reinhold.
- Sayer, L. C. (2005). Gender, time and inequality: Trends in women's and men's paid work, unpaid work and free time. *Social Forces*, 84(1), 285-303.
- Scraton, S., & Flintoff, A. (2013). Gender, feminist theory and sport. In D. Andrews & B. Carrington (Eds.), *A companion to sport* (pp. 96-112). Hoboken, NJ: Wiley-Blackwell.
- Settersten, J. R. (2006). Aging and the life course. In R. H. Binstock & L. K. George (Eds.), *Handbook of aging and the social science* (pp. 3-19). Burlington, MA: Elsevier Academic Press.
- Settersten, J. R., & Mayer, K. U. (1997). The measurement of age, age structuring, and the life course. *Annual Review of Sociology*, 23(1), 233-262.
- Silver, C. (2003). Gendered identities in old age: Toward (de)gendering? *Journal of Aging Studies*, 17(4), 379-397.
- Smith, F. (2012). "Before a race I get my eyeliner perfect and do my hair": Post-feminism and Victoria Pendleton. *Feminist Media Studies*, 12(4), 608-611.
- Statista (n.d.). Percentage of marathon finishers by gender in the United States from 1980 to 2015. *Statista: The Statistics Portal*. Retrieved May 16, 2019, from <https://www.statista.com/statistics/280440/marathon-finishers-by-age-and-gender-united-states/>

- Switzer, K., & Robinson, R. (2006). *26.2 Marathon stories*. Toronto, Canada: Rodale.
- Sykes, H. (2006). Queering theories of sexuality in sport studies. In J. Caudwell (Ed.), *Sport, sexualities and queer theory* (pp. 13-32). London, England: Routledge.
- Taniguchi, H., & Shupe, F. L. (2014). Gender and family status differences in leisure-time sports/fitness participation. *International Review for the Sociology of Sport*, 49(1), 65-84.
- Thrane, C. (2010). Men, women and leisure time: Scandinavian evidence of gender inequality. *Leisure Science*, 22(2), 109-122.
- Toothman, E. L., & Barrett, A. E. (2011). Mapping midlife: An examination of social factors shaping conceptions of the timing of middle age. *Advances in Life Course Research*, 16, 99-111.
- Urry, J. (2000). Sociology of time and space. In S. B. Turner (Ed.), *The Blackwell companion to social theory* (pp. 416-443). Oxford, England: Blackwell.
- Wingens, M., & Reiter, H. (2011). The life course approach: It's about time! *Bios*, 24(2), 187-204.
- Young, I. M. (1980). Throwing like a girl: A phenomenology of feminine body comportment motility and spatiality. *Human Studies*, 3, 137-156.
- Zerubavel, E. (1989). *The seven day circle: The history and meaning of the week*. Chicago, IL, & London, England: University of Chicago Press.