



**CITIUS**



**ALTIUS**



**FORTIUS**

**L'ORIGEN DELS JOCS OLÍMPICS**

**Maria Vázquez Vives**



**Assessorat per Dolors Casas**  
**2n Batxillerat Humanístic**  
**IES La Garrotxa, Olot**  
**Promoció 2011 - 2012**



## ÍNDEX

---

0. Introducció _____	4-7
1. L'esport i les festes a Grècia	
1.1. L'esport a Grècia _____	9-11
1.2. Les festes a Grècia _____	12-16
2. Jocs Olímpics a l'Antiguitat	
2.1. Història _____	18-24
2.2. Organització _____	25-30
2.3. Entrenament dels atletes _____	31-36
2.4. Proves atlètiques	
2.4.1. Pentatló _____	37-39
2.4.2. Cursa a peu _____	40-46
2.4.3. Salt de llargada _____	47-50
2.4.4. Llançament de disc _____	51-53
2.4.5. Llançament de javelina _____	54-55
2.4.6. La pale o lluita _____	56-59
2.4.7. El pancraci _____	60-63
2.4.8. El pugilat _____	64-67
2.4.9. Les curses de carro i de genet ____	68-71
2.5. Santuari d'Olímpia _____	72-76
2.6. Atletes _____	77-79
3. Jocs Olímpics Moderns	
3.1. Història _____	81-84
3.2. Organització dels Jocs Olímpics moderns ____	85-86
3.3. Símbols dels Jocs Olímpics moderns _____	87-90
4. Els Jocs Olímpics de Barcelona 92	
4.1. Introducció _____	92
4.2. Elements dels jocs _____	93-95
4.3. Cerimònies _____	96-102
5. Entrevistes:	
5.1. Entrevista al professor d'educació física ____	104-107



## *Citius, Altius, Fortius*

5.2.	Entrevista a atletes _____	108-115
5.3.	Entrevista de la Marató _____	116-118
6.	Comparacions:	
6.1.	Comparació entre els Jocs Olímpics Antics i els Jocs Olímpics Moderns _____	120-127
6.2.	Comparació entrenament _____	128-131
6.3.	Comparació proves atlètiques _____	132-137
7.	Conclusions _____	139-143
8.	Agraïments _____	145
9.	Bibliografia _____	147-148
10.	Annexos	
10.1.	Annex I _____	150-151
10.2.	Annex II _____	152-155





**0.**

# **INTRODUCCIÓ**



## *Citius, Altius, Fortius*

A vegades parlem de fets, d'estructures, de monuments, de festes... i la majoria d'elles tenen un origen històric, un origen llunyà, i amb un sentit que ara no el tenim en compte. Saber d'on venen les coses és important, i fa que les entenguis millor. Tot ha anat evolucionant, però per estar, per fer, o per veure el que hi ha ara, primer de tot hi ha hagut un inici, que no el podem oblidar mai, i l'hem de tenir en compte sempre.

Hi ha gent que troba que la història és un avorriment, i que no serveix per res. Que és igual com sigui l'origen dels fets, que no és important, perquè "total, perquè serveix?" Jo no penso així, el contrari, penso que és essencial, perquè si no coneixem d'on venen les coses, tampoc entendrem el món que ens envolta. Quan algun tema t'agrada, és igual si la història d'aquell fet es complexa o no, tens ganes de saber-ne més coses i entendre el com, el quan i el perquè.

A mi em va passar amb un tema concret, la història dels Jocs Olímpics. Jo sabia que el seu origen estava a Grècia, concretament a Olímpia, i la història de Grècia m'apassiona: la trobo molt interessant, com les històries de Homer a l'Odissea; emotiva, amb les batalles entre els Perses i els Grecs; increïble, amb els temples que van arribar a construir, grans, perfectes i únics; divertida, amb tots els mites dels déus, hi ha mil històries, i totes amb anècdotes, amb un Zeus que ha arribat a estar amb gairebé totes les dones; sentimental, perquè totes les coses que han arribat a fer han estat per un sentiment, per una creença, com els Jocs Olímpics, l'amor a l'esport.

No us heu preguntat mai d'on venen les coses? El seu origen? Us heu arribat a preguntar mai quin és l'Origen dels Jocs Olímpics?

Així doncs, el meu treball parla de l'inici dels Jocs Olímpics. Primer de tot faig referència a l'esport i les festes de Grècia, perquè per als Grecs era el més important, i en aquella època, festa i esport eren dos conceptes que anaven molt lligats entre ells.



## *Citius, Altius, Fortius*

Tot seguit, parlo dels Jocs Olímpics a l'antiguitat, explico tota la seva història, de com van aparèixer i quan; aquí trobem molts mites que expliquen diferents inicis dels Jocs. En aquest apartat parlo també de les proves atlètiques, que eren molt menys de les que hi ha actualment. A més de les proves atlètiques, també parlo dels premis que obtenien abans, els quals eren més simbòlics que ara. És molt important el lloc on es realitzaven els Jocs Olímpics, que era concretament a Olímpia, que vindria a ser com ara el nostre estadi olímpic.

A part dels Jocs Olímpics de l'antiguitat, també parlo una mica dels Jocs Olímpics moderns, de la seva història, de com es van recuperar, ja que durant molts segles van deixar de fer-se, i de qui va ser l'impulsador dels Jocs Olímpics moderns. D'aquest apartat n'he tret totes unes conclusions comparant el desenvolupament i les característiques dels Jocs Olímpics Antics amb els Moderns. També faig una comparació entre la preparació d'un atleta actual entre un de l'antiguitat.

Finalment parlo d'un home que va participar en els Jocs Olímpics de Grècia que era de Barcelona, en Luci Munici Natal.

En aquest treball no hi podia faltar una referència als Jocs Olímpics de Barcelona 1992. Creia que era important ja que hi ha molts de símbols que els van agafar de les tradicions de l'antiga Grècia, com per exemple l'arribada de la flama i altres conceptes.

En començar el treball em vaig plantejar els següents objectius:

- Conèixer l'origen dels jocs
- Esbrinar com s'havien creat i per quin motiu
- Descobrir què en queda actualment dels Jocs Olímpics
- Conèixer quins testimonis literaris es conserven que parlin dels atletes.
- Conèixer els lloc on es feien els Jocs Antics.



## *Citius, Altius, Fortius*

- Buscar representacions artístiques inspirades en els Jocs Olímpics Antics.

Per tal d'assolir aquests objectius, he seguit la següent metodologia: he buscat informació a través de llibres, principalment, perquè m'ha costat molt trobar informació a Internet sobre els Jocs Olímpics Antics. En canvi vaig trobar uns quants llibres on hi havia molta informació, moltes anècdotes, imatges, relacions que hi havia entre els Jocs Olímpics i altres.

També he tret informació de la visita que vaig fer al Museu Olímpic i de l'Esport de Barcelona. Allà vaig trobar tota la història des del principi fins avui dia. Em va servir molt per veure molt més clar quin va ser el seu desenvolupament, l'arribada dels esports que s'anaven incorporant, atletes importants de la història, i altres aspectes. Tot i que no vaig poder aprofitar tota la informació que hi havia, vaig poder treure'n molt de suc. Això va passar perquè jo em centrava molt en els Jocs Olímpics Antics i allà, en canvi, es centraven amb tots els successos de la història.

A més a més també vaig poder treure molta informació gràcies a les entrevistes que he anat fent a diferents persones, com per exemple a atletes que van participar als Jocs Olímpics i que per tant sabien com funcionava tot el sistema, i com es preparaven ells, quins rituals o aspectes importants feien abans de començar i altres detalls. També he fet una entrevista al meu professor d'Educació Física, sobre els Jocs Olímpics Moderns, i una entrevista a un aficionat de la Marató.

Alguna informació també me l'ha proporcionat la Federació Catalana d'atletisme.

El treball està estructurat en una part inicial on s'explica l'esport i les festes de Grècia, després faig referència al més important del treball, els Jocs Olímpics a l'Antiguitat, aquest apartat té molts sub-apartats que parlen més específicament



## *Citius, Altius, Fortius*

de diferents aspectes. Cadascun d'aquests els he completat amb imatges d'obres d'art que reflecteixen el que realment eren els Jocs Antics. Pràcticament totes les imatges que he trobat han estat àmfores, plats, o murals on es representaven fets importants de l'època i, els Jocs Olímpics, ho eren i molt. En aquesta època és molt interessant veure com el context històric queda plasmat en tot el seu art.

Tot seguit, hi ha els Jocs Olímpics Moderns, que no especifico tan com ho he fet amb els de Grècia, però dic els fets més importants. Aquí també he buscat imatges, però com que ja hi havia càmeres les imatges són de moments especials o importants.

Finalment faig referència als Jocs Olímpics de Barcelona el 1992. Em centro bàsicament en els elements que estan relacionats amb l'Antiga Grècia.

Al final de tot hi ha les comparacions, on hi ha tres apartats. La primera la comparació que he fet jo sobre els Jocs Olímpics Antics i els Moderns. La segona comparació és sobre l'entrenament dels atletes, de com es preparaven abans de competir a uns Jocs Olímpics. Aquestes han estat possibles gràcies a la col·laboració de dos Atletes, Josep Marín i Antoni Corgos. I la tercera comparació és sobre les proves atlètiques dels Jocs Olímpics Moderns, vinculades amb les que hi havia antigament; cursa a peu, salt de llargada, llançament de disc, llançament de javelina i la lluita, comparativa feta gràcies a la col·laboració d'un ex professor meu de gimnàstica, que m'ha facilitat moltes dades.

*Així doncs, m'agradaria poder-vos ensenyar amb aquest treball el començament dels Jocs Olímpics.*





1.

# L'ESPORT I LES FESTES A GRÈCIA



## 1.1. L'ESPORT A GRÈCIA:

---

A l'antiga Grècia, els exercicis físics van adquirir una gran importància. Entre adolescents, joves i adults, la gimnàstica i l'esport formava part de la vida quotidiana. Els exercicis físics, igual que l'aprenentatge de les lletres i de la música, eren una part fonamental de l'educació.

El bell ideal cavalleresc estava tan profundament arrelat a l'ànima grega, que el gust per l'educació física i l'esport va continuar sent el tret més peculiar de la cultura d'aquest poble, el que els diferenciava dels altres pobles bàrbars.

El lema la “gimnàstica pel cos, i la música per l'ànima” va ser la clau del pensament antic, que mai va renunciar a l'ideal del home perfecte, capaç d'agermanar, de manera harmònica, les seves possibilitats físiques i els seus dots espirituals.

Les censures que de vegades formulen els intel·lectuals grecs contra l'educació predominantment esportiva, destinada més aviat als atletes professionals, no pressuposen l'existència generalitzada de prejudicis sobre l'esport. La formació de l'atleta professional trencava els models del vell ideal de l'home complet, fruit d'una equilibrada educació física i intel·lectual, completament diferent de l'ensinistrament especialitzat de l'atleta, l'única fi del qual no és formar un home, sinó un campió, capaç de batre una marca o d'imposar-se als seus rivals en una competició.

Els grecs que practicaven esport anaven despullats. El mot “gimnàstica” ve del grec (gymnós), que vol dir “nu”.

En el s. II dC. El poeta llatí, Juvenal, va escriure un vers a l'ideal etern:

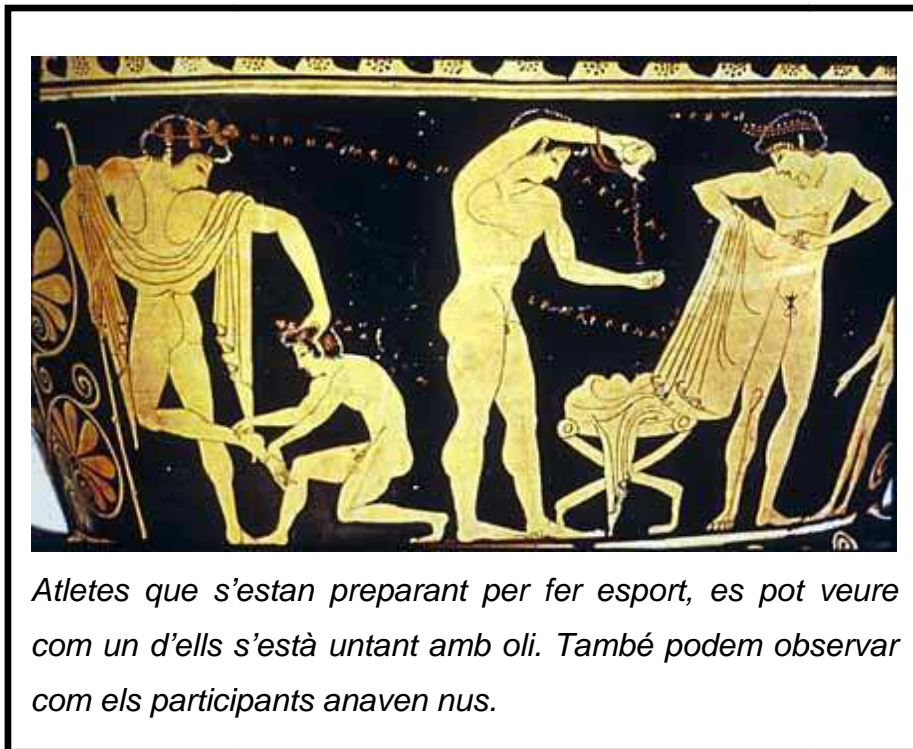
*“Orandum est ut sit mens sana in corpore sano [Cal pregar als déus que hi hagi una ment sana en un cos sa”*



## *Citius, Altius, Fortius*

Normalment, en les famílies benestants, els nois a partir de dotze anys eren entrenats per un preparador que els instruïen en el gimnàs o la palestra (era l'escola de lluita a l' Antiga Grècia. La lluita i la boxa, que no necessitaven molt d'espai, es practicaven allà. Podia funcionar independentment o com una part dels gimnasos. La palestra podia existir sense pertànyer a un gimnàs, però un gimnàs no podia existir sense una palestra.

Abans de començar l'esport s'untaven amb oli i el cos se'l cobrien amb sorra i pols; era per protegir-lo. Quan l'esport s'acabava amb un instrument metàl·lic anomenat estrígil es treien la sorra, l'oli i la suor.



*Atletes que s'estan preparant per fer esport, es pot veure com un d'ells s'està untant amb oli. També podem observar com els participants anaven nus.*

A Grècia els jocs esportius més importants eren els Jocs Pítics, els Jocs Ístmics, els Jocs Nèmeus i les Panatenees. I com a principal manifestació esportiva de l'Antiga Grècia tenim els Jocs Olímpics.

A cada ciutat es celebraven competicions esportives als principals festivals que dedicaven als seus déus, com a les Panatenees d'Atenes. D'aquests jocs



## *Citius, Altius, Fortius*

locals sortien seleccionats els millors atletes que representaven la seva ciutat en els jocs o festivals religiosos i esportius oberts a participants de tot Grècia.



*Podem observar un grup de gent a la palestra, cap al 510 aC. possiblement els dos nois del mig estan practicant algun tipus de lluita.*



## 1.2. LES FESTES A GRÈCIA:

---

La festa a l'antiga Grècia, sempre era precedida d' una processó. Les processons tenen molta importància. En algunes processons, es passejava a l'estàtua d'una divinitat.

Una de les festes més importants són les Panatenees. Eren unes festes religioses dedicades a Atena, protectora de la ciutat, que es celebraven a Atenes. Se celebraven a la segona meitat del mes de juliol, que a la Grècia Antiga equivalia al primer mes del calendari àtic. Se celebraven cada quatre anys i eren similars en importància als Jocs Olímpics.

Les Panatenees estan descrites en el fris del Partenó, en el qual es pot veure que hi participava molta gent.

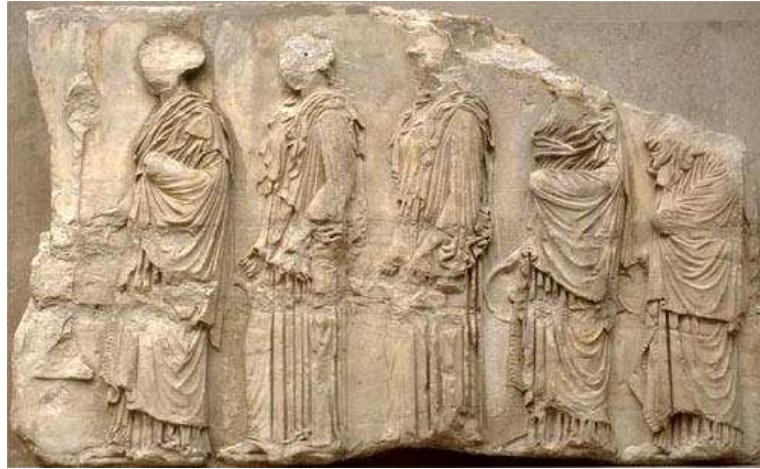
Durant la processó es passejava la imatge de la deessa Atena, i també hi havia desfilades militars.

Aquestes proves van ser instaurades per Pisístrat, inspirant-se en els Jocs Olímpics. Tot i això no són iguals ja que els Panatenees van afegir la poesia i la música.

A les Panatenees hi havia dos tipus de jocs, els que comprenien les arts, que eren per als atenesos, i altres oberts a tots els grecs, que eren semblants als Jocs Olímpics, amb proves de diferents tipus. El que guanyava una de aquestes proves era premiat amb una corona de fulles d'olivera i 140 àmfores panatenaiques d'oli d'oliva, que provenien de les oliveres sagrades d'Atenes. A un costat de les àmfores hi havia la imatge de la deessa Atena i a l'altre un gravat del vencedor de la prova.



## *Citius, Altius, Fortius*



*Persones fent la processó de la festa de Panatenees. Aquesta imatge pertany al fris del Partenó, de la època Clàssica (447-423 a.C).*



*Persones amb àmfores, possiblement les àmfores que s'oferien al guanyador. Aquesta imatge pertany al fris del Partenó de la l'època Clàssica (447 – 423 a.C)*



## *Citius, Altius, Fortius*

*Persones sobre cavalls. Segurament són els que participaven en les proves, com les dels Jocs Olímpics. Aquesta imatge pertany al fris del Partenó de l'època Clàssica (477 – 423 a.C)*



A l'antiga Grècia també hi havia unes festes pròpies de les civilitzacions del Mar Egeu, es deien Lenaia. Es celebraven pels volts del 25 de desembre, que coincidia amb el solstici d'hivern.

Aquestes festes eren protagonitzades per unes dones anomenades Mènades que estaven molt vinculades al culte del deu Dionís. El seu nom en grec significa “les que desvariaven” i eren conegudes pel seus rituals salvatges. Antigament arrossegaven un toro fins a un bosc sagrat i allà el trossejaven i el consumien.

Per representar el renaixement de Dionís, feien l'ofrena d'un bebè, i es feia un ritual. Tot i això, en l'època clàssica el sacrifici humà va ser substituït pel d'una cabra, i el paper de les dones va canviar al de ploracossos (persona llogada per a anar plorant en els enterraments).

Els sacerdots realitzaven uns rituals anomenats “*miracles del vi*”, on aigua o suc segellats en una habitació durant una nit, al matí es convertia en vi. Es deia que era un miracle dut a terme per Dionís i Lenaia.



## *Citius, Altius, Fortius*



*Dos mènades amb un toro, a punt per portar-lo a sacrificar. Escultura situada al museu Pío-Clementino. Museus Vaticans.*



*Mènades trossejant un home, el qual representava el Déu Dionís.*





## *Citius, Altius, Fortius*

Una de les quatre festes nacionals (Els Jocs Olímpics, Pítics, Ístmics i Nemeus) a l'antiga Grècia, és les Festes Pítiques. Probablement commemoraven la victòria de l'amfictionia (entre els grecs, associació religiosa entre pobles o tribus veïns) en la primera guerra sacra (es va lliurar des del 592 – 582 a.C, i va ser la guerra que van castigar els fenicis). Tenien lloc cada quatre anys, durant el tercer any de les Olimpíades. Es feien als peus del Parnàs, al teatre o a l'estadi de Delfos i, originàriament, consistien en una competició musical.

Més tard, es van anar afegint diferents competicions gimnàstiques i altres jocs. Encara que la part més important consistia en l'execució del *nómos pític*; que representava musicalment i amb acompanyament del mim, la lluita del déu amb l'altre individu.



**2.**

**JOCS OLÍMPICS A  
L'ANTIGUITAT**



### 2.1. HISTÒRIA

---

Els jocs Olímpics Grecs van aparèixer a partir de l'any 776 aC. a l'època Arcaica, un període que es caracteritza pels canvis sociopolítics, el naixement de la polis i el desenvolupament comercial, industrial i cultural. Són un factor decisiu en el desenvolupament del panhel·lenisme, el sentiment de pertànyer a un mateix poble grec, i marquen a més el començament del calendari grec.

En aquell moment, el context històric, social i cultural era el següent:

- Hi havia el desenvolupament de la polis, de ciutat a estat.
- L'evolució política, primer monarquia, després aristocràcia, més tard tirania, i finalment democràcia.
- Hi va haver un desenvolupament del comerç, nova gent rica, comerciants i artesans.
- Temps de pau amb Atenes i Esparta, tot i que tenien estils de vida oposats.
- Època de moltes colonitzacions: de les costes del mar Negre, al sud d'Itàlia (Magna Grècia), nord d'Àfrica i Empúries.
- Aparició de l'escriptura alfabètica
- Construcció dels primers temples i estructures
- Poemes homèrics, Ilíada i Odissea
- Poetes molt importants com Alceu, Safo, Anacreont, Píndar i altres, viuen aquest moment.
- I el més importants, la instauració dels jocs Olímpics a Olímpia, Delfos, Nemea i Corint.

Els jocs Olímpics eren una barreja d'esport, religió, cultura, comerç i política.

Se celebraven cada cinquanta o quaranta-nou mesos lunars, és a dir, cada quatre anys. Es van instaurar uns jocs que avui en dia, gairebé tres mil anys després, els hem de considerar com un dels esdeveniments més grans i importants de la història de la Humanitat.



