

ΕΝΑΣ ΑΓΩΝΑΣ ΑΝΤΟΧΗΣ ΜΑΣ ΥΠΕΝΘΥΜΙΖΕΙ ΤΗΝ ΑΡΧΑΙΑ ΔΟΞΑ

Μαραθώνιος

Ο Μαραθώνιος Δρόμος είναι ένας αγώνας αντοχής με μια επίσημη απόσταση 42,195 χιλιομέτρων (26 μίλια 385 γιάρδες). Ο αγώνας ονομάζεται έτσι μετά την πορεία του Έλληνα αγγελιοφόρου Φειδιππίδη από τον Μαραθώνα στην Αθήνα μετά τη μάχη του Μαραθώνα (490 π.χ) ο οποίος έτρεξε για να μεταφέρει τα σημαντικά νέα στην Αθήνα. Η ιστορική ακρίβεια αυτού του μύθου είναι αμφίβολη, και είναι σε αντίθεση ιδιαίτερα με απολογισμούς της μάχης από τον Ηρόδοτο.

Ο Μαραθώνιος ήταν ένα από τα πρώτα σύγχρονα ολυμπιακά αθλήματα των σύγχρονων αγώνων του 1896, αν και η απόσταση δεν καθορίστηκε έως το 1921. Περισσότεροι από 800 μαραθώνιοι γίνονται σε όλο τον κόσμο κάθε έτος, με τη μεγάλη πλειοψηφία να είναι ερασιτέχνες που τρέχουν για φιλανθρωπικούς σκοπούς ή απλά για την εμπειρία. Οι μεγαλύτεροι μαραθώνιοι μπορούν να έχουν δεκάδες χιλιάδες συμμετεχόντων.

Ιστορία

Ο Μαραθώνιος προέρχεται από το μύθο του Φειδιππίδη, ενός Αθηναίου σπλίτ αγγελιοφόρου. Ο μύθος δηλώνει ότι στάλθηκε από την πόλη του Μαραθώνα στην Αθήνα για να αναγγείλει ότι οι Πέρσες νικήθηκαν στη μάχη του Μαραθώνα. Λέγεται ότι έτρεξε ολόκληρη την απόσταση χωρίς παύση και μπήκε στην Συνέλευση της Βουλής, όπου αναφώνησε "Νενικήκαμεν" (νικήσαμε) πριν καταρρεύσει και πεθάνει. Η ιστορία της πορείας από το Μαραθώνα στην Αθήνα εμφανίζεται αρχικά στον Πλούταρχο στη "στην Δόξα της Αθήνας" του 1ου αιώνα π.χ που αναφέρει την χαμένη εργασία του Ηρακλείδη Ποντικού. Αυτός δίνει το όνομα του δρομέα ως είτε Θέρσιπος ή Ευκλής. Ο Λουκιανός (2ος αιώνας π.χ) επίσης δίνει την ιστορία αλλά ονομάζει το δρομέα Φειλιππίδη (όχι Φειδιππίδη). Η ιστορική ακρίβεια αυτού του άρθρου δεν είναι εξαιρετικά βεβαιωμένη. Ο Ηρόδοτος, η κύρια πηγή για τους ελληνο-περσικούς πολέμους, αναφέρει τον Φειδιππίδη ως τον αγγελιοφόρο που έτρεξε από την Αθήνα στη Σπάρτη ζητώντας βοήθεια, και έτρεξε έπειτα πίσω, μια απόσταση πάνω από 240 χιλιομέτρων. Σε μερικά χειρόγραφα το όνομα του δρομέα μεταξύ της Αθήνας και Σπάρτης δίνεται ως Φειλιππίδης. Ο Ηρόδοτος δεν κάνει καμία αναφορά για κανένα αγγελιοφόρο που στέλνεται από το Μαραθώνα στην Αθήνα. Αναφέρει ότι το κύριο μέρος του αθηναϊκού στρατού, που έχει αγωνιστεί ήδη και κέρδισε την εξαντλητική μάχη,

φοβάται μια ναυτική επιδρομή από τον Περσικό στόλο ενάντια σε μια ανυπεράσπιστη Αθήνα, και βιάστηκε γρήγορα πίσω από τη μάχη στην Αθήνα, φθάνοντας την ίδια μέρα.

