



# ΜΑΡΑΘΩΝΙΟΣ ΔΡΟΜΟΣ

Του Αστ\κα Αντώνη Κουφού της Α.Δ. Ορεστιάδος\*  
 Απόφοιτου του Τ.Ε.Φ.Α.Α. του Αριστοτέλειου Πανεπιστημίου Θεσ\νίκης

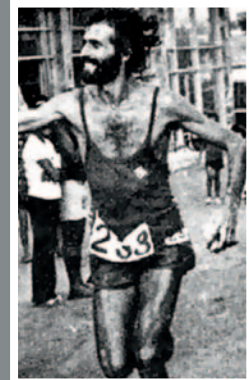
**Φέτος συμπληρώνονται 2.500** από την μάχη του Μαραθώνα (490 π.Χ.- 2010 μ. Χ.). Μια μάχη στην οποία ήρθαν αντιμέτωποι δύο διαφορετικοί πολιτισμοί, ο περσικός και ο ελληνικός με σημείο αναφοράς τον ελεύθερα σκεπτόμενο πολίτη. Στην πεδιάδα του Μαραθώνα 10.000 Αθηναίοι και 1.000 Πλαταιείς έγραψαν ίσως την πιο χρυσή σελίδα στην παγκόσμια Ιστορία κατατροπώνοντας το πολυάριθμο και ισχυρό στράτευμα του Δαρείου. Με το πέρας της μάχης ο στρατηγός των Αθηναίων Μιλτιάδης έστειλε έναν ημεροδρόμο να μεταβεί στην Αθήνα για να αναγγείλει την μεγάλη νίκη.

Όπως μας πληροφορεί ο Φιλόστρατος οι ημεροδρόμοι ή δρομοκίρρυκες ήταν επαγγελματίες δρομείς και απαντώνται σ' όλη την Ελλάδα κυρίως ως αγγελιοφόροι πολεμικών ειδήσεων.

Σύμφωνα με όλες τις πηγές ο δρομέας που έστειλαν οι Αθηναί-

οι ήταν ένας οπλίτης που έλαβε μέρος στη μάχη και έτρεξε όλη την απόσταση Μαραθώνα - Αθήνας με όλο του τον οπλισμό. Η πιθανότερη και πιο ασφαλής διαδρομή που ακολούθησε, σύμφωνα με τα δεδομένα που δημιουργήθηκαν μετά τη μάχη, ήταν η ημιορεινή διαδρομή Βρανά -Εκάλη -Κηφισιά-Ψυχικό- Αθήνα μήκους περίπου 34 χιλιομέτρων, που ήταν η πιο σύντομη. Σύμφωνα με το θρύλο ο οπλίτης - ημεροδρόμος εξαντλημένος από την προσπάθεια εξέπνευσε μόλις ξεστομίσει το χαρούμενο άγγελμα «Νενικήκαμεν».

Πολλά έχουν λεχθεί και γραφεί για το όνομα του αγγελιοφόρου της νίκης. Σύμφωνα με την επικρατούσα άποψη αυτός ήταν ο Φειδιππίδης ο γνωστότερος ημεροδρόμος της εποχής του, ο οποίος λίγες μέρες πριν τη μάχη πραγματοποίησε τον απίστευτο άθλο πηγαίνοντας και γυρνώντας από την



Αθήνα στη Σπάρτη μέσα σε λιγότερο από πέντε ημέρες, για να ζητήσει τη βοήθεια των Λακεδαιμονίων, όπως μας διηγείται ο Ηρόδοτος. Ο Πλούταρχος αντλώντας πληροφορίες από το χαμένο σήμερα έργο του Ηρακλείδη από τον Πόντο αναφέρει το περιστατικό και διασώζει το όνομα του δρομέα, Θέροισπος ο Ερχιεύς. Αναφέρει επίσης ότι σύγχρονοι του ιστορικοί υποστηρίζουν ότι ο Εύκλης ήταν ο αγγελιοφόρος. Ο Λουκιανός μας παραδίδει το όνομα Φιλιππίδης (παραφθορά του ονόματος Φειδιππίδης). Όποιο και να είναι το όνομα του δρομέα η πράξη του έμεινε στις συνειδήσεις των μεταγενέστερων γενεών δίνοντας μια επιπλέον ηρωική διάσταση στην εξιστόρηση της μάχης.