## *Citius, Altius, Fortius*

Aquesta celebració reunia els millors esportistes, que havien de competir entre ells. Buscaven la perfecció del cos i l'esperit.

Una de les finalitats que tenien els Jocs Olímpics eren trencar amb la monotonia de la vida normal, de la vida quotidiana. També en aquest període s'aturaven els conflictes bèl·lics d'aquell moment.

Eren uns festivals esportius i religiosos que afavorien el sentiment nacional dels grecs ja que tenien un gran poder de convocatòria entre grecs de diferents classes socials i nivells culturals.

Pitàgoras va dir:

*La vida, va dir, s'assembla a la concurrència de públic als Jocs; així uns hi van per competir, altres per mercadejar i els més selectes hi arriben com a espectadors....*

*DIÒFENES LAERCI, Vides, doctrines i sentències dels filòsofs il·lustres, 8, 8.*

Els Jocs Olímpics antics eren reservats als homes, que eren entrenats durant l'any en un gimnàs. Les dones, a part de tenir l'entrada prohibida, també tenien prohibida l'assistència, excepte les que fossin fadrines. A l'antiga Grècia les dones no tenien dret de ciutadania.

Però, tot i això, un mes abans o després dels Jocs Olímpics masculins, es feien a Olímpia uns Jocs exclusius de dones, que eren consagrats a la deessa Hera, la dona de Zeus. En aquests jocs olímpics s'hi feien curses de velocitat variades. Les dones que triomfaven també eren coronades amb una branca d'olivera, igual que els homes.



## *Citius, Altius, Fortius*

### L'ORIGEN DELS JOCS SEGONS DIFERENTS MITES:

De l'origen dels jocs olímpics n'han arribat llegendes diverses:

La primera s'associa amb els conceptes de la antiga Grècia de *ekecheiria*, o pau olímpica, és a dir, que durant la celebració dels Jocs Olímpics, les guerres se susprenien temporalment, amb l'objectiu que els esportistes poguessin desplaçar-se a Olímpia per participar i després tornar a les seves ciutats en pau. També anomenada *treva olímpica*.

L'altra llegenda està relacionada amb éssers mitològics:

❖ **Pèlops:** era un heroi que després de ser expulsat del seu reialme, va arribar a Pisa, on regnava Enòmau. Enòmau no volia casar la seva filla Hipodàmia a causa d'un oracle segons el qual el seu gendre el mataria. Tot i això la bellesa d'Hipodàmia atreia molts joves desitjosos de prendre-la en matrimoni i, per evitar que s'hi casessin, els desafiava a una cursa de carros amb la condició que, si vencien, els atorgaria la mà de la seva filla, però que, si perdien, serien executats. Gràcies a l'extraordinària velocitat dels seus cavalls, regal del Déu Ares, Enòmau havia vençut ja dotze dels pretendents de la seva filla i havia penjat els seus caps a la porta del seu palau per dissuadir a altres d'intentar-ho. Tanmateix això no va espantar Pèlops, que, només arribar, es va enamorar d'Hipodàmia i va voler compartir amb el rei. Abans de la cursa, Hipodàmia, també enamorada de Pèlops, va subornar el cotxer d'Enòmau perquè substituís l'eix de fusta del carro del seu pare per un de cera. Quan el carro es va trencar durant la cursa, Enòmau va ser arrossegat pels seus cavalls i va morir. Així Pèlops es va poder casar amb Hipodàmia i va esdevenir rei de Pisa, però no devia tenir la consciència del tot tranquil·la perquè va instituir uns jocs a Olímpia en record d'Enòmau. Al cap d'un temps es van deixar de celebrar fins que un altre heroi, Hèrcules, els va restaurar.

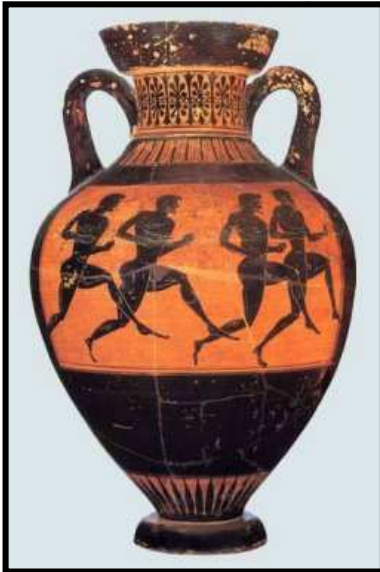
❖ **Hèrcules:** va ser l'heroi que va anomenar Jocs Olímpics a una sèrie d'esdeveniments esportius en honor al seu pare, Zeus i va establir el costum de



## *Citius, Altius, Fortius*

celebrar-los cada quatre anys. També persisteix la idea que, després de completar els dotze treballs, va construir l'estadi olímpic en honor a Zeus.

Φ **Zeus:** hi ha una llegenda que diu que Zeus va instituir els jocs olímpics després de destronar són pare, Cronos.



*Retrat d'homes corrent la prova de la cursa d'estadi, que va ser creada per Hèracles. Àmfora de figures negres (550 – 450 a.C); les figures negres estan pintades sobre el fons natural de l'argila.*

Las primeras competiciones que van sortir es basaven en carreres a peu i més tard es van anar introduint la lluita, el pentatló (prova de diversos esdeveniments que incloïa llançament de javelina, llançament de disc i salt de longitud), el pancraci, les carreres de carros, i diverses competicions artístiques com la música, poesia i dansa.



*Home que està competint en una cursa de carros, dins de l'hipòdrom.*



## *Citius, Altius, Fortius*

Els participants dels Jocs Olímpics a l'antiga Grècia ja eren coneguts amb el nom d'atletes. L'origen d'aquesta paraula és del primer rei de Elis, anomenat Atleó. Aquests atletes, sobre tot els que arriben al triomf, eren considerats com Déus veraders.

L'atleta que guanyava tenia una recompensa: El premi pels vencedors era una corona de branques de l'olivera sagrada que havien d'haver estat tallades per un nen, menor de dotze anys, els pares del qual encara fossin vius. Qui guanyava havia de ser alimentat pels seus conciudadans durant tota la seva vida.

Tot i això no tots els vencedors tenien aquest premi, els que conduïen les quadrigues no eren considerats vencedors, sinó que ho era el propietari de la quadriga dels cavalls. Els Aurigues però rebien una petita recompensa, una cinta, que es podia lligar al cap.



*Auriga de Delfos. Podem veure com a la mà hi té les corretges per la quadriga. També podem observar com al cap hi porta la petita recompensa que els fan als aurigues, una cinta, ja que qui rebia la corona de branques d'olivera sagrada era pel propietari de la quadriga de cavalls.*



### **CRONOLOGIA DELS JOCS A OLÍMPIA:**

- 1500 aC: Primers testimonis de presència humana a Olímpia
- 1200 – 1000 aC: Inici del culte a Zeus a Olímpia
- 850 – 780 aC: Composició de la *Iliada* i l'*Odissea* per Homer
- 776 aC: Inici dels Jocs Olímpics. Prova de l'Estadi
- 708 aC: Comencen les proves de lluita en els Jocs
- 680 aC: Inici de les proves hípiques
- 570 aC: La ciutat d'Èlida pren a Pisa el control dels Jocs
- 522 aC: Naixement de Píndar, el més gran dels poetes Olímpics.
- 490 – 479 aC: Guerres mèdiques, entre els grecs i els perses
- 490 aC: Batalla de Marató
- 438 aC: Mort de Píndar
- 431 – 404 aC: Guerra del Peloponès entre Atenes i Esparta
- 429 aC: Mort de Pèricles, gran polític atenès
- 416 aC: Victòria de Alcibiades en la carrera de quadrigues
- 388 aC: Primer cas de suborn conegut a Olímpia
- 359 – 336 aC: Regnat d'Alexandre Magne
- 323 – 197 aC: Època hel·lenística
- 167 aC: Conquesta de Grècia, que es converteix en província romana
- 80 aC: Sila intenta traslladar els Jocs Olímpics a Roma
- 44 aC: Mort de Juli Cèsar
- 31 aC: Inici del regnat de l'emperador August
- 12 aC: Herodes de Judea és nomenat president i promotor dels jocs Olímpics
- 65 dC: Neró obliga a retardar dos anys els Jocs per a poder competir en ells.
- 138 dC: Mort de l'emperador Adrià, defensor de la cultura grega i dels Jocs Olímpics.
- 160 – 170 dC: Pausanies visita el Santuari d'Olímpia i descriu detalladament les seves instal·lacions
- 245 dC: Mort de Filóstrat, escriptor i tractadista de l'esport
- 261 dC: Últims Jocs Olímpics celebrats amb normalitat
- 393 dC: Edicte de Teodosi, prohibint els cultes pagans i els Jocs Olímpics





## *Citius, Altius, Fortius*

426 dC: Incendi del Temple de Zeus per ordre i encàrrec de Teodosi II

551 dC: Terratrèmol que devasta el Santuari d'Olímpia i les columnes del Temple de Zeus. El riu Clàdeu canvia el seu curs i destrueix una part del gimnàs, la palestra i les termes.

580 i 782 dC: Invasions dels pobles esclaus.

1829 dC: Comencen les excavacions a Olímpia

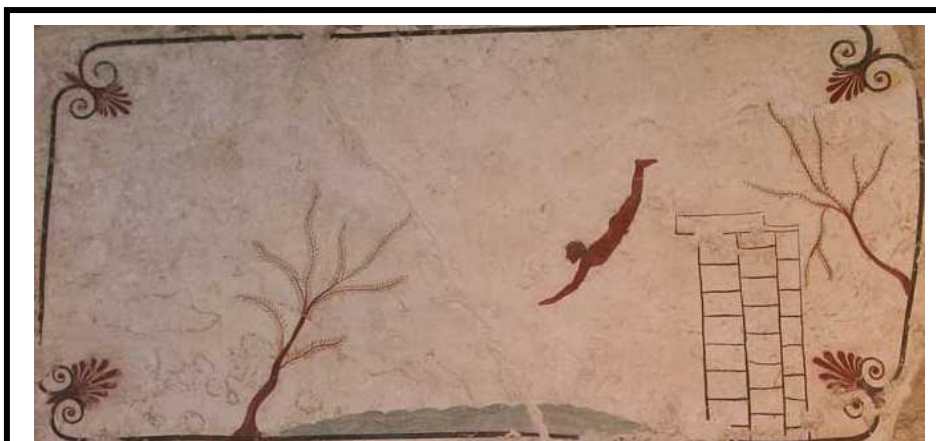
1961 dC: Es donen per finalitzades les excavacions a Olímpia.

### **DECADENCIA DELS JOCS:**

Els Jocs Olímpics van ser abolits l'any 393 dC, a Olímpia s'hi van arribar a celebrar 293 Jocs Olímpics, però l'Emperador Teodosi I va considerar que eren un acte religiós pagà, és a dir, que no eren cristians.

Els Jocs Olímpics és un esdeveniment tan important com va ser la fundació de Roma pels romans o el naixement de Crist pels cristians. El calendari grec té l'inici l'any 776 a.C, amb el punt de partida de la primera edició dels Jocs Olímpics.

Amb els anys es van anar introduint diferents esports i van adquirir més renom i importància. Tot i això el caràcter esportista i cultural que sempre havien tingut va anar desapareixent amb el pas del temps. Els Jocs Olímpics es van anar convertint cada vegada més en uns jocs professionals.



*És una pintura procedent de la Tomba del Nedador (Paestum). Tot i que a l'antiga Grècia habitualment no hi havia competicions de natació als certàmens esportius.*



## 2.2. ORGANITZACIÓ DELS JOCS

---

Un any abans del començament de les competicions, els atletes que aspiraven a participar-hi, tenien que entrenar-se en el seu propi país i, un més abans de les proves, a Elis (ciutat situada a 50 km de Olímpia).

Els jocs normalment duraven un o més dies. Al principi de tot eren com accessoris a les festes religioses, tot i això, més tard van ocupar el primer lloc en les festes.

L'organització dels jocs corresponia a l'estat o a l'amficionia. L'estat descarregava en els ciutadans rics una part de les despeses i tasques que implicaven aquestes festes.

També era molt important el president dels concursos públics, l'*agonòteta*. En les Panatenees, per organitzar els concursos gimnàstics, hípics i musicals, necessitaven 10 *agonòtetes*, un per cada tribu. El seu càrrec durava quatre anys, és a dir, fins les següents Panatenees. Els diners públics eren dels seus fons, dels quals tenien que rendir comptes als 30 dies d'haver acabat el seu càrrec. Els agonòtetes també s'encarregaven de reclutar i entrenar als cors literaris que intervenien en les representacions dramàtiques i líriques de l'any. Com que els fons que s'havien aportat dels diners públics eren insuficients, els agonòtetes ho complementaven amb un donatiu personal, i la quantitat depenia tan de la seva situació econòmica i de la seva generositat.

Per poder participar als Jocs Olímpics, hi havia unes condicions, anomenades codi olímpic:

- I. Ser home, hel·lè, lliure, ni esclau, ni estranger. Quedaven fora esclaus i bàrbars.
- II. No estar perseguit per la justícia ni tenir moral dubtosa.
- III. No ser sacríleg.



## *Citius, Altius, Fortius*

- IV. No haver transgredit la Treva Sagrada.
- V. Entrenar-se durant els deu mesos anteriors a les Olimpíades.
- VI. Inscriure's amb un any d'anticipació, haver jurat complir el reglament.
- VII. Les faltes de puntualitat eren motiu d'exclusió.
- VIII. Competir nu. Els entrenadors i mestre també havien d'estar nus.
- IX. Quedava prohibit matar a l'oponent i tot intent de danyar o de matar era castigat.
- X. Tota intenció de corrompre àrbitres o contrincants era castigada amb el fuet.
- XI. Si un participant no es presentava, el seu adversari era declarat vencedor.
- XII. Les decisions i sentències de l'àrbitre no serien mai anul·lades.
- XIII. les dones casades tenien prohibit acudir als Jocs, i mostrar-se en el Altis, sota pena de ser llançades a un precipici, llevat de la sacerdotessa de Deméter.

### **DESENVOLUPAMENT:**

Les vigílies dels Jocs Olímpics, els jutges, els atletes i els entrenadors abandonaven Elis i es dirigien a Olímpia. Passaven per la font de Pierra, on oferien sacrificis i després, per la Vía Sagrada, arribaven al santuari, on una multitud de gent els rebien.

A mig matí, un nombrós seguici, format pels, àrbitres, atletes, pares i germans dels concursants, es dirigeixen al Buleutéri, per escoltar el solemne jurament davant de l'altar de Zeus. Als peus de l'estàtua del déu, una planxa de bronze porta la inscripció que infonia por als perjurs.

El jurament Olímpic és un jurament que fa un esportista, i un jutge durant la cerimònia d'obertura de cada Jocs Olímpics. Un atleta de cada equip del país organitzador sosté un extrem de la Bandera Olímpica mentre llegeix el



## *Citius, Altius, Fortius*

jurament:

*“En nom de tots els competidors prometo que participarem en aquests Jocs Olímpics, respectant i atenint-nos a les regles que els governen, compromentent-nos a un esport sense dopatge i sense drogues, amb l'esperit veritable de l'esportivitat, per la glòria de l'esport i l'honor dels nostres equips”.*

Un jutge de cada país organitzador, igual que l'atleta diu:

*“En nom de tots els jutges i àrbitres, prometo que oficiarem en aquests Jocs Olímpics sense prejudici, respectant i atenint-nos a les regles que els governs amb l'esperit veritable de l'esportivitat”.*

El festival olímpic començava amb el concurs dels heralds i trompetistes.

A l'època clàssica, les competicions atlètiques duraven sis dies:

El **primer dia** es dedicava a la celebració de sacrificis i de cerimònies rituals, com la presentació dels competidors i les ofrenes al santuari.

El **segon dia** la gent anava a l'estadi des d'abans de clarejar, per ocupar els millors llocs. A l'alba fa la seva entrada a l'estadi el seguici, que, presidits pel que té més edat, es dirigeixen a la tribuna oficial, situada en el centre del talús sud. Enfront d'ells, en el centre del talús nord, la sacerdotessa Deméter Càmine, l'única dona present en els concursos, pren el seient que li està reservat. Els trompetistes triats en el concurs del dia anterior omplen el dia amb el ressò de les seves trompetes. Es fa el silenci i un herald de forta veu llança als aires la proclama oficial: “Domini ara l'atleta sobirà dels brillants concursos i el Cairós (déu del moment propici) us incita a no demorar-vos més. Escolteu la nostra crida, aneu i enfronteu-vos amb l'adversari per la decisió. Zeus vigilarà la meta i la victòria!”



## *Citius, Altius, Fortius*

Al segon dia, hi havia les curses pedestres, és a dir, de velocitat consistent a recórrer l'estadi una vegada o el diaule, dues vegades, i de resistència o diòlicos, és a dir, el recorregut de vint-i-quatre vegades l'estadi.

El **tercer dia**, des de l'alba, l'hipòdrom apareix abarrotat de públic, disposat a no perdre's un sol detall de l'espectacle olímpic més emocionant. Era la jornada aristocràtica per excel·lència, la de la carrera de carros, la història dels quals té origen des dels remots temps homèrics fins a les gestes medievals de l'imperi bizantí. Com en els concursos d'hípica, el guanyador era l'amo de la quadriga o del cavall guanyadors, de vegades podia ser-ho una dona. Acabades les proves hípiques, aquesta mateixa tarda, en l'estadi tenia lloc la prova del pentatló (prova de diversos esdeveniments) amb cinc disciplines: el salt de longitud, el llançament del disc, el de la javelina, la lluita i la cursa a peu per l'estadi. El vencedor, seria el rei dels vencedors.

El **quart dia**, era la jornada més important, des del punt de vista religiós. Constitueix el nucli del festival olímpic. Tot ha estat meticulosament preparat per endavant per a la gran solemnitat del sacrifici en honor a Zeus.

Una majestuós seguici, encapçalat pels alts magistrats d'Elis, seguits dels sacerdots es dirigeixen cap al temple de Zeus i el seu altar. Desfilen a continuació els enviats estrangers amb les seves ofrenes i els caps de les delegacions oficials acompanyats dels seus vistosos seguits. Tanquen la marxa els atletes i aurigues, els seus pares i germans, àrbitres, empleats subalterns, heralds, pelegrins i curiosos.

El **cinquè dia** era el dia de les proves de combat, lluita a peu dret, pugilat i pancraci. Es feien en honor a les llegendes d'Hèrcules. La jornada finalitzava amb les proves de l'hoplitodromia dels sèniors i a les proves dels júnior: disc, salt, javelina i cursa simple.

El **sisè dia**, abans de dissoldre's la concentració esportiva – religiosa, es procedeix a concedir el guardó als vencedors en les diverses proves. Aquests,



## *Citius, Altius, Fortius*

reunits davant l'entrada del temple de Zeus, esperen amb moltes ganes el moment suprem de la seva vida, el moment de la corona de branques de l'olivera sagrada. Els seus noms passaran a la posteritat, gravats en les llistes dels *olimpioniques* i en els pedestals de les estàtues.

### **LA VICTORIA:**

Si participar als jocs ja era un honor inestimable, aconseguir la victòria era un regal dels déus, més preuat que la pròpia vida. La proclamació dels resultats de les competicions era a vegades molt delicada. No només es valorava la simple superioritat de la força o la destresa, sinó que, en ocasions, s'apreciava també l'estil, és a dir, la naturalitat i l'elegància de l'atleta. per evitar protestes davant les decisions del jurat, els concursants juraven prèviament que acatarien el veredictes dels *hellanòdics*\*.

Després de la decisió dels jurats, l'herald anunciava el nom del vencedor, el del seu pare i el de la seva pàtria. A partir d'aquell moment ja era un *olímpiònic*, epítet que l'acompanyaria tota la seva vida, amb els privilegis que comportava. La fama i la glòria comportaven una sèrie de recompenses, que han anat variant segons l'època. A Olímpia no es donaven premis de valor material.

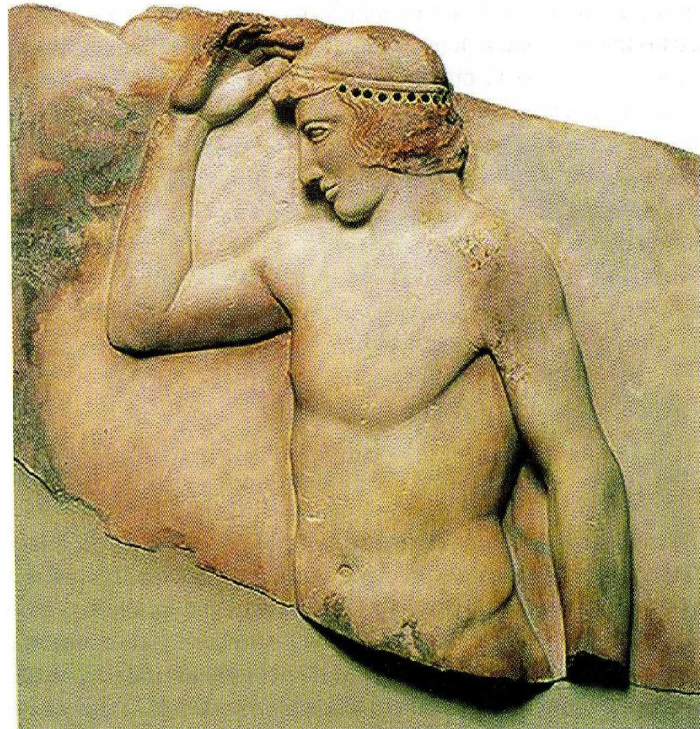
A les olimpíades primitives, segons la tradició, es concedia com a premi al guanyador una poma, fins que Ífit va consultar un oracle de Delfos. Aquest va respondre:

“Ífit, no donis més fruita del pomer com a premi al guanyador; premia'l amb una corona d'olivera silvestre i fèrtil que ara esta envoltada de teranyines.”