Διαδρομή

Μεταξύ του Μαραθώνα και της Αθήνας υπάρχει η Πεντέλη, έτσι αυτό σημαίνει ότι, εάν ο Φειδιππίδης έκανε πραγματικά το διάσημο τρέξιμό του μετά από τη μάχη, έπρεπε να τρέξει γύρω από το βουνό. Η προφανέστερη διαδρομή ταιριάζει σχεδόν ακριβώς με τη σύγχρονη εθνική οδό Μαραθώνα-Αθήνας, που ακολουθεί την εθνική οδό προς τα νότια από τον κόλπο Μαραθώνα και κατά μήκος της ακτής, κατόπιν ένας ομαλός αλλά παρατεταμένος ανήφορος δυτικά προς την ανατολική προσέγγιση στην Αθήνα, μεταξύ των του Υμηττού και Πεντέλης, και έπειτα κατηφορικά προς την Αθήνα. Αυτή η διαδρομή είναι περίπου 42 χιλιομέτρα και καθορίζει τα πρότυπα για την απόσταση. Εντούτοις υπάρχει μια άλλη προταση, ότι ο Φειδιππίδης να είχε ακολουθήσει μια άλλη διαδρομή: μια δυτική ανάβαση κατά μήκος των ανατολικών και βόρειων προπόδων της Πεντέλης, στο πέρασμα Διώνυσος, και έπειτα μια ευθεία νότια πορεία προς τα κάτω στην Αθήνα. Αυτή η διαδρομή είναι αρκετά μικρότερη, περι-

που 35 χιλιόμετρα, αλλά είναι πολύ απότομη.

Σύγχρονοι Ολυμπιακοί Αγώνες

Όταν οι σύγχρονοι Ολυμπιακοί Αγώνες έγιναν πραγματικότητα στο τέλος του 19ου αιώνα, οι ιδρυτές και οι διοργανωτές έψαχναν ένα μεγάλο γεγονός, που να υπενθυμίζει την αρχαία δόξα της Ελλάδας. Η ιδέα της οργάνωσης του αγώνα του μαραθωνίου προήλθε από τον Μισέλ Μπρεάλ (Michel Bréal). Αυτή η ιδέα υποστηρίχθηκε και από τον Πιερ ντε Κουμπερτέν (Pierre de Coubertin), τον ιδρυτή των σύγχρονων Ολυμπιακών Αγώνων, καθώς επίσης και τους Έλληνες. Οι Έλληνες οργάνωσαν ένα αγώνα επιλογής και αυτός ο πρώτος μαραθώνιος κερδήθηκε από το Χαρίλαο Βασιλάκο σε 3 ώρες και 18 λεπτά (με το Σπύρο Λούη να έρχεται πέμπτος). Ο νικητής του πρώτου ολυμπιακού μαραθωνίου το 1896 (μόνο για άνδρες) ήταν ο Σπύρος Λούης, ένας Έλληνας μεταφορέας νερού. Νίκησε στους Ολυμπιακούς Αγώνες με χρόνο 2 ώρες 58 λεπτά και 50 δευτερόλεπτα. Ο μαραθώνιος των γυναικών εισήχθη στους Θερινούς Ολυμπιακούς Αγώνες του 1984 (Λος Άντζελες, ΗΠΑ) και κερδήθηκε από την Joan Benoit των Ηνωμένων Πολιτειών με χρόνο 2 ωρών 24 λεπτά και 52 δευτερόλε-



Ο πρώτος νικητής των σύγχρονων Ολυμπιακών Αγώνων στο Μαραθώνιο κ. Σπύρος Λούης

πτα. Έχει γίνει παράδοση ο μαραθώνιος των ανδρών να είναι το τελευταίο αγώνισμα με τερατισμό στο Ολυμπιακό Στάδιο, και συχνά ώρες αργότερα, η τελετή λήξης.