#### ΓΕΝΝΗΣΗ ΤΟΥ ΜΑΡΑΘΩΝΙΟΥ ΔΡΟΜΟΥ

Η γέννηση του σύγχρονου Μαραθώνιου δρόμου και φυσικά η ένταξη του στο Ολυμπιακό πρόγραμμα έγινε χάρη στο Γάλλο γλωσσολόγο Michel Breal φίλο και υποστηρικτή του Coubertin, ο οποίος πρότεινε την «επανάληψη του διάσημου εκείνου δρόμου τον οποίο εξετέλεσε ο στρατιώτης του Μαραθώνος». Μάλιστα ο Breal προσφέρθηκε να αθλοθετήσει ο ίδιος το έπαθλο του «νέου Μαραθώνιου δρόμου». Ωστόσο ο Breal, που είχε συγγράψει και βιβλία με θέμα την αρχαία ελληνική μυθολογία, δεν γνώριζε την πραγματική απόσταση Μαραθώνα –Αθήνας που είναι γύρω στα 40 χιλιόμετρα. Όταν το πληροφορήθηκε θελήσε να υπαναχωρήσει στην απόφαση του αλλά ήταν ήδη αργά καθώς το νέο αγώνισμα συμπεριλήφθηκε στο πρόγραμμα των Αγώνων, το οποίο είχε εγκριθεί. Επίσης κύπελλο αθλοθέτησε και ο εθνικός ευεργέτης Γεώργιος Αβέρωφ.

#### ΟΙ ΠΡΩΤΟΙ ΜΑΡΑΘΩΝΙΟΙ

Η συναρπαστική ιστορία του Μαραθώνιου ξεκίνησε στις 10 Μαρτίου 1896 όταν διεξήχθη στην Αθήνα ο πρώτος Μαραθώνιος όλων των εποχών, για το Πανελλήνιο Πρωτάθλημα, που θα αποτελούσε για τους έξι πρώτους δρομείς την πρόκριση για τους Διεθνείς Προκριματικούς. Αφέτης του αγώνα ήταν ο Ταγματάρχης Παπαδιαμαντόπουλος και οι τρεις πρώτοι νικητές

ήταν οι:

**1ος** Χ. Βασιλάκος ελεύθερη συμμετοχή 3 ώρες 17'

**2ος** Ν. Μπελόκας Πανελληνίου 3 ώρες 21'

**3ος** Δ. Δεληγιάννης Πανελληνίου 3 ώρες 33'

Ωστόσο επειδή η επιτροπή έκρινε πως οι έξι αθλητές θα ήταν λίγοι για τους Διεθνείς Προκριματικούς αποφάσισε να αναζητήσει κι άλλους δρομείς. Έτσι την επόμενη μέρα κυκλοφόρησαν τόσο στα έντυπα όσο και στους δρόμους της Αθήνας και των περιχώρων οι σχετικές ανακοινώσεις. Ορίστηκε νέα ημερομηνία για τους Διεθνείς Προκριματικούς η 25η Μαρτίου, πρώτη μέρα των Ολυμπιακών Αγώνων.