\* *Hellanòdic*: A la antiga Grècia nom que rebia l'arbitra o jutge d'un joc o combat.



## *Citius, Altius, Fortius*



*Podem veure representat un atleta coronant-se a si mateix. Aquesta representació data del 460 aC.*

Al tornar a Olímpia, Ífit va veure entre les oliveres una que complia els requisits exigits per Apol·lo. Va ordenar, doncs, voltar-la i consagrar-la a tal fi. Van considerar l'olivera com un arbre sagrat i a Ífit com a creador d'aquesta recompensa.

Més tard, es va posar de moda entregar al guanyador un ram de palma.

El vencedor en una de les proves, convertit en un heroi nacional, fa la seva entrada triomfal a la seva ciutat, envoltat d'una multitud de gent, sobre un carro tirat per quatre cavalls blancs, cobert amb un mantell de porpra.



## 2.3. ENTRENAMENT DELS ATLETES

---

El repertori d'exercicis, fruit del gran esforç d'anàlisi i invencions fets per la pedagogia grega, arriba a la plenitud als segles II – III dC. Alguns d'aquests exercicis practicats segueixen funcionant actualment a l'atletisme.



*Pintura procedent de la Tomba del Nedador (Paestrum). Observem tres elements fonamentals d'una competició esportiva: el paidotriba, l'atleta i el flautista que celebra el seu triomf.*

### **Proves d'entrenament dels atletes:**

Algunes de les proves són: marxa per terrenys irregulars; carrera en cercle; carrera cap a endavant i després cap a enrere, reduint progressivament la distància que separa els canvis de marxa fins parar al centre; salts amb un i tots dos peus; saltar i córrer en el mateix terreny tocant-se les natges amb els talons; donar petades a l'aire; moure els braços en totes direccions; exercicis





## *Citius, Altius, Fortius*

de canell; jocs amb la pilota i l'arc; saltar a la corda; flexions de tronc cap a endavant, tocant alternativament cada un dels seus peus amb la mà oposada. Un dels trets particulars grecs és que tots aquests exercicis es realitzen amb flauta. Els atletes però també eren acompanyats pel flautista en les competicions del pentatló.

### **Proves d'entrenament de lluita:**

Els exercicis que practicaven els lluitadors servien per desenvolupar i enfortir el seu tors.

Algunes de les proves són: grimpar per cordes, pals o arbres; aixecar peses o fardells; practicar la lluita lliure; estirar els braços; tancar els punys; estirar i contraure ràpidament els braços empunyant petits halters.

També feien exercicis pels braços, com per exemple havien de mantenir els braços estesos, amb els punys tancats i aguantar així molt de temps resistint l'intent d'un company que tractava d'obligar-lo a baixar la guàrdia. També s'entrenaven amb un sac ple de sorra o llavors, que estava penjat del sostre. Un altre exercici també conegut era lluitar amb la seva pròpia ombra, és a dir, que lluitava amb un rival imaginari, i també s'hi defensava.

Tots aquests exercicis estaven complementats amb altres treballs de gran esforç físic, com per exemple, cavar, segar i transportar càrregues pesades.

Els exhaustius entrenaments es practicaven de sol a sol, s'adequaven a l'especialitat de cada atleta i es repetien tots en un cicle invariable i en un període de quatre dies. El primer dia l'entrenament era lleuger, s'intensificava en el segon, el tercer es descansava o es feien exercicis més lleugers i en el quart una activitat suau.



### **Alimentació d'un atleta:**

La professió d'atleta suposa un enorme desgast físic, que s'havia de compensar amb la sobrealimentació, normalment més comuna amb els atletes dedicats a la lluita, al pancraci i al pugilat.

El rendiment esportiu de cada atleta depenia dels exercicis especialitzats i de dormir el temps suficient.

Deien que els atletes es despertaven molt tard i que el seu dinar consistia en pa poc fermentat i poc bullit. Després tornaven als exercicis que duraven fins al dinar, interromputs només per alguns passejos. El sopar, com el dinar, durava molt de temps, algunes vegades fins a mitja nit. Menjaven molt i lentament, per treure als aliments tota la substància. Tampoc els deixaven parlar de temes subtils durant el sopar, ja que això podria provocar una mala digestió i els produïa dolor al cap.

Generalment s'alimentaven de pa, figues i formatge fresc. Més endavant, però, es va dir que seria convenient establir una dieta adequada. Eurímenes de Samos, campió dels Jocs Olímpics, va ser el primer atleta que es va alimentar a base de carn. Antigament, en els atletes, els feien creure que hi havia homes que menjaven molta carn, així d'aquesta manera ells en menjarien molta, i tenien més probabilitats de èxit.

Diuen que només menjaven carn de porc, altres, però, també carn de bou. Quan deixaven de menjar carn s'afeblien les seves forces. No bevien vi, sinó aigua. També deien que una vegada un atleta va menjar carn de cabra, i que la seva força era superior a la dels altres. Van censurar el peix, no podien beure begudes fredes ni pastissos fregits.

Es feien banys de sol per donar un aspecte saludable, però els exercicis es practicaven a l'ombra. El massatge, tant parcial com total, era part important de la higiene esportiva. Abans dels exercicis, realitzats sempre en dejunes, els atletes prenien un bany i es friccionaven amb oli. S'evitaven els esforços innecessaris. Un cop l'exercici s'havia acabat, es prenien un altre bany.



## *Citius, Altius, Fortius*

Al s. VIII aC., va aparèixer el costum de la nuesa completa que és un característica de l'atletisme grec. Gimnàstica procedeix del grec "gimnós", que significa "nu".

El fet d'anar nu en els Jocs Olímpics era per subratllar el ple domini de l'atleta sobre la seva ment i el seu cos i reforçava el sentiment racial dels grecs de ser superiors als bàrbars, o estrangers.

### Normes higièniques:

Les normes higièniques respecte a les friccions són molt precises i minucioses:

- Abans de l'exercici es fricciona tot el cos en una habitació temperada.
- Després d'una fricció moderada, quan l'atleta està sec, s'aplica l'oli, friccionant la pell amb la mà nua, primer suau i després amb més força.
- La fricció preparatòria va destinada a donar flexibilitat als músculs, en canvi, en acabar l'exercici, per relaxar-los i atenuar la fatiga.
- Aquesta fricció final amb oli estava també minuciosament reglamentada.

Es deia que les fregues d'oli només servien per posar la pell més lliscant, ja que així l'atleta evitava millor les preses de l'adversari.

L'atleta es friccionava cuidadosament la pell i després es recobria amb una fina capa de pols, probablement per regular la transpiració i protegir la seva pell de l'acció del sol, el vent i el fred. Era una acció que es realitzava de manera lenta. Quan acabaven l'exercici, per eliminar la capa formada per la pols i l'oli, es feia servir el raspall de la pell amb un rascador anomenat "estrígil"; és un instrument que consta de dos parts: la fulla i el mànec, que normalment té uns orificis, per ficar-hi els dits i així fer-ho més còmodament. La fulla, té una longitud entre 16 i 30 cm, és generalment corba. El material més utilitzat és el bronze, també n'hi ha de plata, marfil, os, fusta, banya o plom i algunes tenen inscripcions, generalment nombres propis.



## *Citius, Altius, Fortius*

Després del raspat, l'atleta passava al bany i a continuació se'ls aplicava el massatge, a la vegada que se li suavitzava de nou la pell amb una barreja oliosa. En els gimnasos ja hi havia els massatgistes.

*Apoxiomenos de Lisip. Escultura de l'any 325 aC., de l'època clàssica. Està situada al Museu Pío-Clementino del Vaticà. Té una mida de 2,05 m. L'escultura barreja l'estil grec i l'oriental; l'estil grec es dona en la postura del contrapès, i l'estil oriental s'observa sobre tot en l'expressió dels sentiments que es relaxen, en aquest cas el de cansament.*

*És la representació d'un atleta, però no en el seu moment de victòria que era el més habitual, sinó en una acció quotidiana. S'està netejant la capa d'oli i de pols gràcies al estrígil.*

*Podem observar que l'atleta té el braç esquerra flexionat, contràriament amb la cama dreta que també està flexionada. Aquest ritme dona vida i moviment a l'escultura.*





## Citius, Altius, Fortius

### Estrígil



*Un estrígil és com un raspall de metall llarg i fi que en la cultura grecoromana s'utilitzava per netejar-se el cos de l'oli i la pols.*

*Va ser utilitzat primer pels etruscos després dels seus combats, i posteriorment, pels romans, que l'utilitzaven per rentar-se a les termes.*

*Degut a que fins a l'època imperial desconeixien el sabó, i mai el seu ús va estar molt difós, els romans s'untaven el cos amb oli i després se'l treien amb l'estrígil.*

*En la cultura grega, era tradició que els atletes sortissin a competir amb oli i pols, i que el final de la competició s'ho retiraven juntament amb la suor del cos.*

*No obstant això, algunes fonts clàssiques indiquen que l'estrígil també podia ser utilitzat abans del bany i amb l'aplicació d'olis, per afavorir la transpiració i retirar les capes de pell morta.*



## 2.4. PROVES ATLÈTIQUES

---

Esports que es realitzaven a l'estadi, ja que eren proves a peu.

### 2.4.1. PENTATLÓ

**Pentatló:** Constava de cinc exercicis seguits: cursa d'un estadi, salt de llargada, llançament de disc i de javelina i lluita.

Pentatló prové de: *pente* (cinc) i *athlon* (lluita), en grec, i en llatí *quinqertium* de *quinque* (cinc) i *ars* (art, activitat).

El pentatló no consistia en una prova conjunta, sinó que va sorgir com a fruit d'una llarga evolució en la que la senzillesa de l'atletisme homèric va ser substituïda progressivament per programes cada vegada més complexos.

La introducció del pentatló als Jocs Olímpics va ser probablement per la necessitat de donar caràcter oficial a les proves de salt, disc i javelina, que normalment eren practicades en palestres i en gimnasos, com exercicis essencials per la formació atlètica.

Filostat situa l'origen del pentatló en els llegendaris temps de Jàson i els Argonautes; abans dels temps de Jàson hi havia corones separades pel salt de llargada, el llançament de disc i el llançament de javelina. En el temps del viatge de la nau d'Argos, Telamó va ser el millor en el llançament de disc, Lince amb la javelina, i els fills de Bóreas van ser els millor en la carrera i el salt de llargada, i Peleu va ser el segon en aquests jocs, però superior a tothom en la lluita. Després per complaire a Peleu, Jàson va combinar els cinc exercicis i, d'aquesta forma, Peleó s'assegurava la victòria en el conjunt.



## *Citius, Altius, Fortius*

El poeta Baquilides exalta així a l'atleta Automedes de Fleyus, guanyador del pentatló als Jocs Olímpics Nemeos:

*“Automedes brillava entre els altres atletes com la lluna plena fa pal·lidesa a las estrelles; de tal bellesa era el seu cos, quan, aplaudit pel públic joiós, llançava el disc o la javelina molt alt, al cel, i quan, al final, en la lluita, mostrava la seva rapidesa i habilitat. ”*

El pentatló també figurava en molts programes de les Panatenees, Eleusínies i moltes altres festes.

A l'estadi que primitivament servia d'escenari als Jocs Ístmics s'han trobat varis halters, utilitzats especialment en el pentatló. La perfecció dels halters, elaborats en pedra i bronze permet deduir que en els Jocs Ístmics es practicava el pentatló molt temps abans de la data en que se suposa que van ser fabricats els halters.

Donada la complexitat de les proves, l'atleta tenia que tenir unes facultats extraordinàries, com: elasticitat i agilitat pel salt de llargada; rapidesa per la carrera; vigor i agilitat pel llançament de disc i el llançament de javelina; fortalesa, tècnica i astúcia, per la lluita.

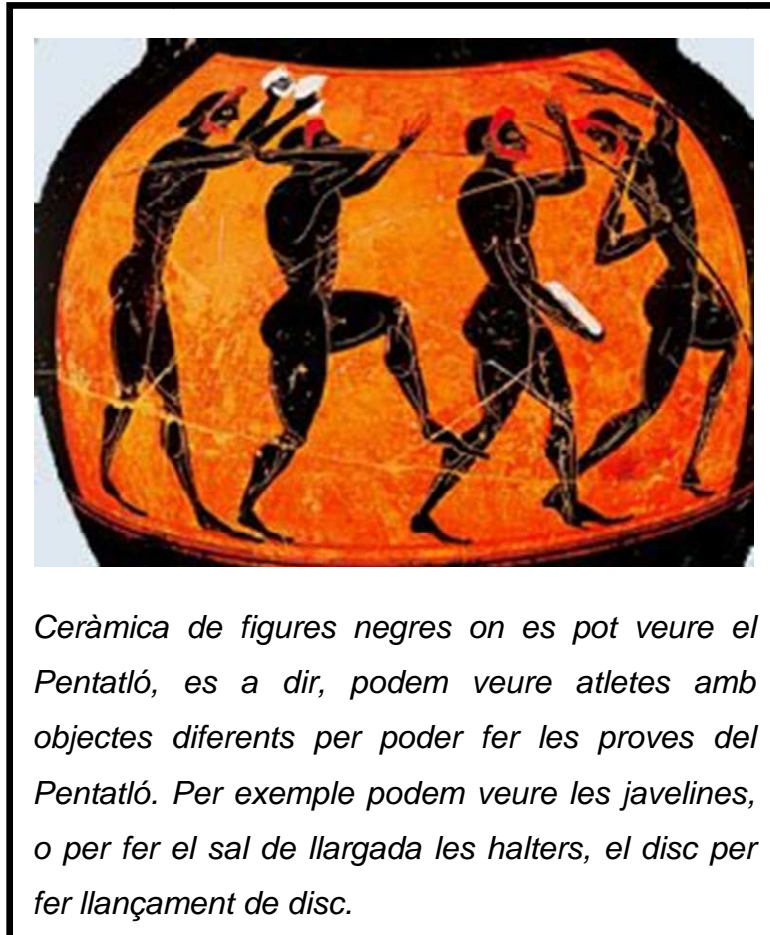
No se sap del cert quin era el sistema d'adjudicar la victòria al pentatló. En lloc d'adjudicar a cada prova un cert nombre de punts i sumar aquests, per establir la qualificació general, com es fa avui dia, es veu que es realitzaven proves i eliminatòries successives.

Aristòtil defensa la pràctica del pentatló com el major dels medis formatius i anima els atletes a practicar-lo, tot dient, que eren els homes més bells de Grècia, perquè destacaven no només en les gestes de força, sinó també en les d'agilitat i rapidesa.



## *Citius, Altius, Fortius*

Els antics grecs pensaven que el pentatló formava els homes més bells i saludables. Diuen que tenen moltes aptituds i que per tant els atletes que practiquen el pentatló no destaquen en cap esport en concret, els practiquen tots, o molt bé, o molt malament.







### **2.4.2. CURSA A PEU**

És la prova més antiga. La carrera a peu constituïa un dels principals exercicis atlètics practicats a la palestra i als gimnasos i una de les proves essencials del pentatló i dels grans jocs.

A Olímpia no hi havia carrera d'obstacles, ni de relleus. Tampoc hi havia competicions de camp a través, només es practicava la de pista plana i rectilínia.

La carrera es considerava important en la formació de l'atleta, perquè enfortia no només les cames, sinó també el cor, els pulmons, els braços i els músculs pectorals i abdominals.

Totes les carreres es feien a la pista comuna de l'estadi. Hi havia diferents modalitats de curses:

- La **cursa d'estadi** és la carrera de velocitat. Correspondria a l'actual carrera de 200 m llisos. Consistia en recórrer l'estadi una sola vegada, d'un extrem a l'altre. Va ser la competició originària dels Jocs Olímpics. En alguns jocs, aquesta era l'única prova que hi havia.

El guanyador d'aquesta carrera donava el seu nom a la Olimpíada, pel fet que era la prova que encapçalava la llista dels diversos concursos que hi havia als Jocs.

- També hi havia la prova del **díaule**, era una carrera doble. Es recorria la longitud de l'estadi, i al girar al costat d'un pilar, es tornava al punt de sortida. Es recorrien uns 380 m.

A Olímpia, a l'estadi, la línia de sortida estava situada a l'est i la d'arribada a l'oest, justament al davant de l'altar de Zeus. Tot i això, en la carrera de *díaule*, es sortia per l'oest, així d'aquesta manera al arribar, es trobaven davant de l'altar de Zeus.



## *Citius, Altius, Fortius*

En la prova del *díaule*, va ser la primera vegada que un atleta es va presentar totalment nu, al guanyar la carrera, des d'aquell moment, es va fer habitual la nuesa dels atletes.

- També hi ha la prova de la **carrera llarga**, és a dir, de fons o semi fons. Les distàncies normalment són de 7, 12, 14, 20 y 24 estadis, que correspondrien a 1.344, 2.304, 2.688, 3.840 y 4,608m respectivament. Aquesta carrera constituïa una prova de gran duresa, ja que la capa de sorra de la pista augmentava la dificultat, sobretot quan feia més calor. L'origen d'aquesta prova cal buscar-lo en la institució dels corredors-missatgers, que eren els que tenien la missió d'anunciar les novetats importants: propostes d'aliança, pau, treva,

declaracions de guerra i altres. En aquesta professió no podien fer servir cavalls. Els corredors – missatgers mesuraven les seves rutes amb els seus passos.

- La **cursa d'hoplites**, era una cursa en la que es feien servir les armes. Es deia que era una preparació ideal per la guerra. Un hoplita armat va arribar des del camp de batalla a l'estadi, durant una celebració dels Jocs, per comunicar la victòria. Per commemorar les dos coses, la victòria i l'anunciament, es va introduir en els jocs olímpics la **carrera d'armes**.

Els participants, exclusivament adults, corrien durant dos o quatre estadis, armats al principi amb escut, casc i una armadura que els cobria la cama des del genoll fins la base del peu. Després amb escut i casc, i més tard, només amb l'escut.



## *Citius, Altius, Fortius*



*Són dos ceràmiques de figures negres en les qual està representada la prova de la corsa d'hoplites. Es pot veure perfectament com aquests atletes estan corrent amb un escut i amb armes, que era el que realment importava a la prova. Podem veure que és una cursa pel moviment que tenen a les cames cada atleta. En les dos ens podem fixar com els atletes encara porten el casc i l'escut.*

A totes les carreres, només s'admetien, en principi, corredors de la mateixa categoria.

En les pintures de les ceràmiques ens presenten als corredors en diferents actituds de marxa, segons si es tractava de la carrera de velocitat o la de fons. En les carreres de velocitat, estaven dibuixats amb els braços estirats, amb un moviment molt viu de balanceig i corren sobre la punta dels peus, amb el cos dret, a vegades lleugerament arquejat.



## *Citius, Altius, Fortius*

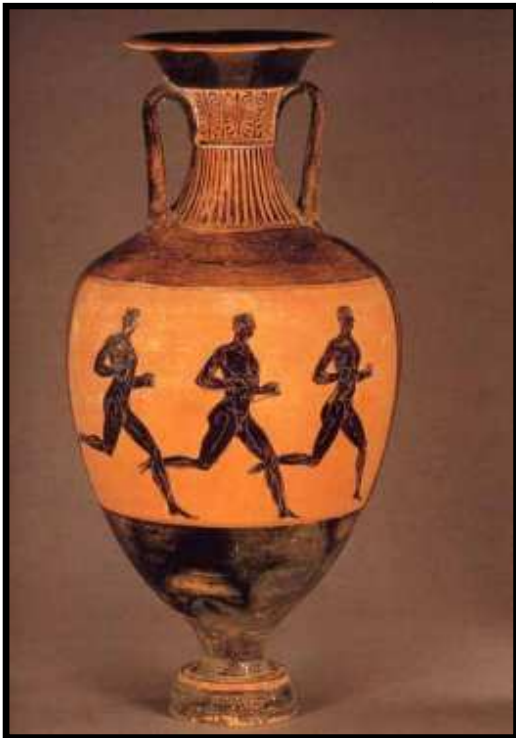


*És una cratera d'estil italogrecs (són vasos d'època hel·lenística, fets al sud d'Itàlia en els segles IV i III aC. Es tracta d'imitacions àtiques però de manufactura inferior sense lluïssor.) Apareixen varis atletes en plena cursa. Pel que es veu, per les cames i pels braços, estan practicant la cursa de velocitat. Com hem dit abans, per representar la cursa de velocitat, els atletes corrien amb les puntes dels peus, el cos estava dret, una mica arquejat, i amb els braços amb un moviment molt viu de balanceig. Aquesta cratera està situada al Museu Arqueològic de Florència.*

En canvi, a les carreres de fons, l'atleta replega els braços i estreny els colzes contra el cos, lleugerament inclinat cap endavant, i avança amb elegància i àgilment. La dieta que feien els corredors de les carreres de fondo, consistia en evitar tot el que engreixava.



## *Citius, Altius, Fortius*



*Podem veure una àmfora, perfectament conservada amb el retrat d'atletes fent la cursa de fons. Aquesta prova consistia en recórrer un estadi de 7 a 24 vegades. Podem saber que és la cursa de fons, ja que els atletes estan corrent amb molta elegància i àgilment, i perquè tots tres tenen els colzes contra el cos.*

*És un àmfora de figures negres, pintades sobre el fons natural de l'argila.*

*També podem destacar com els atletes estan retratats amb el cos nu, ja que abans els atletes feien les proves sense cap mena roba.*

A totes les carreres de qualsevol modalitat estaven prohibides les trampes, és a dir, agafar pel braç al teu rival per fer-lo parar, fer-lo caure i altres trampes. També estava prohibida la cessió voluntària de la victòria a un adversari i la sortida anticipada, abans que la corda que feia de barrera caigués, que era l'única senyal de sortida.

Abans que es donés la senyal de sortida, els atletes feien moviments preparatoris i, per estimular-se, llançaven crits que eren contestats pels espectadors.