Ο μαραθώνιος των Θερινών Ολυμπιακών Αγώνων του 2004 αναβίωσε στην παραδοσιακή διαδρομή από το Μαραθώνα στην Αθήνα που τερατίζεται στο Παναθηναϊκό στάδιο. Το ολυμπιακό ρεκόρ είναι 2:06:32, από το 2008, από τον Κενυάτη Samuel Kamau Wanjiru.

Απόσταση

Η απόσταση των 42,195 μέτρων καθορίστηκε αρχικά κατά τους Ολυμπιακούς αγώνες του Λονδίνου του 1908. Η απόσταση των 42 χιλιομέτρων είναι η απόσταση μεταξύ των ανακτόρων του Ουίνδσορ και του Ολυμπιακού σταδίου στο Shepherd's Bush στα δυτικά του Λονδίνου. Η απόσταση καθορίστηκε στα 42 χιλιόμετρα και επίσης ένα γύρο του σταδίου το οποίο κατέληξε να είναι 42,195 μέτρα, παίρνοντας υπόψη και την καλύτερη θέση για την βασιλική οικογένεια. Στον αγώνα ο Dorando Pietri μπήκε πρώτος στο Στάδιο για τον τελευταίο γύρο αλλά παραπαίοντας, έπεσε 7 φορές μέσα στο στάδιο και τελικά υποβοηθήθηκε από τους διατητές να περάσει την γραμμή του τερατισμού πριν τον Αμερικανό Johnny Hayes, ο οποίος πλησίασε στα λίγα μέτρα. Τελικά ο Pietri αποκλείστηκε αλλά η κούρσα πήρε το όνομα η "Κούρσα του Αιώνα" και ο Pietri πήρε ένα αναμνηστικό

κύπελλο από την Βασίλισσα Αλεξάνδρα της Δανίας. Για τους επόμενους Ολυμπιακούς η απόσταση καθορίστηκε στα 40,2 χλμ και μετά στα 42,75 χλμ για τους ολυμπιακούς του 1920. Αλλά έγινε ξανά τα 42,195 το 1924 έπειτα από την απόφαση της Ολυμπιακής επιτροπής το 1921. Ένας μεγάλος λόγος ίσως να είναι η θρυλική κούρσα του 1908 στο Λονδίνο.

Ρεκόρ

Τα παγκόσμια ρεκόρ είναι 2 ώρες 3 λεπτά και 59 δευτερόλεπτα, και έγινε στο μαραθώνιο του Βερολίνου από τον Αιθίοπα Χαϊλέ Γκεμπρεσελασιέ (Haile Gebrselassie) στις 28 Σεπτεμβρίου 2008, μια βελτίωση 21 λεπτών και 40 δευτερολέπτων από το 1947. Το παγκόσμιο ρεκόρ αντιπροσωπεύει έναν μέσο ρυθμό 2:57 ανά χιλιόμετρο (4:44 ανά μίλι), μέση ταχύτητα πάνω από 20,4 km/h (12,6 mph). Το παγκόσμιο ρεκόρ για τις γυναίκες έγινε από τη Βρετανή Πάουλα Ράντκλιφ (Paula Radcliffe) στο μαραθώνιο του Λονδίνου στις 13 Απριλίου 2003, σε 2 ώρες 15 λεπτά και 25 δευτερόλεπτα. Σε αυτό τον αγώνα χρησιμοποιήθηκαν άνδρες «λαγούς». Χωρίς «λαγούς» πάλι το ρεκόρ είναι 2 ώρες 17 λεπτά και 42 δευτερόλεπτα, στις 17 Απριλίου 2005 κατά τη διάρκεια του μαραθωνίου του Λονδίνου, ξανά από την Πάουλα Ράντκλιφ.

Πραγματικά όμως δεν υπάρχει ένα παγκόσμιο ρεκόρ στο μαραθώνιο αφού ο αγώνας εξαρτάται πολύ από την διαδρομή και τις καιρικές συνθήκες που επικρατούν.