Οι εγγραφές έφτασαν τις 85 αλλά στην εκκίνηση παρουσιάστηκαν τελικά 38 δρομείς, για έναν αγώνα με μεγάλη δυσκολία λόγω της βραδινής βροχής. Νικητής ήταν ο Δ. Δεληγιάννης (3 03' 05"), δεύτερος ο Αυστραλός T.Flack, τρίτος ο Μπελόκας ενώ έβδομος ήταν ο Βασιλάκος. Στον αγώνα μετείχε και ο Σ. Λούης που τερμάτισε 17ος (3.18'.25"). Η απόφαση της Ελλανοδίκου Επιτροπής ήταν να τρεξουν στους Ολυμπιακούς οι 16 πρώτοι. Ο αφέτης του αγώνα Ταγματάρχης Παπαδιαμαντόπουλος απαίτησε να γίνει δεκτός και ο Λούης, γιατί ο αγώνας έγινε με δύσκολες συνθήκες και γιατί ο χρόνος του ήταν κοντά στην επίδοση του Βασιλάκου από τους Πανελληνίους. Έτσι πήρε και αυτός το εισιτήριο για τον τελικό.

#### Ο ΟΛΥΜΠΙΑΚΟΣ ΜΑΡΑΘΩΝΙΟΣ

Ο Μαραθώνιος Δρόμος διεξήχθη την Παρασκευή 29 Μαρτίου 1896, 5η μέρα των αγώνων. Το Παναθηναϊκό Στάδιο ήταν κατάμεστο, ενώ πολύς κόσμος ήταν κατά μήκος της Ηρώδη Αττικού απ' όπου θα περνούσαν οι μαραθωνοδρόμοι. Όλοι οι Έλληνες είχαν αναγάγει το αγώνισμα σε εθνική υπόθεση. Γίνεται ένας αγώνας με πολλές διακυμάνσεις. Στα πρώτα 10 χιλ. προηγούνται οι ξένοι δρο-





μείς Lermusiaux, Flack, και Blake. Όσο περνούν τα χιλιόμετρα οι Έλληνες δρομείς ανεβάζουν την απόδοσή τους, κυρίως οι Λούης, Βασιλάκος και Μπελόκας. Στο 23ο χιλ. ο Blake εγκαταλείπει. Στο 32ο ο Lermusiaux παραπαίει. Λίγο μετά εγκαταλείπει και ο Flack. Προηγούνται οι Λούης και Βασιλάκος. Ο αγγελιοφόρος φτάνει στο Στάδιο και αναγγέλλει «Προηγείται Έλληνας». Οι χιλιάδες θεατές παραληρούν όταν μπαίνει στο Στάδιο ο Λούης και λίγο μετά ο Βασιλάκος. Οι Ολυμπιακοί Αγώνες ζούσαν την

πρώτη τους μεγάλη στιγμή, και όπως είπε ο Coubertin στον νικητή «Σήμερα έγραψες Ιστορία». Ο Σπυριδών Λούης κέρδισε τον Μαραθώνιο με 2 ώρες 58' 50", ενώ ο δεύτερος, ο Χαρίλαος Βασιλάκος τερμάτισε σε 3 ώρες 06' 30".

#### ΚΑΘΙΕΡΩΣΗ ΤΗΣ ΑΠΟΣΤΑΣΗΣ

Η Ολυμπιακή διαδρομή του 1896 ήταν 40 χιλιόμετρα, ενώ είχε διαφορετική απόσταση σε κάθε Ολυμπιάδα. Αθήνα (1896) 40 χιλ., Παρίσι (1900) 42.260μ, Σαιντ Λούις (1904) 40 χιλ., Λονδίνο (1908) 42195μ, Στοκχόλμη (1912) 40200μ, Αμβέρσα (1920) 42170μ. Εν τέλει η Παγκόσμια Ομοσπονδία, σύμφωνα με τον κανονισμό 240 που θεσμοθέτησε, κατοχύρωσε τα 42195μ σαν απόσταση για τον Μαραθώνιο δρόμο. Μία απόφαση κάπως αυθαίρετη αφού δεν βασίζεται ούτε σε ιστορικά στοιχεία, ούτε στην πρώτη Μαραθώνια «κλασική» διαδρομή της Αθήνας. Η απόσταση αυτή ήταν του Μαραθώνιου του Λονδίνου, όταν προστέθηκαν 2195μ, ώστε η βασιλική οικογένεια να έχει απ' τα ανάκτορα καλύτερη θέα του αγώνα.