Per realitzar la prova es formaven grups de cinc o de sis, formant una sèrie. Si hi havia més concursants es repartien per sorteig en sèries. Els guanyadors de cada sèrie després competien de nou entre ells. Generalment s'havien de fer diferents eliminatòries per fer la prova final.



## *Citius, Altius, Fortius*

A l'hora de començar la cursa, es presentaven els atletes. Normalment si un atleta era famós, el públic s'exaltava i aplaudia molt fort.

Després de les presentacions, es feia la següent pregunta als concursants:

*“Hi ha entre vosaltres algú que pugui retreure a aquests atletes un naixement impur, no ser de condició lliure, haver patit penes infamants o tenir costums indignes?”*

Normalment hi havia silenci absolut ja que els organitzadors ja s'havien encarregat de comprovar prèviament si complien tots els requisits legals.

Tot seguit es treia l'urna de Zeus, era un gran got de plata que contenia tauletes, en les quals, hi havia gravada una lletra. Els atletes agafaven una lletra, que senyalava la seva posició en el moment de la sortida.

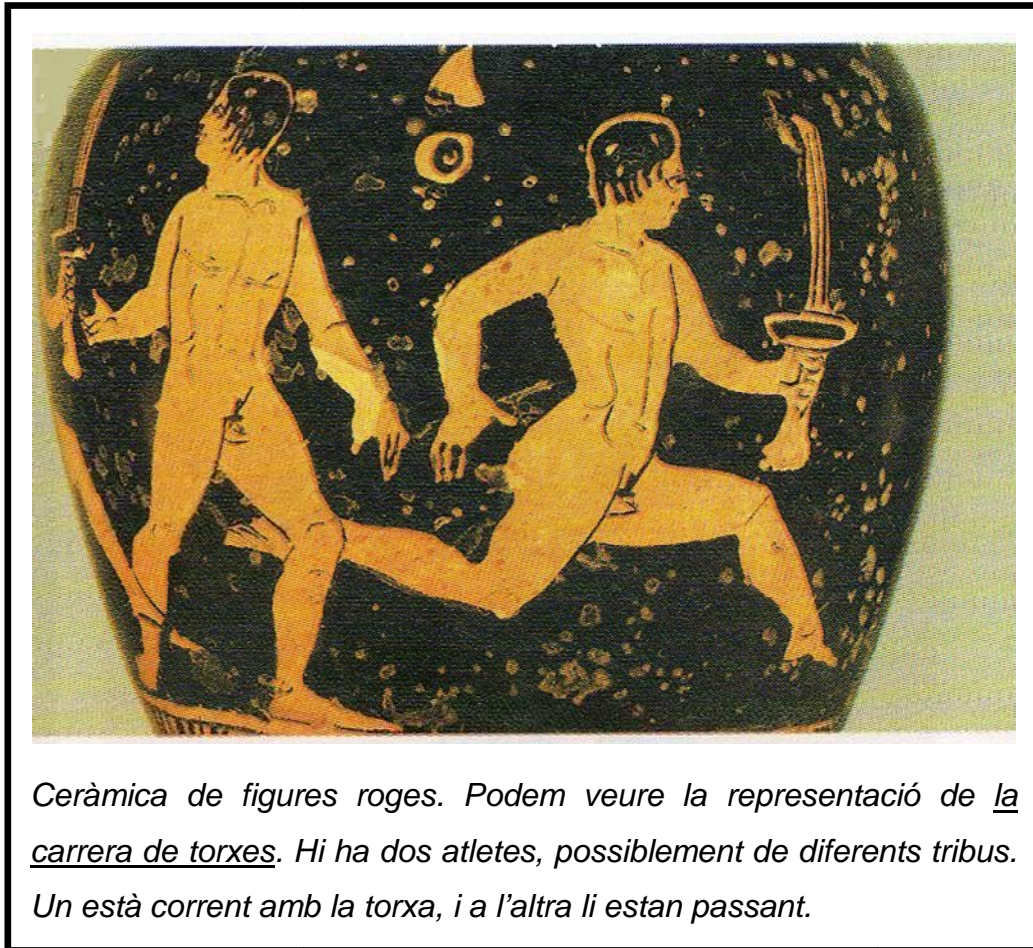
Per llançar-se a la pista amb el major impuls possible, l'atleta recolzava els seus peus en els forats en bisell tallades en les lloses de marbre blanc que formaven la línia de sortida. Es tracta de dos estries profundes. Abans de la sortida, el corredor, per prendre impuls recolzava els seus peus nus en elles.

- També existien **les carreres de torxes**. Es practicaven a tota Grècia, en les festes rituals. Les més conegudes eren les d'Atenes. Més tard es van fer més freqüents. Es disputaven per tribus, i generalment hi participaven cinc tribus. Els corredors de cada tribu es trobaven escalonadament cada 25 metres, en la ruta que va d'Atenes a l'Acadèmia, formant una cadena d'uns mil metres, des de la muralla de la ciutat fins l'altar del Prometeu. Hi havia cinc files de corredors, una per cada tribu. Quan es donava el senyal sortia el primer corredor, amb la torxa encesa, portant-la de manera que no s'apagués, i l'entregava al segon corredor, el qual agafava la torxa encesa i l'entregava al tercer i així fins al numero 40 que era l'últim. La torxa passava de mà en mà 39 vegades a cada fila, que són les diferents tribus. El guanyador era la tribu, l'últim corredor de la qual arribava primer a encendre el foc de l'altar.



## *Citius, Altius, Fortius*

El significat d'aquesta cursa era ritual. En el seu origen estava consagrada a les divinitats del foc. Especialment consistia en prendre foc d'un altar, per encendre'n un altre.



*Ceràmica de figures roges. Podem veure la representació de la carrera de torxes. Hi ha dos atletes, possiblement de diferents tribus. Un està corrent amb la torxa, i a l'altra li estan passant.*

- Finalment cal destacar que l'actual cursa anomenada **“Marató”** prové d'un fet que va passar a l'antiga Grècia: L'origen de la Marató es situa en un enfrontament entre els atenesos i els perses. Lluitaven a Marató, una ciutat de Grècia. Els atenesos van guanyar els perses i un soldat va anar a anunciar la victòria a Atenes. El recorregut de Marató a Atenes el va fer corrents, que són els 42,2 km (de la cursa actual). Una vegada va donar la notícia va caure mort del seu esforç. En memòria d'aquest fet heroic, el 1896, es va instaurar per primera vegada als Jocs Olímpics moderns.



### 2.4.3. SALT DE LLARGADA

El salt de llargada de l'antiga Grècia era menys ràpid i més curt. També hi havia el salt sense impuls, que requeria una bona preparació. Abans, únicament hi havia el salt de llargada, n' hi havia de més tipus com ara a l'actualitat.

Aquesta prova estava dintre de les proves del pentatló, no es podia fer independentment.

Les pistes que és feien servir a Grècia, tenien 50 peus de longitud. Al final de tot hi havia el lloc de la caiguda. L'atleta per agafar impuls i començar el salt es recolzava en el *bater*, que era com una mena de travesser.

Les senyals es feien amb pals clavats al terra, més o menys com els que es clavaven en la línia de sortida de les carreres.

Una innovació posterior del segle VII a.C. van ser els anomenats *halters*, eren unes peses per agafar impuls durant el salt, i per poder fer una sèrie de salts seguits. Aquesta innovació va ser representada en monuments i en els textos està citada. La forma que tenien era variada, depenent de l'època en que es trobaven. És poden trobar de pedra, bronze, ferro i plom. N'hi ha que són oblongs i corbats. La mida era entre 12 i 29 cm. La diferència del pes i la mida era per la relació que hi havia amb el cos i la força de cada atleta.

Normalment en els vasos els *halters* estan representats d'una forma més moderna: dues masses, generalment de plom, unides per una barra.

Els *halters* s'utilitzaven en gimnàstica per practicar el salt i en els exercicis pel desenvolupament de la musculatura.



*Objectes que es feien servir en el salt de llargada als Jocs Olímpics antics, anomenats halters. Servien per agafar més impuls a l'hora de saltar.*





## *Citius, Altius, Fortius*

En el salt de longitud reforçava el joc del balanceig dels braços, que seria similar al que avui dia es realitza en el salt de longitud sense impuls previ.

Amb diversos estudis i afirmacions que havien fet alguns filòsofs, com Aristòtil i Filostrat, els *halters* donaven més impuls en el salt. Després de diferents experiments que s'han anat fent durant el temps, amb atletes de diferent sexe, edat i cos, s'ha arribat a la conclusió que les opinions que havien tingut els filòsofs de l'antiguitat eren certes, els *halters* donen suport i seguretat als braços durant el salt. Amb el balanceig que fan els *halters* no fa falta un salt gaire llarg, perquè els *halters* fan que augmenti el balanceig original, la velocitat del salt i, finalment, la distància.

Antigament no es mesurava la distància aconseguida amb el salt, sinó que es feia una ratlla al terra. Només es considerava vàlida si les empremtes del peu quedaven clarament impreses al terra. No acceptaven caigudes i relliscades. Els *halters* facilitaven la comprovació del salt, perquè deixaven una empremta clara en el punt de caiguda del atleta.

*Home fent la prova del salt de llargada. També es pot veure com un altre home està mesurant la llargada que ha fet l'atleta. És una ceràmica de figures roges, és a dir, que el fons és de color negre i les figures són d'argila.*



Antigament no importaven els rècords, o registres tècnics, que era com es deien abans. Tot i això hi ha dues excepcions:

- La *Cronografia* de Sext Juli, *L'Africà*. La dada està transcrita pel cronista Eusebi, en la seva *Llista de vencedors olímpics*, i diu: "Chinois de Laconia va guanyar en la carrera de l'estadi en la Ol. 29, on va saltar 52 peus". (Els 52 peus, equivalen a 16,66 m)



## *Citius, Altius, Fortius*

- La segona va ser en forma d'epigrama, en una columna, on diu: "55 peus va saltar Faillos de Crotona". (Els 55 peus, equivalen a 16, 31 m)

Hi ha diferents hipòtesis sobre els rècords de l'antiguitat:

- La marca de Chinois és un error de transcripció, primer en l'obra de Sext Juli i més tard d'Eusebi. Per tant és diu que no s'ha de tenir en compte.
- Totes les plus marques de les que s'ha tingut notícia són exageracions.
- Les marques excepcionals corresponen a la suma de tres salts. Ferenc Mëzo opina que un atleta amb una sola vegada no pot aconseguir una gran distància, amb moltes altres proves sempre es fan tres vegades, com a la lluita, o la carrera d'estadi també inclouen carreres eliminatòries. Per això el salt de llargada també s'ha d'intentar tres vegades, per fer mitjana.



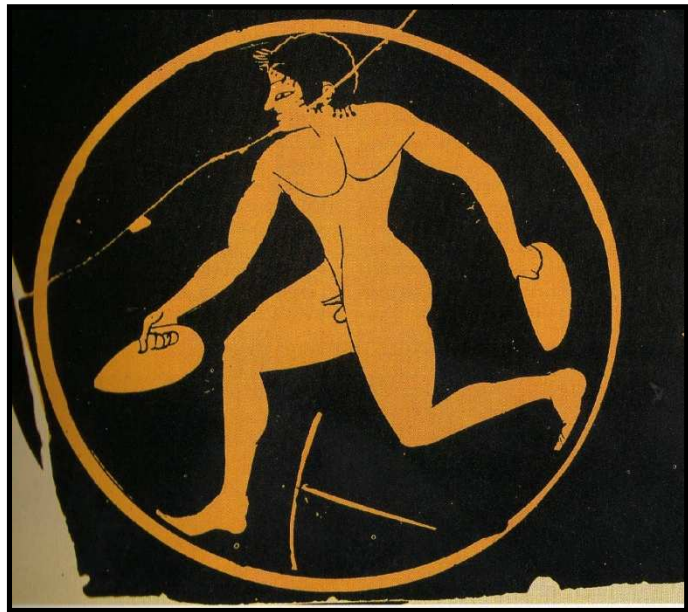
*Disc de bronze on hi veiem representat un atleta practicant el salt de llargada. Observem que porta els halteris a les mans.*



## *Citius, Altius, Fortius*

*Atleta preparat per practicar el salt de llargada amb els halteris. Al terra és pot veure el pic fet servir per moldre la pista.*

*Institut d'Arqueologia de la Universitat de Heidelberg.*





### **2.4.4. EL LLANÇAMENT DE DISC**

Consistia en enviar el més lluny possible un disc que normalment era de bronze i pesava dos quilos.

És una de les proves del pentatló. El llançament de disc era una de les proves més representades de l'atletisme, ja que aquesta prova exigia gran elasticitat, potència i rapidesa. Era un dels esports favorits de l'antiguitat.

A l'antiguitat és deia que els joves preferien molt més escoltar el xiscle del disc que les conferències dels filòsofs.

Teseu passava per ser l'inventor d'aquest esport, amb un disc disparat per la seva mà va matar el seu avi. Cástor i Pólux destacaven com discòbols. Apol·lo va matar involuntàriament el bell Jacint al desviar-se el disc llançat a causa del vent. Peleu, pare d'Aquil·les, va matar amb un disc, probablement voluntàriament, el seu mig germà i el mateix es diu d'Oxil, rei de Ètolia i de l'Èlide.

A l'època cavalleresca s'han trobat textos relacionats amb aquest esport. Als temps heroics algunes vegades és de pedra, d'altres de ferro fos. També és diu que va venir de llançar una pedra, primer és llançava la pedra i la forma es va anar adaptant a aquest esport, més tard és va anar imitant al metall.

A partir del s.V a.C el disc era més pesat que l'actual, i era de bronze, mentre que actualment és de fusta amb un cercle de ferro.

S'han trobat diferents discos amb diferents representacions, com per exemple, un que mesurava 21 cm de diàmetre, descobert a la tomba d'Egina, hi ha gravat a una de les cares un atleta amb halters, amb l'actitud d'agafar impuls per saltar. A l'altra cara hi ha la figura d'un altre atleta llançant la javelina. És curiós perquè els dos esports representats i el disc formaven part del pentatló.

La forma del disc era lenticular, més gruixuda del centre i amb els costats primos. La mida i el pes depenien de la categoria i l'edat del llançador. Per exemple s'han trobat discos de diferents pesos, i diferents mesures, com un bell disc de bronze del Museu Britànic, que pesa 5 quilos. A Olímpia se n'ha trobat un de 6,63 quilos, que té 32 cm de diàmetre.

Cada atleta només tenia tres llançaments permesos.



## *Citius, Altius, Fortius*

Els discos que pesaven més de 4 quilos es feien servir probablement només als entrenaments o com a discos votius. La prova d'això es pot veure en el famós disc de Ífit, on està gravat el text de la treva sagrada. Normalment en els discos hi havia figures gravades, i inscripcions poc profundes. Alguns tenien representada la figura d'un ocell, com a símbol de la rapidesa del vol.

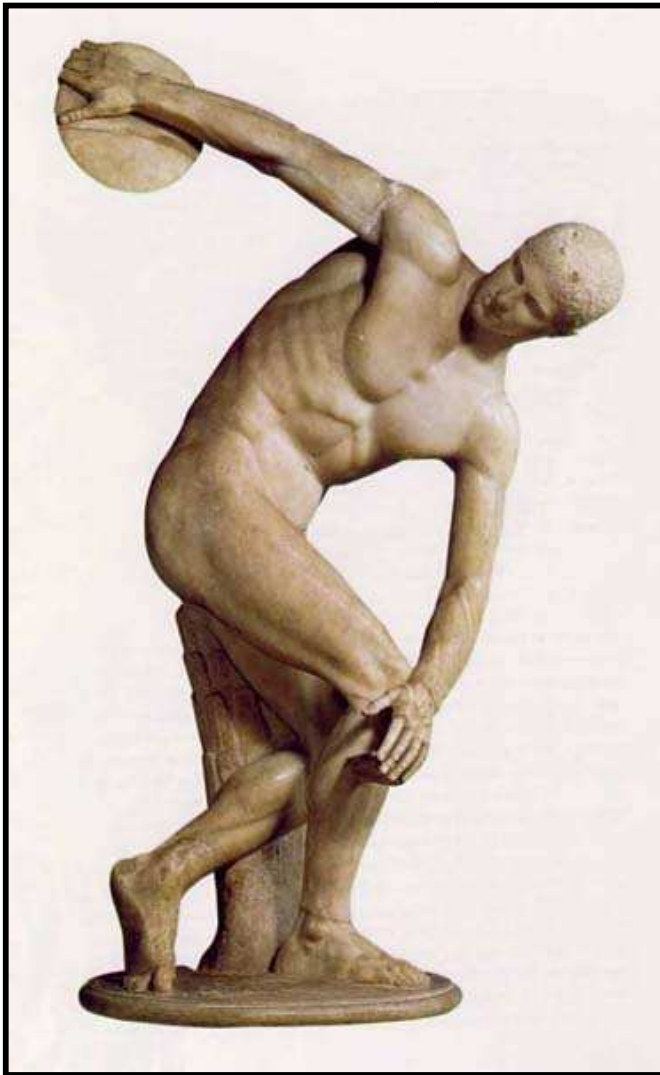
El llançament del disc es feia des del *balbís*, que era un espai especialment acotat, però sense l'actual cercle de limitació. El *balbís* estava format per una línia de lloses, que estaven situades al costat de la línia de sortida de la carrera pedestre. Estava limitat per davant i els costats, però el darrera no. Aquesta limitació donava més llibertat a l'atleta que actualment. Si un atleta trepitjava la línia de davant, quedava automàticament desqualificat. En canvi podia agafar tot l'espai que volgués per darrera per aconseguir un bon llançament.

No es pot confondre el *balbís* antic amb l'actual, l'antic era simplement una línia posada horitzontalment que limitava l'avenç de l'atleta, en canvi l'actual *balbís* també característic del modern estil grec, és una espècie de plataforma inclinada cap endavant.

Per agafar millor el disc, l'atleta el frega amb pols. L'atleta l'agafa amb la mà dreta, encaixant entre les falanges segona i tercera, i recolzant-lo en el palmell i l'avantbraç. Doblega els genolls, gira el cos sobre si mateix i porta el seu braç estirat fins darrera l'esquena, per agafar impuls. Gira la mà que sosté el disc, després de donar voltes, es llança bruscament cap endavant, de manera que el seu impuls s'engrandeixi. A vegades, a causa del violent i brusc impuls final, l'atleta podia perdre l'equilibri, per evitar-ho, donava alguns passos estabilitzadors cap endavant.



## Citius, Altius, Fortius



*És una escultura realitzada per Miró d'Eleuteras, més o menys al 455 aC. És la representació d'un atleta en el moment abans de llançar el disc per realitzar la prova dels Jocs Olímpics de l'antiga Grècia: llançament del disc.*

*També ens podem fixar que el cos d'aquest atleta està completament nu, com totes les obres d'art que hem vist en les altres escultures i ceràmiques.*

*Aquesta escultura pertany a l'època clàssica. Podem veure com l'atleta, en el llançament del disc necessitava gran elasticitat, potència i rapidesa. Aquesta escultura treballa molt les formes, no és una escultura recta i rígida, sinó que hi ha moviment en tot el cos.*

En el llançament de disc és provable que hi haguessin diferents tècniques de llançament.

L'atleta que tenia la victòria era aquell que aconseguia llançar el disc el més lluny possible. La distància és mesurava des de la línia frontal del *balbís*, i perquè fos vàlid tenia que observar-se una direcció determinada. Quan queia un disc, es marcava on havia tocat per primer cop. Es feien unes marques aproximadament iguals quan un altre disc sobrepassava aquella marca.



### **2.4.5. EL LLANÇAMENT DE JAVELINA**

Consistia en enviar el més lluny possible una javelina.

La javelina era una arma d'ús corrent en la guerra i la caça. A partir d'aquí el seu llançament va passar a convertir-se en una prova esportiva.

El llançament de javelina era una de les cinc proves del pentatló. En les competicions atlètiques, més que la bona punteria, es valorava la distància que s'aconseguia llançant en una direcció determinada.

La javelina antiga era diferent a la actual, tan pel que fa a la mida com al pes. Tenia aproximadament la longitud de l'estructura del llançador i era gruixuda com un dit. Pel que sembla era molt lleugera i flexible, la punta estava guarnida per una coberta de ferro. També portava llast a un extrem. Probablement, perquè el tir fos vàlid, es necessitava que la javelina caigués en punta.

A cada atleta se li permetien diferents llançaments, durant els quals podia sortir de la base de llançament. També podia fer servir un o un altre braç indistintament. Plató deia que per ser un entrenament complet s'havia d'aprendre a llançar la javelina amb els dos braços.

Per llançar la javelina, els grecs utilitzaven com a propulsor una corretja, *anquile*, equivalent al que els romans anomenaven *amentum*. Era una corretja de cuir, d'uns 50 cm de longitud adossada a prop del centre de gravetat del projectil i que donava una o més voltes al voltant del mateix. S'acabava en una llançada, en la que el llançador introduïa els dits índex i mig de la mà, que es mantenien atapeïts contra l'extrem posterior de la corretja. Aquest propulsor imprimia a la javelina un moviment de rotació al voltant del seu eix, i amb això, assegurava la seva estabilitat durant la trajectòria. Al mateix temps augmentava la longitud del braç de palanca, al prolongar la longitud del braç i dels dits. A l'antiguitat seleccionaven com a llançadors aquells que tenien els dits molt llargs, perquè d'aquesta manera duplicaven i triplicaven el seu abast.



## *Citius, Altius, Fortius*

El llançament anava precedit d'una ràpida carrera d'impuls, durant la qual el llançador mantenia la javelina en posició horitzontal, a l'altura de l'orella. Després realitzava una torsió general del cos, en la que el tors i el cap acompanyaven el braç dret que s'estenia cap a enrere, com el llançament de disc. Una vegada agafada la javelina, s'avança el costat esquerra del cos, i després s'inclina cap enrere el dret. Amb una brusca sacsejada dels músculs, es llença la javelina, amb la punta dirigida lleugerament cap a dalt. D'aquesta manera el llançament adquireix més força. Fa que la javelina agafi major distància i arribi amb més facilitat al punt del destí. Però tot depèn de que s'hagi sabut imprimir una bona direcció de l'arma.



*Llançador de Javelina. Prova de Javelina dels Jocs Olímpics Grecs antics. Atleta molt ben definit, amb el cos nu, i amb l'objecte principal d'aquesta prova, la javelina. És un disc de bronze que està al Museu: Staatliche Museum, Berlín*





Pel que fa a la **lluita**, hi havia tres modalitats:

### **2.4.6. LA PALE O LLUITA**

L'origen de la lluita és el següent: la lluita ja era practicada antigament pels egipcis, a les pintures podem veure que hi havia molta varietat de claus, preses i tècniques en aquells temps llunyans. Tot i això els egipcis no van inventar la lluita. Els grecs van donar unes normes que el van convertir en un dels esports que despertava més ambició.

Segons la mitologia, Hermes, déu protector de la palestra, presidia la lluita. El seu fill va ser qui va entrenar a Hèrcules en la lluita.

Els lluitadors es colpejaven amb les mans obertes. En aquesta prova estaven prohibits els cops de puny i cops de peus.

L'objectiu d'aquesta prova era tocar les espatlles de l'altre competidor al terra tres vegades, si el vencedor no havia caigut cap vegada, la seva victòria era "sagrada" i la corona s'oferia directament a la divinitat.

Els fraus estaven totalment prohibits i eren durament castigats. Si els atletes participants eren massa joves, eren els pares qui rebien el càstig.

A les lluites hi havia la figura de l'àrbitre, el podem veure representat en diferents figures portant un bastó, amb el qual dirigia la lluita.

Al principi de la lluita és feia un sorteig per formar els grups i parelles dels lluitadors; primer en una urna de plata dedicada a Zeus s'introduïen a l'interior diverses lletres. Dos amb la lletra A, dos més amb la lletra B i així fins al nombre d'inscripcions. Cada participant, després d'haver fet una pregària per Zeus, agafava un dels papers. Després els obligaven a conservar la mà tancada, per no poder llegir la lletra. Quan tots ja havien tret la seva lletra, un inspector comprovava a tots els atletes quina era la lletra que els havia tocat, i designava les parelles que tenien la mateixa lletra. Aquest procés només es feia servir quan eren parelles, en cas que no, a la urna només s'hi introduïa una única lletra. El que la treia s'esperava a que els altres haguessin lluitat. Aquest



## *Citius, Altius, Fortius*

procés tenia avantatges, ja que l'atleta que estava esperant al moment de lluitar estava més fresc que els seus contrincants, els quals ja estaven cansats.

Al començament és feia un massatge amb oli, aquest oli després feia que estiguessin relliscosos. Tot i així, l'arena se'ls enganxava al cos i els neutralitzava una mica l'efecte de l'oli.

Normalment els atletes combatien al centre de l'estadi, en cercle. El fang lubricava els cossos.

El lluitador intentava agafar el seu adversari i així en moltes representacions ho podem veure com per exemple, intentar agafar els canells, l'avantbraç i els braços de l'adversari, o fer un intent de torsió, amb l'objectiu de fer perdre l'equilibri i fer caure a l'altre. Hi ha molta varietat de preses: agafar a l'adversari pels peus i fer-li perdre l'equilibri; aixecar-lo en suspens i enderrocar-lo al terra; agafar-lo per darrera, rodejar-lo amb les cames, agafar-lo per la cintura i impedir-li que amb els seus braços trenqui l'abraçada.



*Podem veure una ceràmica de figures roges. És una escena de lluita en la que cada atleta intenta posar tres vegades l'esquena del seu adversari a terra. Aquesta ceràmica la podem veure al Museu de l'Àgora de Atenes)*



## *Citius, Altius, Fortius*

S'han trobat consells per a lluitadors en papirs. Consells de com s'havien de fer els passos, i quines tècniques havien de fer servir per tirar a terra a l'adversari. Estaven molt ben definides i molt específiques. Aquí en tenim una mostra:

“Gira la meitat superior del cos cap a un costat i agafa-li el cap amb el braç dret. Agafa'l per baix. Avança i aixafa'l. Tu agafa'l des de baix amb el braç dret. Abraça'l des d'on ell et té agafat, per baix. Recolza la teva cama esquerra contra el seu costat. Aparta'l amb la mà esquerra. Canvia't de lloc i aixafa'l. Tomba't. Agafa'l pels testicles. Avança el peu. Agafa'l pel mig al voltant del ventre. Prem-lo cap endavant i dobla-li cap endarrere. Avança el cos i tira't sobre ell i passa al contraatac”

*Pap. Oxy. III, 466*

La iconografia ens informa sobre els tipus de preses. Una d'elles, l'esquena, tenia que ser seguida d'un moviment de torsió per fer caure el rival. La presa al coll, molt perillosa, perquè podia produir estrangulació, tenia que estar autoritzada. No estava autoritzada en el combat a peu, només al combat al terra.

Quant a l'enderrocament a terra, una vegada “abraçat” l'adversari, es procurava alçar-lo en suspens, generalment mitjançant un balanceig cap a endavant, cap a enrere o de costat.

Després de derrocar al contrari, calia posar-lo d'esquena. Si havia caigut en aquesta posició podia defensar-se arquejant-se, recolzant-se sobre els seus peus i cames, formant amb el seu cos una espècie de pont, en el qual l'esquena no tocava el terra. Per vèncer, calia aixafar el pont.

### **Els lluitadors:**

Aquest esport exigia molta habilitat, astúcia i valor. No només s'havia de veure amb un cop de vista el punt dèbil del contrari, sinó que també tenien que tenir un agut enginy i una gran rapidesa de reflexes.



## *Citius, Altius, Fortius*

L'atleta professional dedicat a la lluita havia de tenir molta resistència, tenacitat, vigor físic i sobretot, corpulència. També era molt habitual la sobrealimentació, ja que entre dos rivals, si un era molt més corpulent que l'altre, tenia moltes més possibilitats de guanyar.

Per poder desenvolupar la seva força muscular, els lluitadors carregaven fardells pesats, retenien barres de ferro, nedaven en plena tempesta, tiraven d'una arada, i altres. Per poder adquirir fons i resistència, els lluitadors competien en la carrera contra un cavall.

Els lluitadors a vegades també servien al seu país en cas de guerra, podien ser uns grans defensors del país.

La lluita era un dels exercicis més complets, ja que en ell es posaven en joc totes les parts del cos, amb el qual, s'assegurava el desenvolupament integral de l'individu.

La lluita ocupa un lloc d'honor en els concursos públics.

En les èpoques hel·lenístiques i romanes, la lluita es va convertir en un exercici terapèutic, per combatre l'obesitat i enfortir el tòrax i les cames.



*En aquesta escultura podem veure la pale, o lluita, una de les proves dels Jocs Olímpics de l'antiga Grècia. Podem veure perfectament com un dels competents està intentant tocar l'espatlla de l'adversari al terra, ja que ho ha de fer tres vegades per guanyar.*

*També podem observar que no hi ha gran violència, com podem veure en els altres tipus de lluita.*



### **2.4.7. EL PANCRACI**

Aquest esport es basa en la idea de que l'home ha de ser capaç de defensar-se sense armes, només amb les mans, en una lluita cos a cos i en les pitjors circumstàncies.

El pancraci no formava part de l'educació general gimnàstica, ja que es reservava als lluitadors professionals. Es considerava la prova atlètica més violenta i brutal. Es podia assemblar al pugilat per l'aplicació dels punys tancats, però es diferencia pel fet que en la prova del pancraci no s'utilitzaven els *caestus*, és a dir, els guants amb els quals, originàriament, es pretenia suavitzar l'efecte del cop. Aquesta lluita ferotge fins i tot a mort, conclouïa per abandó o fora de combat.

Tot i ser molt popular, el pancraci mai va arribar a tenir l'arrelament i la tradició del pugilat, i de la lluita.

La violència i el risc que comportava el pancraci, despertava als espectadors una emoció molt gran. Els espartans, fins i tot, tenien prohibida aquesta prova.

La victòria no era necessàriament pel més robust, sinó per qui era capaç de desconcertar amb les seves habilitats a l'adversari. Es deia que un bon pancraci havia d'unir la força del lleó a l'astúcia de la guineu. En aquesta prova estava permès gairabé tot, des de fer cops de puny i cops de peu, a retorçar membres, estrangular i tot tipus de claus. Només estava prohibit mossegar i posar el dit a l'ull o en els orificis nassals de l'adversari. No era estrany que al final del pancraci els participants quedessin amb alguns membres dislocats o trencats, magollats, defallits o morts.

#### **Els lluitadors:**

Portaven el cabell rapat o molt curt i s'untaven amb oli, per eludir millor les preses de l'adversari. Després d'unes quantes fintes inicials, els lluitadors rodaven pel terra. El combat prosseguia al terra, amb una tècnica molt diferent a la practicada en la lluita de peus, anomenada *quillisis* o *halídesis*. Com que el terreny havia estat prèviament mòlt i regat, els pancracis es rebolescaven i xipollejaven en el fang.



## *Citius, Altius, Fortius*



*Aquesta figura és una petita reproducció en bronze d'una escultura de marbre del segle III aC. que representa el pancraci grec. Podem veure que hi ha molt de moviment en l'escultura, la qual cosa és molt característica de les escultures d'època hel·lenística.*

A vegades, un atleta aconseguia la victòria gràcies al sorteig dels concursants, ja que arribava descansat al combat final, per no haver actuat en les eliminatòries prèvies.

Alguns atletes, a vegades també tenien por del seu adversari i marxaven degut al pànic.



## *Citius, Altius, Fortius*

Podem arribar a trobar diferents crítiques sobre aquest esport. Per exemple, podem veure una conversació que tenen dos persones en un combat:

*“Em vols dir què és el que pretenen aquesta gent? Uns es llencen per picar al contrari; altres roden conjuntament enllaçats pel terra, com si es tractés de porcs. I d'allà es precipiten l'un contra l'altre amb el cap baix, colpejant-se el crani com bocs. Espera! Mira! Aquell acaba d'agafar el seu adversari per les cames i el colpeja contra el terra. Aquest altre ha rebut un terrible cop de puny sobre el mentó; té la boca plena de sang i de sorra el desgraciat! Va esculpint en ella les seves pròpies dents! A mi m'agradaria saber perquè serveix tot això. Aquesta gent té l'aspecte de ser uns veraders bojós i crec que no val la pena persuadir-se sobre si de veritat estan en tota la seva raó”*

En canvi hi ha altres històries sobre els atletes del pancraci que en parlen amb molta admiració. Concretament ens parlen de dos atletes excepcionals: Teàgenes i Polidamas.

Segons Pausanias, Teàgenes, al tornar un dia de l'escola, va carregar sobre les espatlles l'estàtua de bronza d'un déu que li va agradar i la va portar a casa, sacrilegi digne de la mort. Es va lliurar d'ella perquè va intercedir a favor seu un venerable ancià. Com més creixia, més fort i temible era. Va guanyar moltes corones en diferents jocs nacionals que es feien en aquell moment. També era corredor en la carrera de resistència i en la carrera d'armes.

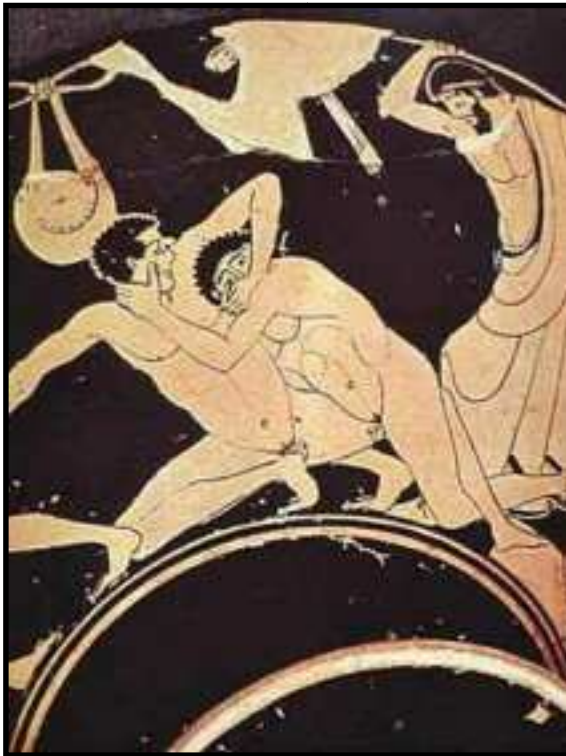
Pausanias i Dió Crisóstom, diuen que després de la seva mort li van fer una estàtua, a la seva ciutat natal. Un dels seus enemics, a la nit, li donava cops, com si es tractés d'un home viu. L'estàtua, per defensar-se es va llançar sobre el seu enemic, i el va matar. Els fills van acusar l'estàtua de la mort del seu pare i, com a càstig, va ser tirada al mar. Des d'aquell moment hi va haver sequera, i l'oracle de Delfos els va dir que per tornar a tenir la calma, havien de recuperar l'estàtua. Així ho van fer i des de llavors, els camps van tornar a tenir fertilitat.



## *Citius, Altius, Fortius*

De Polidamas de Tesàlia es diu que mesurava la seva força amb els toros més grans i braus, subjectant-los les potes posteriors amb les seves mans. Quan l'animal enfadat aconseguia escapar, deixava les seves peülles en mans de Polidamas.

Podia parar amb una mà un carro llançat a tota velocitat. També va estrangular un lleó en el món olimp de Tesàlia. Una vegada, bevent amb els seus amics en una gruta, va voler aguantar el sostre quan estava a punt de caure, tots es van salvar, menys ell.



*En aquesta ceràmica podem veure un dels tipus de lluita que hi havia en els Jocs Olímpics a l'antiga Grècia. És el pancraci, es pot reconèixer perquè podem veure dos homes que estan lluitant, i s'estan fent de tot, principalment s'estan escanyant.*





### 2.4.8. EL PUGILAT

Com passava amb altres esports, els grecs atribuïen al pugilat un origen llegendari. Es deia que ho havia inventat Teseu.

El pugilat, és equivalent a la boxa d'avui en dia.

Per les representacions que arribem a tenir, es podria dir que des del segon mil·lenni abans de crist ja era popular.

Al principi els lluitadors del pugilat lluitaven amb els punys nus, com es va continuar fent en el pancraci. Més tard, es va inventar el que els romans anomenen *caestus*, que eren uns guants amb els quals es pretenia suavitzar els efectes dels cops. Més tard però, es va convertir en una arma, a fi de potenciar la seva eficàcia.



*Aquest és l'exemple d'un caestus, que eren els guants que feien servir en la lluita del pugilat. Són les mans del lluitador descansant.*

Al principi, el *caestus* consistia en unes corretges de cuir de bou, més o menys adobat, de més de metre i mig de longitud i un dit d'amplària, situades a l'entorn de la mà i avantbraç.

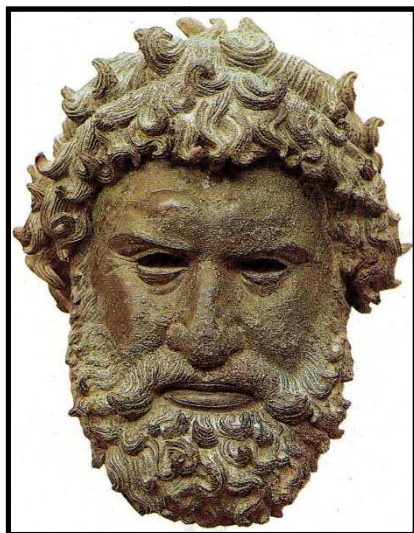
Com es pot veure en la imatge del *caestus*, el dit polze quedava fora, de manera que els altres quatre dits es poguessin tancar i formar el puny.

S'han trobat altres tipus de *caestus* molt més antics. Aquest tipus de *caestus*, que es va trobar en una representació d'una àmfora de l'any 336 aC., també s'ha vist representat en un pugilat del museu de les Termes, de Roma, i també en un braç que es va trobar a l'amfiteatre de Verona. Aquest *caestus* costava de dos peces, un guant i un ampli anell de cuir. El guant protegia des de



## *Citius, Altius, Fortius*

l'avantbraç als dits, deixen els extrems dels dits lliures. Un folro de llana augmentava el gruix i assegurava la seva adherència. Es fixava als canells i l'avantbraç amb unes corretges molt estretes. El segon element era un anell cilíndric, de uns dos dits de grossor, format per cinc capes superposades de cuir. L'anyell cobria molt bé els dits i formava una arma mortífera.



*Representació del pugilista Satiros. Està situat al museu Nacional d'Atenes.*

Les seqüeles resultants d'un fort cop rebut solen ser més fatals que les que generalment acompanyen a la pràctica d'altres esports. No mereixia, per tant, la pena jugar-se constantment la vida o sofrir lesions irreparables, a canvi d'una simple corona d'olivera o de llorer.

El pugilat necessita entrenar-se hores i hores colpejant sense treva, a l'*apoditerion* del gimnàs, al sac de sorra o de llavors i practicant la *squiamaquía*, precedent remot de l'actual "ombra pugilística".

Alguns pugilats apareixen representats de puntetes, la qual cosa indica la pràctica de la tècnica actual del "ball". En els entrenaments es feia servir un casc protector de cuir. alguns asseguraven que també es feien servir en les lluites, però les escenes pintades en les que es basa per formular la hipòtesis són escenes d'entrenament.



## *Citius, Altius, Fortius*

El combats del pugilat, a Olímpia es feien en les hores més caloroses, així que el pugilat tenia que suportar els cops del seu adversari i la calor.

En el pugilat hi havia unes normes:

- La prohibició del “cos a cos”, no s’admetia l’ocupació simultània del *caestus* i la lluita (els pancracis podien agafar-se, però només es colpejaven amb els punys nus)
- La prohibició dels cops d’intenció mortal. El cop preferit es dirigia al cap, però res indicava que estigués prohibit el cop al tors.

No hi havia *ring* ni assalts. Algú diu que hi havia pauses o descans anunciats pels sons de les flautes.



*Homes que estan practicant el pugilat, és a dir, una lluita amb cops de puny. És una ceràmica de figures negres. Podem veure com hi ha dos púgils lluitant, a la dreta hi ha el jutge amb una vara, i es qui dirigeix la lluita, i a l'esquerra un púgil que es prepara amb les corretges a la mà.*

## *Citius, Altius, Fortius*

Quan un combat amenaçava amb allargar-se indefinidament, donada la igualtat de forces de tots dos púgils, podia dir-se la victòria pel sistema del *clímax*. Es feia un sorteig previ, un dels dos púgils havia d'aguantar, sense moure's, un cop del seu adversari; aquest, al seu torn, havia de fer el mateix, i així fins que un dels dos reconeixia la seva derrota aixecant el braç. Aquest procediment tant expeditiu de resoldre un empat s'havia de fer servir en moments excepcionals.



*Púgil descansant, està situat al Museu de les Termes, de Roma. Aquesta escultura està datada al s. I aC. Es pot veure pel classicisme del cabell i el complet realisme hel·lenístic que desprèn tota l'obra.*

*Es pot observar perfectament el caestus que cobreixen les mans, i també es pot veure l'anell cilíndric que cobreix els seus dits des del naixement d'ells per poder tancar la mà, això es converteix en una arma letal.*

*L'escultura representa el púgil assegut, descansant, respirant fortament i amb la cara plena de ferides (ja que la cara era l'únic objectiu permès en l'antiga lluita.) Altres esports es realitzaven al hipòdrom, si les proves eren hípiques.*



### 2.4.9. LES CURSES DE CARROS I DE GENETS

#### ESPORTS QUE ES REALITZAVEN A L'HIPÒDROM

L' **hipòdrom** era una pista de carreres per cavalls i carros. Durant les èpoques hel·lenística, romana i bizantina, l'hipòdrom equivalia en el món grec al circ en el món romà.

En la seva forma més simple i primitiva, l'hipòdrom consistia en una pista recta, que es recorria una sola vegada d'un extrem a l'altre. La seva gran longitud, normal en una carrera de carros, restava a aquesta, interès i emoció, ja que els espectadors no podien veure la sortida o l'arribada i a vegades tenien que conformar-se en veure la fase del mig. Així doncs es va buscar un sistema, per tal que els concursants passessin més d'una vegada pel davant dels espectadors. Per tant, es van instal·lar als dos extrems de la pista, dues fites, que marcaven el lloc per on els corredors havien de girar.



*Atletes preparats per córrer la cursa de genets. Es poden veure uns quants participants amb els seus cavalls corresponents. És un vas de figures roges, ja que el fons és de color negre i les figures són del color de l'argila.*

Al principi, o fins i tot a l'època clàssica, el hipòdrom mancava d'instal·lacions addicionals. Es reduïa a una pista de carreres, als costats de la qual es



## *Citius, Altius, Fortius*

situaven, de peu o assentats al terra, els espectadors. El públic es col·locava perfectament a prop de les fites, instal·lats als extrems de la pista, que eren els punts més crítics de la carrera.

### **CURSES DE CARROS I DE GENETS:**

L'home s'ha servit del cavall en la guerra des de temps molt llunyans. A Egipte apareixen els carros de guerra com arma decisiva dels exercits faraònics: carros molt lleugers, ocupats per un auriga i un combatent. Els assiris feien servir, en la guerra i en la caça, carros més pesats que els dels egipcis.

En l'època homèrica, essencialment "cavalleresca", els grecs coneixien els carros i els feien servir pel combat, però no tenien exèrcit de cavalleria.

Els guerrers combatien a peu, i rarament, muntats a cavall. Els carros els deixaven abans d'apropar-se a l'enemic. Els deixaven darrera de la línia de combat i tots els contendents, soldats i cabdills, lluitaven com a infants. En decidir la sort de la batalla, els caps muntaven de nou en un carro, que l'auriga havia procurat tenir a prop d'ells, per perseguir a l'enemic o per fugir, segons el cas.