#### ΜΕΓΑΛΟΙ ΜΑΡΑΘΩΝΟΔΡΟΜΟΙ

Από την καθιέρωση του και μετά ο Μαραθώνιος έχει προσφέρει μεγάλες συγκινήσεις και πολλοί δρομείς άφησαν ιστορία στο αγώνισμα. Το 1952 στο Ελσίνκι νικητής ήταν ο Emil Zatopek που νωρίτερα είχε κερδίσει τα 5 και τα 10χιλ. Το 1960 στη Ρώμη ο Abebe Bikila κερδίζει κάνοντας παγκόσμιο ρεκόρ τρέχοντας ξυπόλυτος, ενώ το 1964 στο Τόκυο επαναλαμβάνει τον θρίαμβο του. Ο δεύτερος που κατάφερε να κερδίσει δύο συνεχόμενους Μαραθώνιους σε Ολυμπιακούς είναι ο Γερμανός Waldemar Cierpinski το 1976 στο Μόντρεαλ και το 1980 στη Μόσχα. Τα τελευταία χρόνια στο αγώνισμα κυριαρχεί ο Αιθίοπας Hail Gebrselassie, που έχει και την καλύτερη επίδοση με 2ώρες 03' 59".

Το 1984 ήταν μια ιστορική χρονιά γιατί για πρώτη φορά διεξάγεται ο Μαραθώνιος γυναικών στους Ολυμπιακούς του Λος Άντζελες, με νικήτρια την Joan Benoit.

#### ΣΠΟΥΔΑΙΟΙ ΕΛΛΗΝΕΣ ΜΑΡΑΘΩΝΟΔΡΟΜΟΙ

Με χρυσά γράμματα έγραψε το όνομα του ο Σ. Λούης στην ιστορία του αγωνίσματος με τη νίκη του το 1896. Σημαντικότερος δρομέας υπήρξε ο Χ. Βασιλάκος, ο δεύτερος του 1896, ο οποίος θεωρείται θεμε-

λιωτής των 10.000μ καθώς και του βάδην στη χώρα μας. Ιστορία έγραψε και ο μεγάλος Στέλιος Κυριακίδης με την νίκη του το 1946 στον Μαραθώνιο της Βοστώνης κερδίζοντας τον Αμερικανό Kelly με χρόνο 2 ώρες 29' 27" που ήταν ευρωπαϊκό ρεκόρ. Ο μεγαλύτερος μαραθωνοδρόμος που ανέδειξε η χώρα μας, ο άνθρωπος που άλλαξε τις μεγάλες αποστάσεις στην Ελλάδα, είναι ο Μιχάλης Κούσης που το 1976 κερδίζει το χρυσό μετάλλιο στους Μεσογειακούς του Σπλιτ, με επίδοση 2 ώρες 06' 53" κοντά στο παγκόσμιο ρεκόρ. Από τους νεότερους δρομείς αναμφισβήτητα ξεχωρίζει ο Νίκος Πολιάς με την 19η θέση στο Παγκόσμιο της Αθήνας(2 21' 03") ενώ το 2004 ήταν 24ος (2 17' 56"), καθώς και ο Σ. Ανδριόπουλος (2.13'.0).