*Àmfora amb el gravat d'una quadriga, carro tirat per quatre cavalls. És una àmfora de figueres negres*



## *Citius, Altius, Fortius*

Per tant, la carrera d'auriga es feia en un terreny lliure. Calia tenir en conte que no només la resistència dels cavalls entre en joc, sinó també la habilitat de l'auriga per trobar el bon camí i adequar la marxa als diferents terrenys. D'aquesta manera, no només contava la velocitat i la resistència dels cavalls i de l'auriga, sinó el valor moral del individu, el seu sentit de l'orientació, la seva sang freda i la seva audàcia, afegint també prudència i serenitat. Guanya el que utilitza la tàctica més adequada.

Més tard, quan es corria en una pista perfectament delimitada, plana i sense obstacles, la tasca de l'auriga quedava simplificada, encara que no exempta de seriosos perills: havia de fer el més ràpid possible un recorregut més o menys llarg i efectuar, entorn la fita, els viratges necessaris, sense perdre velocitat ni equilibri.

Les descripcions de les carreres de carros ens presenten a homes i cavalls envoltats en un espès núvol de pols, això és degut a que la pista era de terra arenós.



*Cavall de bronze del s. VIII aC.  
Les carreres de cavalls muntats  
van tenir lloc per primera  
vegada a Olímpia a l'any 648  
aC.*

El vehicle de la competició era l'antic carro de guerra homèrica, baix i lleuger. Constava de dues rodes, de quatre radis cada una, i d'una petita plataforma,



## *Citius, Altius, Fortius*

assentada sobre un eix i lleugerament inclinada cap enrere. Sobre ella l'auriga, de peu, amb les regnes a la mà esquerra i el fuet a l'altre mà, guiava dos (**biga**) o quatre (**quadriga**) cavalls, junyits, a banda i banda de la llança del carro.

Quan es corria amb dos cavalls (biga), recorrien de 6 a 8 km. Si es corria amb quatre cavalls (*quadriga*) recorrien 14 km.

El cavall muntat va anar ocupant un lloc cada vegada més important en els exèrcits i en els jocs públics.

El vencedor no era ni el genet ni l'auriga, sinó el propietari dels cavalls i dels carros.



*Els nois atenesos generalment aprenien a muntar a cavall entre els 14 i 18 anys. En la il·lustració podem veure una escultura d'un genet i el seu cavall. Aquesta escultura la podem veure al Museu Nacional d'Atenes.*





## 2.5. EL SANTUARI D'OLÍMPIA

---

El santuari d'Olímpia està situat a la regió de l'Élide, a l'oest de la península del Peloponnès. Aquest santuari, dedicat a Zeus, està íntimament lligat no només a la història dels antics grecs, sinó també a la cultura esportiva del món modern, ja que aquí s'encén cada quatre anys la torxa que inaugura la versió actual dels Jocs Olímpics.

El santuari disposava de dues grans àrees, una destinada a l'organització i als actes religiosos i una altra que agrupava els edificis destinats exclusivament a la competició esportiva. El recinte sagrat estava emplaçat al centre d'un bosc, l'Altis, al peu d'un pujol dedicat al déu Zeus.

L'heroi grec Hèrcules, va plantar allí l'olivera silvestre de la qual es prenen les branques per fabricar les corones dels vencedors. El lloc sagrat es trobava envoltat d'arbres i el seu recinte estava limitat per un mur baix que servia per indicar on començava el terreny consagrat als déus. En el centre del bosc sagrat s'elevava l'altar de cendres de Zeus, on es manifestava aquest déu a través d'un oracle que interpretaven els sacerdots mitjançant el foc. El foc l'encenia el vencedor de la primera prova del pentatló, la qual cosa dona lloc a l'actual cerimònia de la torxa olímpica.

Els edificis religiosos més ben conservats són el Temple d'Hera i el Temple de Zeus.

### **TEMPLE D'HERA:**

Aquest temple, dedicat a la deessa Hera, és un dels primers edificis que va ser construït. És meitat de pedra, meitat de fusta. Les columnes de fusta s'anaven reemplaçant successivament per altres de pedra.

És un temple que marca l'arquitectura arcaica i pertany al segle VII aC.

Una de les ofrenes que hi havia en el temple era l'estàtua d'Hermes amb Dionís.



## *Citius, Altius, Fortius*



*Podem observar les ruïnes del Temple de Hera. No s'ha pogut conservar gairebé, simplement l'estructura, i alguns pilars.*

### **TEMPLE DE ZEUS:**

Aquest temple es va convertir en el temple dòric canònic per excel·lència. Va ser construït entre els anys 470-457 aC.

Es conserven bona part de les columnes caigudes, però de la seva decoració escultòrica queda pràcticament tot.

*Reconstrucció del que podria haver estat el Temple de Zeus.*





## *Citius, Altius, Fortius*

En un dels frontons està representada una disputa entre els grecs lapitas i els Centaures, parents seus, que durant unes noces es van emborratjar i van intentar segrestar les dones.

L'altre frontó narra la història de Pélops i Enómeu. Aquest era un rei del Peleponnès al que Posidó va regalar dos cavalls invencibles amb els quals ratava a una carrera de carros a tots els pretendents de la seva filla, matant-los en el moment de sobrepassar-los. El jove Pélops va voler participar a la carrera per casar-se amb la jove Hipodàmia, filla del rei. Ajudat per Posidó, va vèncer a la carrera i va acabar convertint-se en l'heroi del Peleponnès.

A l'interior del temple es trobava l'estàtua de Zeus, de 12 metres d'alçada, considerada una de les Set Meravelles del Món. Aquesta estàtua, avui desapareguda, representava el déu assegut en el seu tron i era de fusta recoberta d'or, excepte les parts visibles del cos, que eren d'ivori. Després de la desaparició dels Jocs Olímpics va ser portada a Bizanci, on va ser cremada al segle VI.

La zona esportiva estava disposada en forma d'U al voltant de l'Atis i contenia espais destinats sobretot als atletes, perquè poguessin allotjar-se, entrenar o competir. Sens dubte destacaven la palestra, l'estadi i l'hipòdrom.

*Podem veure les ruïnes d'una de les parts del Temple de Zeus.*





## *Citius, Altius, Fortius*

### **LA PALESTRA:**

La palestra, a Grècia era l'annex del gimnàs i el lloc de trobada i entrenament dels atletes. Les palestres consistien en un simple pati central cobert de sorra, i envoltat d'edificis baixos. Després, en el període hel·lenístic, en complicar-se el gimnàs fins a arribar a un complex arquitectònic, es va ampliar el pla de la palestra afegint-li vestidors, banys i sales per determinats edificis.



*Podem veure la palestra, situada a Olímpia. Únicament se'n conserva l'estructura de la planta i els pilars.*

### **L'ESTADI:**

La pista de l'estadi era una esplanada rectangular de sorra de 192,97 m de longitud envoltada per uns taulons que complien la funció de graderies. Tenia una capacitat per unes 40.000 persones.

A l'estadi es celebraven totes les competicions que no eren hípiques. L'accés a l'estadi es realitzava a través d'un passadís amb arcs.

Allà es realitzaven les diferents modalitats de carrera, lluita i el pentatló.



## *Citius, Altius, Fortius*



*Podem observar les ruïnes de l'estadi d'Olímpia. Possiblement aquest arc fou una entrada o el passadís per accedir a l'estadi. En aquest cas la conservació tampoc és gaire bona*

### **L'HIPÒDROM:**

De l'hipòdrom no n'ha quedat cap resta visible, a excepció de l'àmplia plana en què es realitzaven les carreres de cavalls i les carreres de carros.

La seva longitud aproximada era de dos estadis. Els cavalls corrien donant voltes a l'espina o mur central.



### 2.6. ATLETES

---

Són molts dels atletes que podríem parlar, però n'hi ha un que no vull passar per alt: Lucis Minici Natal, primer barceloní campió olímpic en la 227ens Jocs olímpics.

#### **LUCI MINICI NATAL:**

Luci Minici Natal Quadroni (en llatí, *Lucius Minicius Natalis Quadronius*), va néixer a Barcelona al 97 dC.

Té nombroses inscripcions que s'han conservat, repartides per quasi totes les diverses províncies en que es va desenvolupar la seva carrera política; des del Danubi fins al nord d'Àfrica i des de Britania fins a la Dàcia (actual Romania). Era fill d'un senador que vivia a Bàrcino (L'actual Barcelona) que tenia una bona posició social.

Igual que el seu pare, Luci Minici va fer carrera política, i va gaudir de la confiança de tres grans emperadors (Trajà , Adrià i Antoni Pius). Tot i així, si avui recordem Luci Minici Natal no és per aquests fets, sinó pel fet més anecdòtic de ser l'únic barceloní que se sap que va participar, i a més va vèncer en els Joc Olímpics de l'antiguitat.

La manera en que ho va fer no deixa de ser curiós i fins i tot surrealista, com a mínim mirat amb els ulls del fer actual. Aquesta és la història:

Per poder disputar els jocs va deixar Barcino i es va instal·lar a Tarraco, la ciutat més important de la Tarraconense romana i on es celebraven unes curses de quadrigues classificatòries pels Jocs Olímpics.

Per guanyar la cursa, Luci Minici va contractar el millor conductor de quadrigues per que participés en nom seu, ja que les persones de posició no baixaven a l'arena del circ, sinó que feien lluitar els seus esclaus. Així va ser com el conductor de quadrigues contractat per en Luci va guanyar la cursa i, per tant, es va classificar per anar a Grècia.



## Citius, Altius, Fortius

Un cop allà tornà a guanyar i així va ser com per sempre més va quedar la inscripció:

*“Luci Minici, natural de Barcelona, va guanyar la 227 Olimpíada”*

Curiosament, de l'esclau que el va fer guanyar la carrera i la glòria no se'n sap ni el nom.

En motiu dels Jocs Olímpics del 1992, es va encarregar una còpia de la inscripció conservada a Olímpia, i que la podem veure a Montjuïc.



Rèplica de la base de la quadriga vencedora que Luci Minici va deixar al santuari d'Olímpia com a donació commemorativa.

Inscripció que podem llegir a la base de la quadriga.

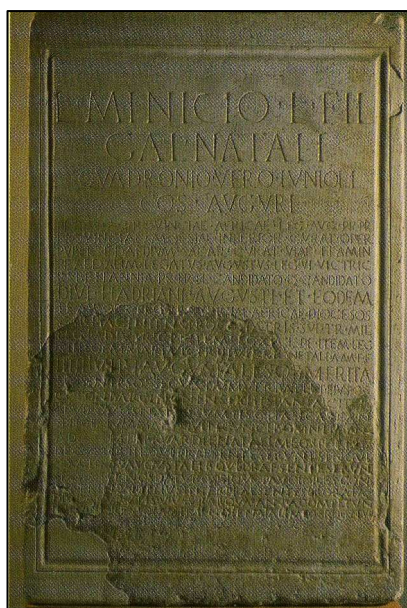
Λ. ΜΙΝΙΚΙΟΣ] ΝΑΤΑΛΙΣ ΣΤΡΑΤΗΓΙΚΟΣ ΟΛΥΜΠΙΑΔΙ Σ Κ Ζ ΑΡΜΑΤΙ  
ΤΕΛΕΙΩ ΝΕΙΚΗΣΑΣ ΑΝΕΘΕΚΕΝ ΤΟ ΑΡΜΑ. ΥΠΑΤΟΣ ΑΝΘΥΠΑΤΟΣ  
ΛΙΒΥΗΣ

*“El pretor Luci Minici Natal, després de vèncer amb el carro indemne en els 227ens Jocs Olímpics, va fer donació del carro. Va ser cònsol i procònsol de Líbia.”*

Malgrat que el servei a l'imperi va allunyar tant el pare com el fill de Barcino, no van oblidar-se'n, com demostren dues inscripcions que podem veure en el Museu d'arqueologia de Catalunya



## *Citius, Altius, Fortius*



*Inscripció procedent de Barcino (Barcelona) de Luci Minici Natal, campió olímpic a la 227a Olimpíada (any 129 dC) en la que es pot llegir tota la seva carrera política i les seves disposicions testamentàries, entre les quals figura el lliurament de 100.000 sestercis. Està conservada al MACBarcelona (AMAC-B).*

*Jo mateixa vaig poder veure una rèplica que hi ha al museu Olímpic de Barcelona.*





**3.**

**JOCS OLIMPICS MODERNS**



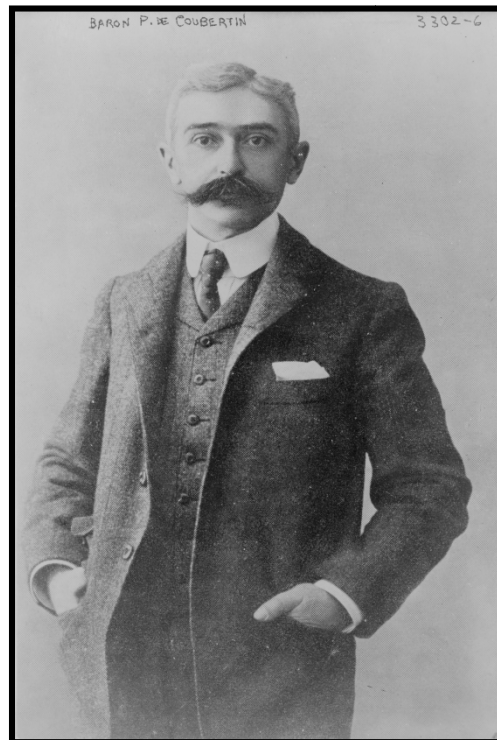
### 3.1. HISTÒRIA:

---

Al s. XVIII es va descobrir el santuari on s'havien celebrat els Jocs Olímpics de l'antiga Grècia, i s'hi va començar a excavar per recuperar les restes del santuari.

Al s. XIX, al juny del 1896, gràcies a l'impuls del baró Pierre de Coubertin, van ser restaurats els Jocs Olímpics i fins l'actualitat que s'estan practicant. Es van restablir els Jocs Olímpics amb la finalitat de fomentar la unió entre els diversos pobles, simbolitzada per les anelles entrelaçades que representen els cinc continents agermanats per l'esport.

*Retrat de Pierre de Coubertin. Nascut a París (França), prové d'una família benestant, el pare de Coubertin, desitjava que el seu fill fos militar, però el seu temperament sensible, va xocar amb la dura disciplina de l'Escola especial militar de Saint-Cyr. De cop i volta, va penjar les armes i estudià pedagogia.*



Tot i que sempre s'ha atribuït a França i a Pierre de Coubertin la creació dels Jocs Olímpics Moderns, la veritat és que el primer intent es va fer a Grècia, gràcies a l'entusiasme d'un grec anomenat Evangelios Zappas, molt abans de que es pensés fer-ho a França. És així com Grècia va ser el primer en pensar en crear uns Jocs Olímpics Moderns.



## *Citius, Altius, Fortius*



*Estàtua del Baró Pierre de Coubertin al Centennial Olympic Park d'Atlanta.*

*Podem veure'l representat a ell, i també el símbol més important dels Jocs Olímpic, les anelles.*

Tot i això, degut a la falta d'entusiasme i recolzament d'altres països, l'intent no va sortir bé. També va fallar ja que el patrocinador no tenia moltes idees d'organització, a diferència d'en Pierre de Coubertin, que va buscar líders de l'atletisme escolar universitari que li poguessin donar el seu suport.

El juny del 1894 es va acordar de restablir els Jocs Olímpics. Tot seguit foren adoptats els següents principis:

- La creació d'un comitè Olímpic Internacional (COI), independent del Comitè de cada estat i dels moviments esportius.
- L'organització dels jocs cada quatre anys.
- Una igualtat absoluta entre tots els esportistes admesos en el COI.
- L'exclusió de les dones, reservant l'aplec solament a atletes masculins, com a l'antiga Grècia. El 1928, a Amsterdam, fou acceptada per primera vegada la participació de les dones en les proves d'atletisme.



## *Citius, Altius, Fortius*



*Cartell publicitari d'uns Jocs Olímpics Moderns. –La datació és incerta.*

*Hi podem veure una inscripció en grec antic que vol dir Jocs Olímpics*

*Representa un altar, possiblement on es portaven a terme sacrificis als deus o be relacionats amb els Jocs Olímpics.*

Encara avui la flama olímpica surt cada quatre anys de les ruïnes del santuari d'Olímpia fins a la seu elegida per celebrar els Jocs. A l'antiga Olímpia la flama cremava en l'altar de la deessa Hèstia. La flama olímpica també està inspirada en la cursa de torxes, una cursa de relleus d'Atenes en la qual els atletes corrien amb una torxa que es passaven com a testimoni.

Des de la seva restauració s'han organitzat a Atenes (1896), París (1900), Saint Louis (1904), Londres (1908), Estocolm (1912), Berlín (1916, tot i que no es van celebrar), Anvers (1920), París (1924), Amsterdam (1928), Los Angeles (1932), Berlín (1936), Hèlsinki (1940, tot i que no es van celebrar), Londres (1944, tot i que no es van celebrar), Londres (1948), Hèlsinki (1952), Melbourne (1956), Roma (1960), Tòquio (1964), Mèxic (1968), Munic (1972), Mont-real (1976), Moscou (1980), Los Angeles (1984), Seül (1988), Barcelona (1992), Atlanta (1996), Sidney (2000), Atenes (2004), i Pequín (2008)

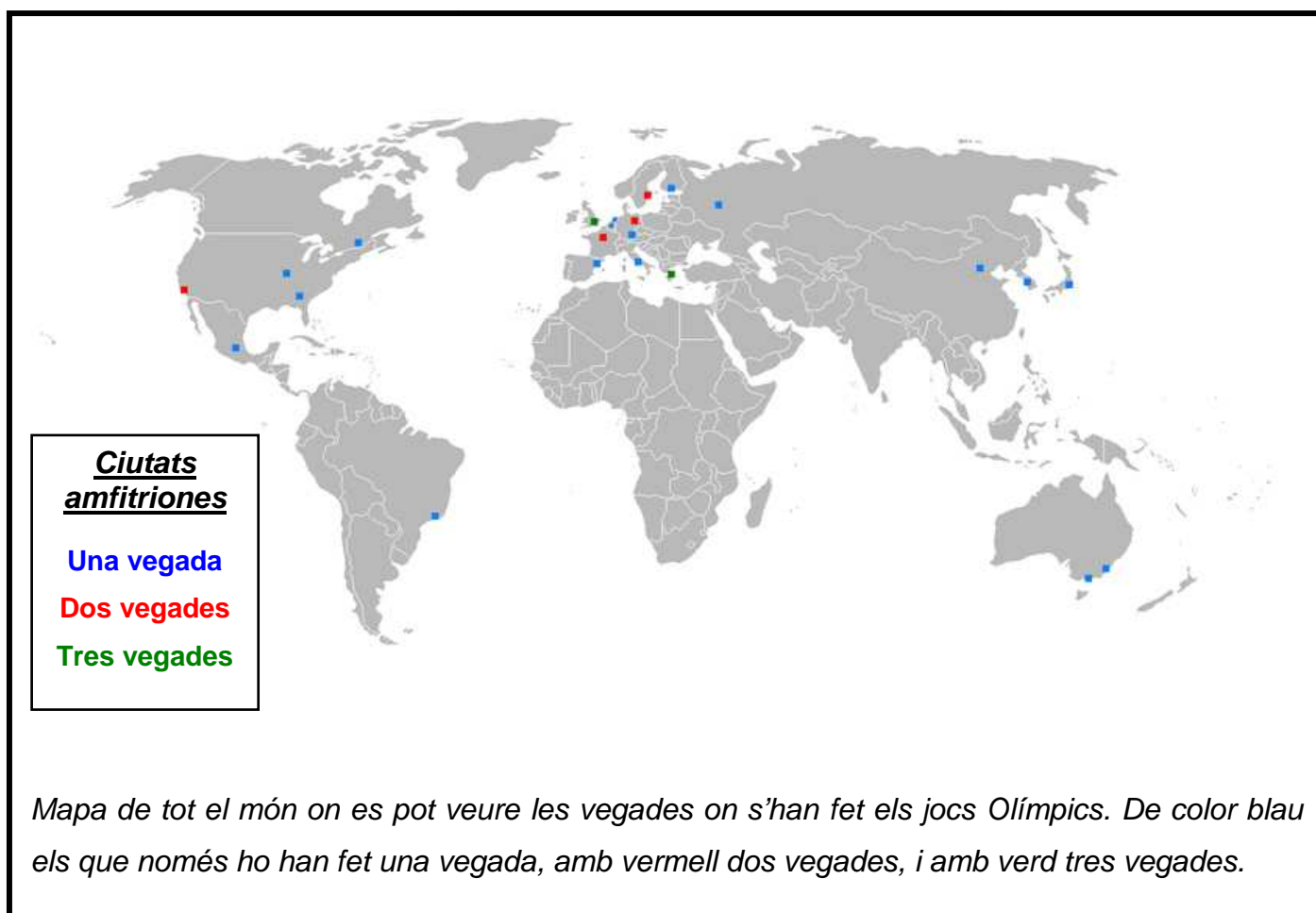
Des del 1924, també se celebren els Jocs Olímpics d'Hivern i des del 1960, uns Jocs Paralímpics.



## Citius, Altius, Fortius



*Imatge de la torxa a Olímpia, possiblement és la torxa que encenen abans que comencin els jocs olímpics, la que surt d'Olímpia i que va al lloc on es realitzen els Jocs Olímpics.*





## 3.2. ORGANITZACIÓ DELS JOCS OLÍMPICS MODERNS

Actualment els Jocs Olímpics tenen una durada aproximada de dues setmanes i s'inicien amb una cerimònia d'obertura, que consisteix en la desfilada dels participants, l'arribada de la flama olímpica, portada per atletes des d'Olímpia i que encén la torxa que presidirà els jocs, i en el jurament olímpic sota la bandera blanca amb els cinc cercles que representen les cinc parts del món. Els jocs s'acaben amb una altra cerimònia de clausura.

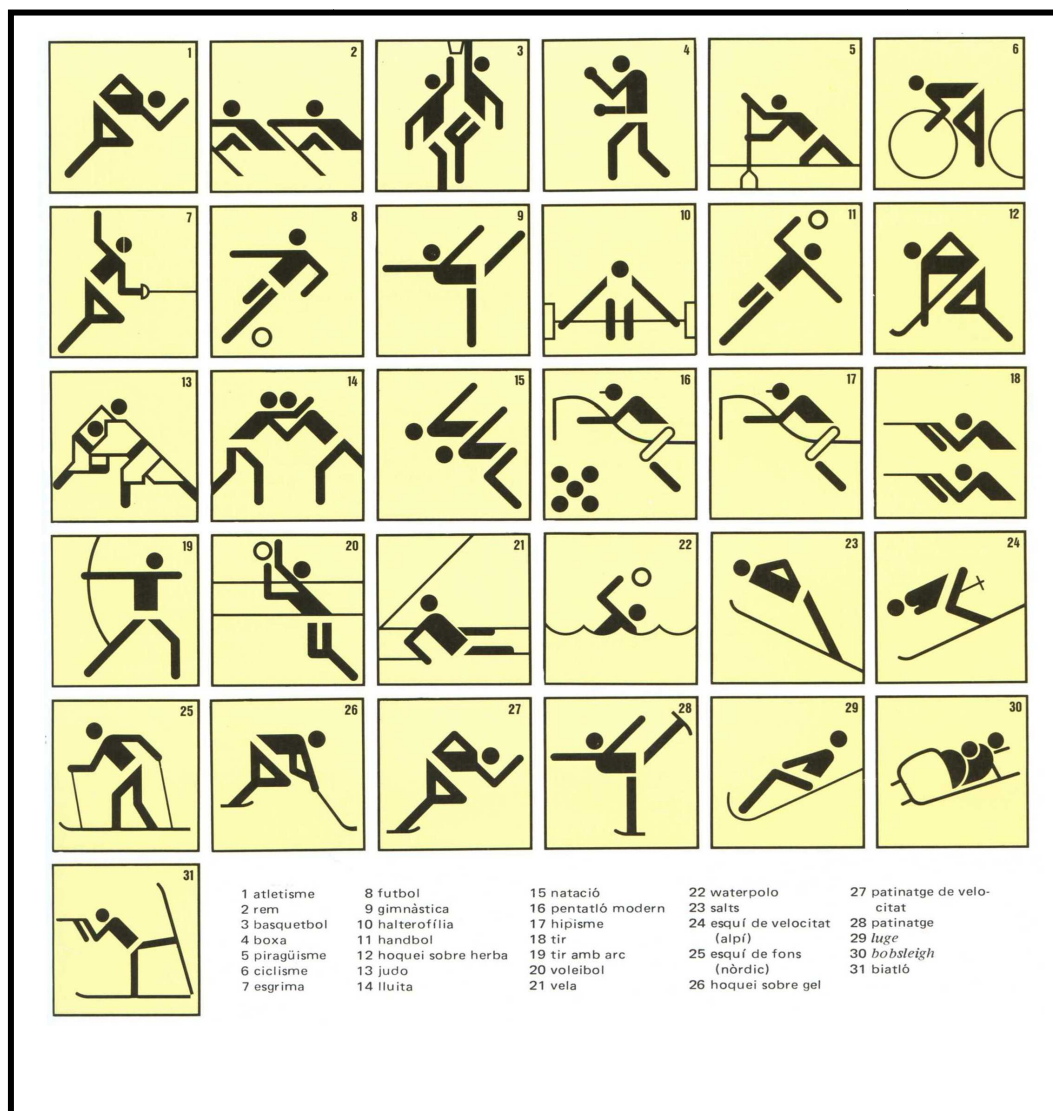
Només poden participar en els Jocs Olímpics atletes que representin estats sobirans i pobles amb sobirania limitada o inexistent, com les Bahames, les Bermudes, Hong – Kong, Puerto Rico, etc.. Andorra, que té comitè olímpic, ha estat l'únic poble dels Països Catalans que hi ha participat amb equip propi.

En tots els esports es premien els tres primers classificats amb una medalla d'or, una d'argent i una de bronze, i es distingeixen les categories masculina i femenina.





## Citius, Altius, Fortius



El nombre d'esports en competició s'ha anat ampliant de manera progressiva i el país organitzador té dret a incloure'n a títol d'esports d'exhibició. Per exemple, en els Jocs Olímpics de Barcelona, els esports que es van incloure van ser: atletisme, boxa (masculí), ciclisme, esgrima, gimnàstica, halterofília (masculí), hípica, judo, lluita, natació (inclosos salts de trampolí i de palanca, natació sincronitzada i waterpolo), pentatló modern (masculí), piragüisme, rem, tir, tir amb arc, vela, bàdminton, tennis, tennis de taula, beisbol, basquetbol, handbol, hoquei sobre herba, voleibol i futbol. D'exhibició es celebraren competicions d'hoquei patins, pilota basca i taekwondo.



### 3.3. SIMBOLS DELS JOCS OLÍMPICS

#### **ANELLS OLÍMPICS I BANDERA OLÍMPICA:**

El moviment olímpic utilitza símbols per representar els ideals consagrats en la Carta Olímpica. El símbol olímpic més conegut: els Anells Olímpics, on els cinc anells estampats representen els cinc continents.

La visió dels anells en color blau, groc, negre, verd i vermell sobre el fons blanc dona lloc a la bandera olímpica. Aquests colors representen la totalitat dels colors presents en les banderes nacionals d'aquell moment.

La bandera va ser adoptada pel COI l'any 1914, però va ser utilitzada per primera vegada als Jocs Olímpics d'estiu de 1920 realitzats a Anvers (Bèlgica).



*Representació de les anelles olímpiques*

#### **HIMNE OLÍMPIC:**

És una composició creada pel músic Spyridon Samaras i el poeta Kostis Palamas. Aquesta peça fou creada per als Jocs Olímpics d'estiu de 1896 realitzats a Atenes (Grècia), posteriorment cada seu realitzà una composició pròpia. El Comitè Olímpic Internacional el declarà oficial el 1958, i en els Jocs Olímpics d'estiu de 1964 a Tòquio (Japó) ja s'interpretà a l'hissada de la bandera olímpica.





## *Citius, Altius, Fortius*

Tot i que la lletra original és en grec, cada ciutat organitzadora acostuma a interpretar-la en el seu idioma. En els casos dels Jocs Olímpics d'estiu de 1992 realitzats a Barcelona aquest himne es cantà en català a la cerimònia d'Obertura i en castellà a la de Clausura.

### **LEMA OLÍMPIC:**

El lema es considera "*Citius, Altius, Fortius*", traduït del llatí "més ràpid, més alt, més fort".Coubertin posteriorment expressà els seus ideals mitjançant aquesta frase:

*"El més important en els Jocs Olímpics no és guanyar, sinó participar, igual que el més important a la vida no és el triomf sinó la lluita. L'essencial no és haver vençut, sinó haver lluitat bé."*

*P. Coubertin.*

### **FLAMA OLÍMPICA:**

Mesos abans de realitzar-se la cerimònia d'obertura es realitza una cerimònia per tal de recordar rituals de l'antiga Grècia.



*Fotografia del moment en que s'encen la flama olímpica.*

*Paavo Nurmi és el que està encenent el peveter olímpic als Joc Olímpics d'estiu de 1952 d'Hèlsinki*



## *Citius, Altius, Fortius*

Una actriu, actuant com una sacerdotessa vestal, encén una torxa mitjançant l'ús d'un mirall parabòlic que capta els raigs solars. Un cop encesa la primera torxa encén la torxa al primer relleu, iniciant així una cursa de relleus que portarà la flama a l'estadi Olímpic de la ciutat escollida.

### **LOGOTIP I CARTELL:**

Cada ciutat candidata per a esdevenir seu d'un dels Jocs Olímpics d'estiu o d'hivern crea un logotip i un cartell que es convertirà en la seva senyal d'identitat arreu del món.



*Representació dels possibles candidats als jocs Olímpics dels 2012. Londres va ser escollida.*



## *Citius, Altius, Fortius*

### **MASCOTA OLÍMPICA:**

En els Jocs Olímpics d'hivern de 1968 realitzats a Grenoble (França) el Comitè Organitzador creà una mascota per a representar el patrimoni cultural del país amfitrió.

Es converteix en una de les senyals d'identitat de cada joc, especialment amb l'osset Misha dels Jocs Olímpics d'estiu de 1980 de Moscou (Unió Soviètica) i el gos Cobi dels Jocs Olímpics d'estiu de 1992 de Barcelona (Espanya)



***Misha***; *mascota olímpica de Moscou 1980*



**4.**

**ELS JOCS OLÍMPICS DE  
BARCELONA 92:**



## 4.1. INTRODUCCIÓ

---

Els Jocs Olímpics d'estiu de 1992, oficialment Jocs Olímpics de la XXV Olimpíada, es van celebrar a la ciutat de Barcelona entre els dies 25 de juliol i 9 d'agost de 1992. Hi participaren 9.356 atletes de 169 comitès nacionals, que competiren en 32 esports i 286 especialitats.

La cerimònia inaugural va tenir lloc al remodelat Estadi Olímpic de Montjuïc al qual posteriorment se li va donar el nom de Lluís Companys. Aquest va ésser inaugurat en ocasió de l'Exposició Internacional de Barcelona de 1929 i fou renovat completament per tal d'acollir els Jocs Olímpics de Barcelona'92, de l'antic estadi només se'n va conservar la façana.

Amb motiu dels Jocs Olímpics de 1992, al voltant d'aquest estadi s'hi aixecà l'Anella Olímpica, formada per les piscines Picornell, les piscines de salts de Montjuïc, el camp d'hoquei de Pau Negre, el Palau Sant Jordi, l'edifici de l'INEFC i d'altres instal·lacions.

També es construïren noves instal·lacions arreu de la ciutat, com el poliesportiu de l'Espanya Industrial al barri d'Hostafrancs, on es desenvoluparen les competicions d'halterofília.



## 4.2. ELEMENTS DELS JOCS:

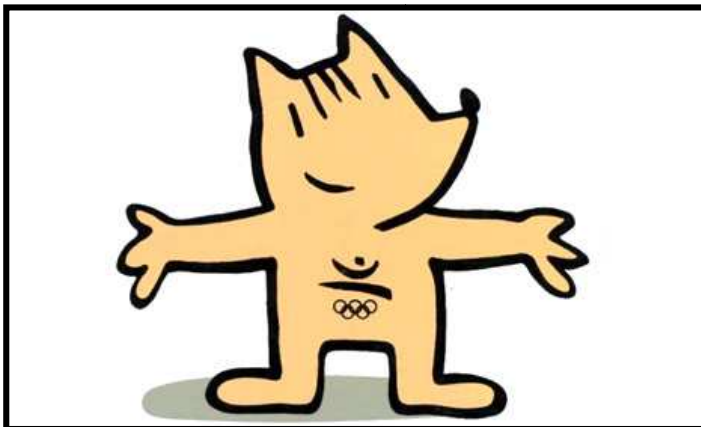
---

### EL LEMA:

El lema de Barcelona'92 era: "Amics per sempre"

### MASCOTA OLÍMPICA:

La mascota olímpica escollida per a representar els Jocs fou **Cobi**, un gos d'atura català dissenyat en estil cubista pel valencià Xavier Mariscal. La seva presentació es va fer el 1987 i el seu nom prové del COOB, el Comitè Organitzador de les Olimpíades de Barcelona.



*Mascota de Barcelona'92,  
Cobi*

### TORXA OLÍMPICA:

La torxa olímpica dels Jocs Olímpics d'estiu de 1992 va ser dissenyada pel català André Ricard. En ella hi figura el lema "XXV OLIMPIADA BARCELONA 1992" així com el logotip dels Jocs. La torxa va visitar en 39 dies les 17 comunitats autònomes, recorrent més de 6.000 km. Va passar per 652 localitats i es va aturar en 60 d'elles, participant-hi un total de 9.500 portadors.



## Citius, Altius, Fortius



*Torxa olímpica dels Jocs Olímpics 92. És pot veure la inscripció "XXV OLIMPIADA BARCELONA 1992"*

### **MÚSICA:**

L'any 1987 Freddie Mercury i Montserrat Caballé van gravar la cançó *Barcelona*, peça principal de l'àlbum del mateix nom i que va servir de promoció de la ciutat per tal d'aconseguir els Jocs. La cançó s'havia d'interpretar en la Cerimònia d'Obertura però la prematura mort del cantant britànic vuit mesos abans de l'inici dels Jocs impedí aquest fet.

*Freddie Mercury i Montserrat Caballer.*

*Per Freddie Mercury, Montserrat Caballer era una de les seves cantats d'òpera preferides. El seu somni era cantar amb ella, i ho va aconseguir, encara que malauradament no va poder ser a la cerimònia d'obertura dels Jocs Olímpics.*





## *Citius, Altius, Fortius*

L'any 1992 Andrew Lloyd Webber i Bon Black composaren la cançó *Amics per sempre*, que fou interpretada per Sarah Brightman i Josep Carreras durant la Cerimònia d'Obertura dels Jocs. En la cerimònia de Clausura la mateixa cançó fou interpretada pel grup de rumba Los Manolos.





## 4.3. CERIMÒNIES:

### CERIMÒNIA D'OBERTURA:

La cerimònia d'obertura, realitzada a l'Estadi Olímpic de Montjuïc, va tenir lloc el dia 25 de juliol de 1992 i va contar amb la presència dels reis Joan Carles I i Sofia de Grècia.

A l'inici de la cerimònia es va representar per part del grup La Fura dels Baus, l'escena mitològica d'Hèracles separant els continents d'Europa i Àfrica, creant el mar Mediterrani i el futur naixement de la ciutat de Barcelona.



*Diferents moments de la cerimònia d'inaguració dels Jocs Olímpics Barcelona'92*

Posteriorment participaren els cantants Victòria dels Àngels, Jaume Aragall, Teresa Berganza, Montserrat Caballé, Josep Carreras, Plácido Domingo, Alfredo Kraus i Joan Pons; els músics Carles Santos o Ryuichi Sakamoto; i hi



## *Citius, Altius, Fortius*

feren presència diversos elements de la cultura catalana com els castellers i la sardana, així com elements de les diverses regions d'Espanya com poden ser els timbalers d'Aragó, les bandes musicals representant el sud de Catalunya i el País Valencià, el flamenc i les sevillanes andaluses i la jota.

Al llarg de la cerimònia es va reproduir escenogràficament exemples de la millor pintura espanyola i particularment catalana, mostrant vestits i imatges arquitectòniques d'Antoni Gaudí i obres pictòriques de Salvador Dalí, Joan Miró i Francisco de Goya.

Amb un repic de tambors l'arquer Antonio Rebollo va encendre el peveter olímpic mitjançant el llançament d'una fletxa amb el foc olímpic cremant a la seva punta, el moment més esperat de la cerimònia.

Més tard, l'alcalde Pasqual Maragall va pronunciar en el seu discurs diverses frases a favor de la pau a l'antiga Iugoslàvia (en aquells moments era vigent la Guerra dels Balcans). L'alcalde va iniciar el seu discurs parlant de l'Olimpíada Popular de 1936, que es va avortar a conseqüències de la Guerra civil espanyola. Tot el discurs va ser pronunciat en les quatre llengües oficials dels Jocs Olímpics, el català, castellà, francès i anglès.

### **CERIMÒNIA DE CLAUSURA:**

En la cerimònia de clausura, realitzada el dia 9 d'agost a l'Estadi Olímpic de Montjuïc, el president del Comitè Olímpic Internacional (COI), Joan Antoni Samaranch, va declarar que els de Barcelona havien estat els millors Jocs Olímpics de la història. L'afirmació va ser corroborada per tots els mitjans de comunicació internacionals i atletes de tots els països, que van tenir en compte la modèlica organització, l'absència d'incidents, la massiva participació de ciutadans voluntaris, la comoditat i bellesa de les instal·lacions i, sobretot, el gran suport popular dels ciutadans barcelonins, que van rebre els jocs amb un



## *Citius, Altius, Fortius*

entusiasme que va propiciar que la ciutat visqués un gran ambient festiu durant tot l'esdeveniment.

Cap al final de la cerimònia de clausura, enmig d'una pluja de focs artificials, Cobi, la mascota olímpica va desaparèixer, navegant per l'aire en un vaixell de paper.



*Espectacular imatge aèria de la cloenda dels Jocs Olímpics de Barcelona'92. Manuel Huerga va ser el director de les cerimònies d'Inauguració i clausura dels XXV Jocs Olímpics.*

### **LA FLAMA OLÍMPICA:**

Al principi de tot no era segur que la flama arribés a Empúries, altres llocs com Tarragona i Palos de la Frontera, volien també l'arribada de la flama a la seva ciutat. Tot i això, Empúries va tenir uns factors que la van ajudar:

- El primer i el més important va ser la raó històrica i el simbolisme que representa Empúries com la ciutat d'occident més allunyada de Grècia fundada pels grecs i, per tant, la possibilitat que ens donaven els Jocs



## *Citius, Altius, Fortius*

- Olímpics d'agermanar els dos extrems del que fou i ha significat per a nosaltres, la civilització hel·lènica.
- El segon factor a destacar és que, des del primer moment, el COOB'92 i el seu president, Pasqual Maragall, ho varen tenir clar; així com la Diputació de Barcelona, propietària aleshores de les Ruïnes i Museu d'Empúries, que va endegar un important i ambiciós projecte museístic i de difusió del Conjunt Monumental (remodelació del Museu, potenciació de la recerca i les excavacions, inauguració de l'audiovisual...)
  - També va ajudar moltíssim les adhesions de moltes institucions gironines: ajuntaments, Consell Comarcal i Diputació de Girona, aquesta última col·laborant en el finançament d'una part de les obres; així com també la complicitat i ajut que van rebre de dos escalencs estretament vinculats als Jocs Olímpics de Barcelona: Xavier Rubert de Ventós i Ignasi Masferrer, membre de la candidatura de Barcelona des dels seus inicis, president de l'Associació Barcelona 92 i Director de Relacions Externes del COOB des de 1988 fins a la seva mort.
  - Finalment, la ferma voluntat de tots els escalencs i escalenques que, amb el seu ajuntament al capdavant, van ser conscients de la seva responsabilitat, del moment històric que podíem viure i, en definitiva, de les enormes possibilitats de projecció externa que els podia donar ser els protagonistes d'un esdeveniment únic i irrepetible.

Al llarg de l'any 1992 i fins el dia 13 de juny, es varen organitzar tot un seguit d'actes culturals, esportius i lúdics que podríem considerar els actes previs l'arribada de la Flama. El detall d'aquests actes és el següent:

- 21 de febrer. Conferència-col·loqui d'Alfred Fernández de la Reguera, arquitecte-redactor del Pla Especial d'Empúries, sobre el tema *Empúries 92, present i futur de les obres*.
- 22 de febrer. Entrevista pública al pilot automobilístic Salvador Servià
- 5 de març. Conferència-col·loqui de Jordi Pardo, Comissionat del projecte Empúries per la Diputació de Barcelona, sobre *Les Ruïnes d'Empúries i el seu entorn territorial*.



## *Citius, Altius, Fortius*

- 11 d'abril. Presentació del llibre *Empúries-Olímpia*, de Josep Valls i Dimitri Papastamos. Inauguració de l'exposició d'olis i dibuixos sobre Empúries i Olímpia, de Lluís Roura, que il·lustren aquest llibre.
- 16 de maig. Inauguració de l'exposició i presentació del llibre *Girona Olímpica*, publicat per la galeria El Claustre de Girona.
- 6 de juny. Inauguració de la III exposició de fotografies de Josep Esquirol *Empúries*, precedida d'una conferència del Dr. Pere de Palol, professor emèrit d'arqueologia de la Universitat de Barcelona.
- 6 de juny. Estrena mundial, a l'església de Sant Martí d'Empúries, del *Concert d'Empúries*, d'Eduardo Rincon, a càrrec de l'Orquestra de Cambra del Palau de la Música Catalana.
- 8 de juny. Inauguració de l'exposició filatèlica *Expofil, Empúries 92*, organitzada per la Societat Filatèlica Gironina.
- 11 de juny. Inauguració de la carretera i variant de Sant Martí d'Empúries.
- 11 de juny. Inauguració de l'escultura de Rosa Serra, *Lampadòfor* (el portador de la llum), al Mirador de l'Oberta.
- 11 de juny. Inauguració del Passeig Marítim d'Empúries.
- 12 de juny. Audició de sardanes, cantada d'havaneres i ball de nit amb motiu de la inauguració de la seu provisional de la Llar de Jubilats.
- 12 de juny. Assaig general de la cerimònia de benvinguda de la Flama enmig d'una preocupant i fina pluja.
- 13 de juny. Presentació del llibre *Pierre de Coubertin, història d'una frustració* d'Andreu Mercè Varela i conferència del mateix autor sobre el *Significat de la Flama*.

El dia 13, es va llevar amb un canvi de temps sorprenent. El sol lluïa esplèndid i el mar estava tranquil i encalmat. Al capvespre, quan el sol rogent començava el seu declivi, una munió d'embarcacions fondejades en el mar quiet serè de la badia i desenes de milers de persones repartides entre la platja i les Ruïnes, contemplaven com el remar acompassat dels mariners acostava, lentament, el Caro d'Art Icària cap a terra ferma i del qual, una vegada ancorat a la llongada



## *Citius, Altius, Fortius*

de la platja, just al costat del Moll Grec, en baixava l'actriu Marian Aguilera que duïa, a les mans, la làmpara amb el foc que, vuit dies abans, s'havia encès al Temple d'Hera, a la ciutat grega d'Olímpia. Començava així l'acte de benvinguda de la Flama Olímpica dels XXV Jocs Olímpics.