**Δύο ιδιαιτερότητες έχει ο Μαραθώνιος σε σχέση με τα άλλα αγωνίσματα.** Είναι το μοναδικό Ολυμπιακό αγώνισμα που πήρε το όνομα του από ένα τοπωνύμιο και δεν υπάρχει σ' αυτό παγκόσμιο ρεκόρ αλλά καλύτερη επίδοση και αυτό γιατί ο αγώνας γίνεται εξ' ολοκλήρου εκτός σταδίου, πράγμα το οποίο σημαίνει ότι κάθε αγώνας έχει τα δικά του σημεία αναφοράς και δυσκολίες (ανηφόρες, καιρικές συνθήκες κ.α.). Ίσως ο πιο δύσκολος αγώνας παγκοσμίως είναι ο Κλασσικός Μαραθώνιος της Αθήνας.

Στην Ιαπωνία το αγώνισμα θεωρείται εθνικό σπορ και κάθε χρόνο συμμετέχουν δεκάδες Ιάπωνες δρομείς στον Κλασσικό Μαραθώνιο της Αθήνας, ο οποίος αποτελεί όνειρο κάθε δρομέα. Και στη χώρα μας διεξάγονται αρκετοί Μαραθώνιοι όπως ο «Αλεξάνδρειος» στην Θεσσαλονίκη, ο OLYMPUS MARATHON (αγώνας βουνού) και φυσικά ο Κλασσικός Μαραθώνιος της Αθήνας. Φέτος με την επέτειο των 2.500 χρόνων από την Μάχη του Μαραθώνα θα ενταχθεί στην σειρά των Χρυσών Μαραθώνιων. Τα τελευταία χρόνια έχει αναπτυχθεί και στην χώρα μας το «δρομικό κίνημα» με πολλούς δρομείς να συμμετέχουν σε αγώνες, τόσο στην Ελλάδα όσο και στο εξωτερικό, τιμώντας τον αρχαίο ηρωικό ημεροδρόμο. Το «Νενικήκαμεν» έγινε δρόμος ειρήνης, δρόμος μηνυμάτων ανθρωπιάς. Είναι από τους λίγους αγώνες που χαίρεται και ο τελευταίος που θα τερματίσει. Εκτός Ελλάδος, την πόλη του Μαραθώνα την αντιμετωπίζουν με δέος και σεβασμό. Μάλιστα, ο Ολυμπιονίκης Moses Tanui ζήτησε αυτόγραφο από τον δήμαρχο Μαραθώνα που ρώτησε με αμηχανία «γιατί;» και έλαβε την απάντηση: «γιατί εσύ κατάγεσαι από την πόλη που γέννησε τον Μαραθώνιο».

\* Ο Αστικός Αντώνης Κουφόρς είναι δρομέας μεγάλων αποστάσεων και έχει τρέξει σε τρεις Μαραθώνιους.

#### Βιβλιογραφία

1. «Από τα 800 ως το Μαραθώνιο» Β.Λ.ΒΥΤΙΝΑΡΟΣ εκδ. ΑΘΗΝΑ
2. «Ο Μαραθώνιος για όλους» Μ. ΑΝΔΙΕΛΟΣ εκδ. ΤΕΛΕΘΡΟΝ
3. «Γεννημένος Νικητής» Ν. ΤΣΙΩΤΟΣ- Α. ΝΤΑΜΠΙΛΗΣ εκδ. ΚΕΔΡΟΣ
4. «Η θρυλική Ολυμπιάδα του Σπύρου Λούη» Τ. ΚΟΝΤΟΓΙΑΝΝΙΔΗΣ εκδ. ΑΓΚΥΡΑ
5. «Ιστορία Φ.Α. στην Ελλάδα» Σ. ΓΙΑΤΣΗΣ εκδ. Α.Π.Θ.
6. «Η Μάχη του Μαραθώνα» Α.ΛLOYD εκδ. ΕΝΑΛΙΟΣ
7. «RUNNER MAGAZINE» τεύχη 3, 21, 25
8. «ΔΡΟΜΕΑΣ» Αθλητική έκδοση
9. «Οι πρώτοι Μαραθώνιοι» Σ.ΤΣΟΝΙΑΣ [www.apollonrunnersclub.gr](http://www.apollonrunnersclub.gr)