Acabada aquesta emotiva cerimònia a les Ruïnes d'Empúries, la Flama seria conduïda per rellevistes escalencs fins a la Platja de l'Escala, on rebria l'efusiva benvinguda de milers de persones vingudes d'arreu, amb un espectacle piromusical i els parlaments de l'Alcalde de la vila i del President de la Generalitat. La festa acabaria al Camp d'esports Miramar amb l'espectacle de foc, aigua i aire Geofànic i un ball de fi de festa que es va perllongar fins a altes hores de la matinada.

L'endemà al matí, i després de passar la nit al vestíbul de l'Ajuntament, on va rebre la visita de milers de persones, la Flama era emotivament acomiadada per tot el poble de l'Escala, per iniciar un llarg recorregut de més de 2.500 quilòmetres que la portaria, amb relleus de 500 metres cadascun, a través dels quatre extrems de l'Estat, fins a arribar el dia 25 de juliol, a l'Estadi Olímpic de Montjuïc per presidir la inauguració dels Jocs olímpics de Barcelona.



*Dos moments de l'encesa de la flama olímpica al pavelló de Montjuïc. L'arquer Rebollo va ser qui va tirar la fletxa encesa.*



◀ MAÑANA SE CIERRA LA RONDA LITORAL POR OBRAS • PÁG. 36 ▶

# LA VANGUARDIA

DOMINGO, 14 DE JUNIO DE 1992

Fundada en 1881 por don Carlos y don Bartolomé Godó

Número 39.701 200 pts.

## Narcís Serra llama a la renovación del PSOE

*El vicepresidente señala tres ejes de actuación: principios éticos, trabajo pragmático y diálogo abierto en el partido y con la sociedad • página 13*



Empúries recibe la llama griega

### La antorcha olímpica ya corre por Cataluña

SANT MARTÍ D'EMPÚRIES. - El fuego olímpico llegó anoche al puerto de Empúries, procedente de Olimpia, en un emocionante acto que fue seguido por miles de personas. Irene Papatou expuso que el fuego "es la oferta generosa del espíritu griego a todos los pueblos dispuestos a cooperar pacíficamente". Núria Espert pidió a Venus que "nos proteja y conceda el don del éxito a aquellos que ya hayan tenido el don del acierto". La llama ha empezado así el largo recorrido que la ha de llevar por todas las comunidades españolas. **PÁGINAS 33 Y 34**

La antorcha llegó a remo de la "Icària" hasta la playa de Empúries, "puerto, pacto, puerta y puente"

**ÍNDICE**

Sumario	2
Internacional	3
Política	13
Opinión	26
Sociedad	33

**BARCELONA**  
Bofill examina a Bohtigas

**REVISTA**  
La dura carrera hacia la universidad  
Lotería Nacional

Deportes	51
Cultura y Espectáculos	67
Cartelera	76
Economía	81

**188 PÁGINAS**

Entrada y suscripción: T.I.S.A.  
Redacción y administración:  
Poblenou, 28 - 08039 BARCELONA.  
Teléfono 301-54-54. Telefax 318-55-87.  
Télex: 54-550 y 54-781.

El presidente español se reúne en Río de Janeiro con sus homólogos lituano y letón

### Kohl y González, de acuerdo en no renegociar Maastricht ni el principio de cohesión económica

RÍO DE JANEIRO. - El presidente del Gobierno español, Felipe González, y el canciller alemán, Helmut Kohl, coincidieron en Río de Janeiro en la necesidad de no renegociar el tratado de Maastricht y, en esta línea, tampoco el principio de cohesión económica de los miembros de la Comunidad Europea, en una reunión de una hora celebrada por ambos gobernantes en el transcurso de la Conferencia sobre Medio Ambiente y Desarrollo que finaliza hoy. Kohl y González coinciden también en la conveniencia de ofrecer a Dinamarca hasta finales de este año todas las posibilidades para que continúe en el proceso de construcción europea. En su primera jornada de estancia en Río, Felipe González se reunió también con los presidentes de Lituania, Vitautas Landsbergis, y Letonia, Anatoli Gurdunov. En esta cita, los políticos bálticos pidieron a González que intercediera ante la CE para disminuir la presencia de tropas rusas en sus respectivos territorios. **PÁGINA 3**



Noticia en portada de l'arribada de la torxa olímpica, en un dels diaris catalans



**5.**

**ENTREVISTES:**





## 5.1. ENTREVISTA AL PROFESSOR D'EDUCACIÓ FÍSICA:

---

**Realitzada al professor d'Educació Física Robert Olivet.**

*Bon dia, m'agradaria poder-vos fer unes preguntes pel meu treball de recerca. Parla sobre els Jocs Olímpics Grecs, els de l'antiguitat. Les preguntes són les següents:*

Proves del pentatló:

1. De quines proves consta el pentatló actual?

*El pentatló actual està compost per cinc disciplines: el tir, l'esgrima, la natació (200 metres), l'equitació i cross (3000 metres).*

Curses a peu:

2. Quants tipus de cursa hi ha actualment?

*Hi ha sis disciplines de la cursa que són, les de fons(3000 metres; femení, 5000 metres, 10000 metres i la maratón), les d'obstacles (100 metres tanques; femení, 110 metres tanques; masculí, 400 metres tanques i 3000 metres obstacles), les de mig fons (800 metres, 1500 metres), relleus (4x100 metres, 4x400 metres), velocitat (100 metres i 200 metres) i marxa atlètica (20 km, 50 km; masculí)*

3. Com es fa el senyal de sortida a les curses?

*La senyal la fa sempre el jutge i es fa sempre avisant 3 vegades ( seria com el preparat, llestos, ja). Depèn de la cursa la posició de sortida varia. En les carreres de velocitat només hi ha un corredor per carril i tots els atletes tenen els sortidors per sortir més ràpid.*

*En les curses de resistència corren al mateix temps molts atletes i la sortida perd molta importància, la fan sense sortidors i estan tota l'estona*



## *Citius, Altius, Fortius*

*drets. Un cop ha començat la cursa busquen de seguida la millor posició (carrils interiors).*

4. Quins moviments o entrenaments solen fer els atletes abans de la sortida?

*Els atletes ja han realitzat amb anterioritat l'escalfament i, just abans, es concentren i fan els últims estiraments abans de córrer.*

5. Com es determina la posició de sortida de cada atleta?

*Això només és important en les curses de velocitat ( 1 atleta per carril). En funció dels millors temps fets en les fases classificatòries, els millors temps sortiran sempre pels carrils centrals i els pitjors pels carrils exteriors.*

6. Com col·loquen els peus abans de la sortida?

*Els peus es col·loquen en els sortidors i ni el cos ni les mans poden sobrepassar la línia de sortida.*

7. En què consisteix l'actual prova de la Marató?

*És una cursa per un circuit urbà de 42,125 metres.*

### Salt de llargada:

8. Com ho fan els atletes per agafar impuls abans del salt?

*Fan una carrera d'uns 40 metres a gran velocitat.*

9. Quina marca es considera vàlida a l'hora de mesurar la distància saltada?

*En el salt d'alçada i perxa agafen l'última alçada superada amb èxit. En el salt de llargada i triple salt agafen la distància que va des de la planxa de plastilina que no poden tocar al iniciar el salt fins al punt més proper a aquesta planxa on cau l'atleta.*



## *Citius, Altius, Fortius*

### Llançament de disc:

10. Pel que fa al disc, ens podries explicar com són actualment: material, pes, mida, imatges, forma (més gruixut del centre i més prim dels extrems)

*Els pesos varien en funció de les categories i el sexe, són de ferro i com dius són més gruixuts del centre.*

11. Quants llançaments se li permeten de fer a l'atleta?

*Se'ls deixa fer més o menys uns cinc o sis llançaments. També cal dir que hi ha una primera fase i després una segona on només passen els millors classificats.*

12. Quines normes han de seguir els atletes per agafar i llançar el disc?

*En el disc els atletes tenen un espai circular d'uns 2 metres de diàmetre, i l'atleta per tal d'aconseguir més força realitza dues voltes molt ràpides sobre si mateix abans de llançar el disc.*

13. Com es fa per mesurar la distància vàlida?

*Es mesura des de l'últim lloc on es permet trepitjar a l'atleta fins al punt on ha arribat el disc.*

### Llançament de javelina:

14. Com són les actuals javelines?

*Són molt poc pesants i crec que són d'un material semblant a l'alumini.*

15. S'utilitza alguna mena d'objecte propulsor per fer el llançament?

*Només la carrera de l'atleta i el moviment final de llançament.*

16. Com es fa el llançament?

*Carrera d'uns 20 metres i llançament sense sobrepassar en cap cas un línia que tenen delimitada.*



## *Citius, Altius, Fortius*

### Lluita:

17. Als jocs olímpics moderns, hi ha alguna prova de lluita?

*Hi ha lluita lliure, boxa, judo i la lluita grecoromana*



## 5.2. ENTREVISTA A ATLETES:

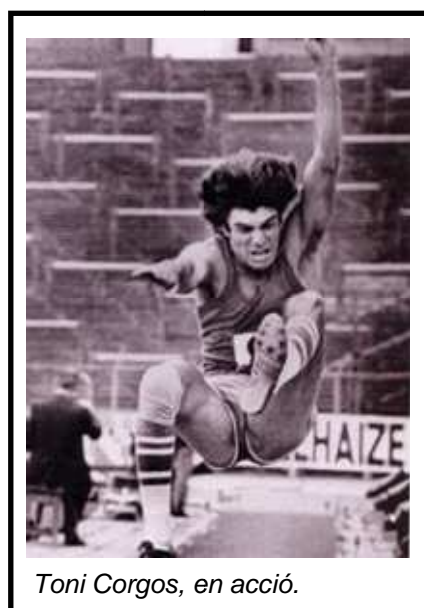
### ANTONI CORGOS CERVANTES

Toni Corgos, el millor saltador de llargada català de tots els temps i subcampió europeu a Atenes 1982. En l'actualitat té el càrrec de responsable de salts horitzontals (llargada i triple) al CAR de Sant Cugat.

Va néixer el març del 1960 a Barcelona. Va destacar en el món de l'atletisme en l'especialitat de salt de longitud, encara que també va tenir una destacada actuació en el triple salt.

Quan tenia divuit anys va aconseguir superar el rècord europeu junior amb un salt de 8,05 metres, marca que no va ser superada per cap altre atleta fins l'any 2010

Als vint anys va aconseguir el millor salt de la seva carrera esportiva, 8,23 metres. Aquest salt li va suposar un reconeixement per part de figures d'aquest món.



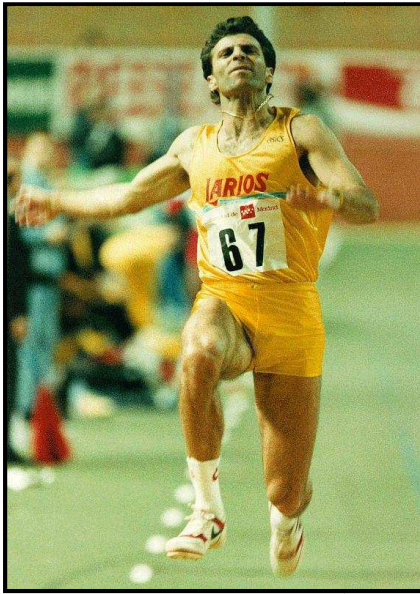
*Toni Corgos, en acció.*

Però les expectatives que s'esperaven d'aquesta jove promesa no es van poder fer realitat donat que tota la seva trajectòria esportiva va estar esquitxada per lesions. Tot i això, va fer una notable carrera esportiva i va ser considerat el millor saltador de longitud espanyol de tots els temps.

Al 1995, després d'una lesió en un campionat, va decidir retirar-se, es va llicenciar en INEF i en l'actualitat fa tasques lligades amb la seva gran passió, com a entrenador al CAR de Sant Cugat i col·laborador de la Federació Catalana i Espanyola d'atletisme.



## Citius, Altius, Fortius



Toni Corgos, atleta professional, va competir en tres Olimpíades:

Munich 1980,

7a posició

Els Angels 1984,

10a posició

Seul 1988,

5a posició

### **ENTREVISTA:**

Bon dia, m'agradaria poder-vos fer unes preguntes pel meu treball de recerca. Parla sobre els Jocs Olímpics Grecs, els de l'antiguitat. Les preguntes són les següents:

1. Quin esport practicaves?

*La meva especialitat era el Salt de Llargada*

2. Per què va triar aquest esport?

*Perquè en la meva època a l'escola et feien triar entre basquet, atletisme i hokey amb patins. El basquet el trobava de nenes, i no sabia patinar per fer hokey, per tant vaig fer atletisme. Va ser una mica obligació al principi.*

*Abans no hi havia tants esports per triar, com hi ha ara.*

3. Quina importància tenia per tu fer esport?

*Per mi, l'esport ha estat i és la meva vida. Porto molts anys fent esport, i tot el que faig està vinculat a l'esport.*

*També he après molt gràcies a l'esport, i molts valors de la vida els he après amb ell.*



## *Citius, Altius, Fortius*

4. Quins entrenaments feies per preparar-se pels Jocs Olímpics?

*Els entrenaments són els de tota la vida, no han canviat. Tot i que abans no teníem totes les instal·lacions que hi ha ara. Ara hi ha molts entrenadors, moltes pistes d'atletisme i moltes altres coses. Però els entrenaments en si són els mateixos, entrenar molt.*

5. Quina era la seva rutina diària?

*Més o menys, un any abans d'anar a unes olimpíades la balança que estava equilibrada entre les classes i l'esport canviava, i durant aquest any la importància estava en l'esport. Continuàvem fent classes, però molt poques hores. La dedicació era quasi be exclusiva a l'entrenament. Entrenàvem al matí i a la tarda, i moltes hores.*

6. Quina dieta feia, quan estava en època d'entrenament?

*No teníem cap dieta establerta, simplement perquè abans això no hi era. El que fèiem era menjar sa, simple, amb molts d'hidrats i nutrients.*

7. Com es preparaven el cos abans de competir i després?

*En el meu esport no tenim cap mena de preparació pel cos. L'important de tot això no és la preparació del cos, sinó la preparació mental. Era molt important, perquè t'havies de situar al lloc on estaves i concentrar-te molt.*

8. Abans d'una prova important, feies alguna mena de ritual, o tenies alguna creença o superstició especial?

*No, no tenia cap creença en especial, ni ritual. El que tenies era una rutina, sempre feies el mateix perquè sabies que anava bé, i per tant no canviaves res.*

*Jo, personalment, tenia uns mitjans especials, uns que sempre hem posava a l'hora d'anar a competir.*



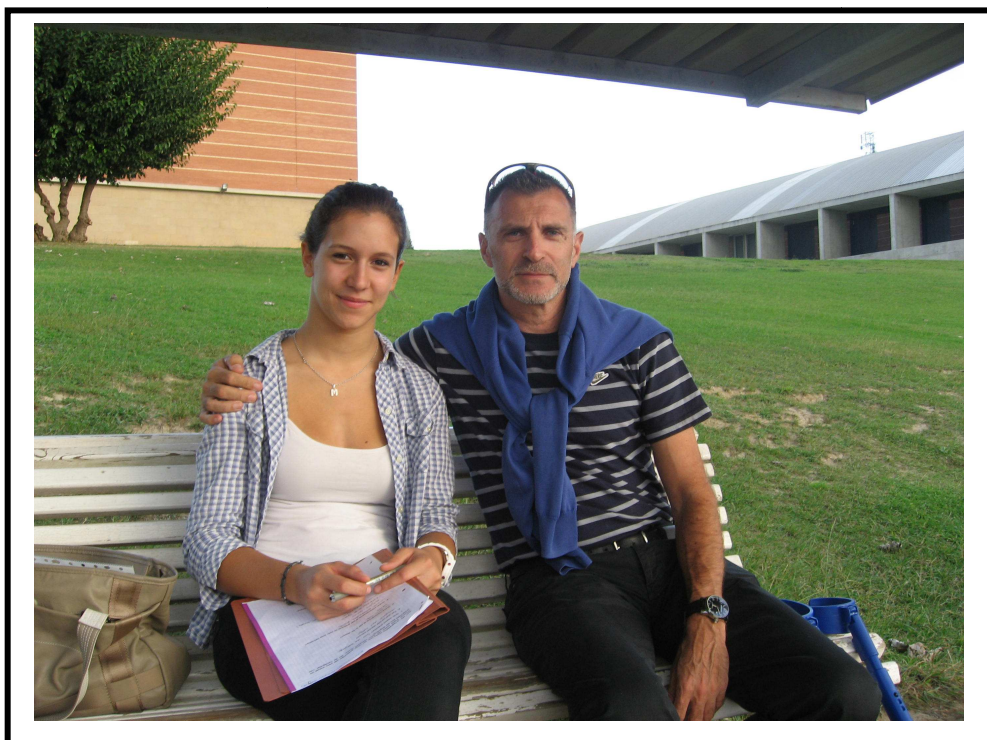
## *Citius, Altius, Fortius*

9. Quan guanyes, quins premis o recompenses pots obtenir?

*Quan jo competia l'atleta no era molt important, quan jo vaig començar a fer bona marca, va ser quan després vaig tenir moltes més recompenses. Tot i això, només et servia per pagar-te els estudis, \_Jo vaig estudiar INEF\_, pagar-te tot el menjar i per viure bé, però només ho tenies mentre estaves competint i sent bo, un cop acabaves, et podia quedar alguna cosa, però no et donava per viure durant tota la teva vida, per tant t'havies de posar a treballar.*

10. Em pots descriure com es desenvolupa la competició del teu esport als Jocs Olímpics?

*Primer de tot hi ha la qualificació que es fa mirant la teva marca. Després un cop estàs ja en els Jocs Olímpics sempre tens tres oportunitats de salt, i s'agafa la llargada més alta. Hi ha una semifinal i una final.*



*Un moment de l'entrevista amb Antoni Corgos. Va ser molt amable i atent per respondre'm totes les preguntes.*

*És un atleta de salt de llargada. Actualment no està en actiu, però segueix vingulat a la seva gran passió, l'atletisme.*





### JOSEP MARIN SOSPEDRA

Va ser pioner en la seva especialitat atlètica la marxa, i durant anys la marxa ha salvat el medaller espanyol en moltíssim campionats i competicions. En molts d'aquests casos si no hagués estat per ells no hauríem tingut presència en el pòdium.

Va néixer al Prat de Llobregat, Barcelona, al 1950. En la seva especialitat atlètica ha competit tant en 20 km com en 50 km.

El seu palmarès internacional és espectacular; l'any 1982 va aconseguir el primer lloc en 20 km en el campionat europeu i el segon lloc en els 50 km.



*1982. Josep Marin, entrant a l'estadi olímpic d'Atenes com a guanyador en els 20 km marxa*

També va ser campió mundial de 20 km marxa tres anys més tard. I l'any 1987 aconseguí el tercer lloc en els mundials de Roma, en els 20 km.

Ha participat en quatre ocasions en els Jocs Olímpics, aconseguint diploma olímpic en totes les proves que va disputar (dins dels 8 primers classificats).

Moscú 1980 (20 i 50 Km), Els Àngels 1984 (20 km), Seul 1988 (20 i 50 km) i Barcelona 1992, on va aconseguir la 9a posició.

Va mantenir una gran rivalitat amb un altre marxador del moment, Jordi Llopart; en un principi la rivalitat era a nivell esportiu i competitiu, perquè fins i tot entrenaven junts, però la relació es va deteriorar fins el punt de deixar-se de parlar i enfrontar-se a través dels mitjans.



## *Citius, Altius, Fortius*

En l'actualitat es entrenador de joves promeses, al CAR de Sant Cugat, i es responsable del sector de marxa atlètica de la Federació Espanyola d'atletisme.



*Josep Marín durant una de les seves curses de marxa.*

### **ENTREVISTA:**

Bon dia, m'agradaria poder-vos fer unes preguntes pel meu treball de recerca. Parla sobre els Jocs Olímpics Grecs, els de l'antiguitat. Les preguntes són les següents:

1. Quin esport practicaves?

*La meva especialitat era l'atletisme, concretament la marxa.*

2. Per què va triar aquest esport?

*Perquè era el que feia millor. El que se'm donava millor, i vaig decidir dedicar-me a fer el que realment m'agradava i em sortia bé.*

3. Quina importància té per tu fer esport?

*Per mi l'esport està vinculat amb els bons resultats, la importància de l'esport és ser bo i donar el màxim de tu. Sempre has d'intentar superar-*



## *Citius, Altius, Fortius*

*te i ser el millor. També t'has de trobar bé fent aquest esport, t'ha d'agradar.*

**4.** Quins entrenaments feia per preparar-se pels Jocs Olímpics?

*Normalment els entrenaments que fèiem per preparar-nos eren entrenaments molt durs, que normalment eren d'unes 5 hores al dia.*

*També era important la recuperació, perquè l'endemà tenies que estar bé, descansat i en forma per tornar a entrenar molt dur.*

**5.** Quina era la seva rutina diària?

*Pràcticament era: entrenar, menjar, dormir. Això era el principal abans d'anar als Jocs Olímpics, perquè ens havíem de preparar molt bé, i per tant, havíem d'entrenar molt, de menjar bé, i descansar.*

**6.** Quina dieta feia, quan estava en època d'entrenament?

*La dieta normalment no la teníem establerta, era més en general el que podíem o el que no podem menjar.*

*Havíem de menjar bastant, per estar en bona forma. Menjar molts de nutrients i calories. Molta pasta i arròs. Però sobretot havíem de menjar molt variat.*

**7.** Com es preparaven el cos abans de competir i després?

*No, no es feia cap mena de preparació.*

**8.** Abans d'una prova important, feia alguna mena de ritual, o tenia alguna creença o superstició especial?

*Hi havia poques supersticions, si que hi havia algú que tenia uns mitjans que eren especials per ell, o alguna cosa en particular, però jo no. No feia cap mena de ritual.*



## Citius, Altius, Fortius

**9.** Quan guanyes, quins premis o recompenses pots obtenir?

*Quan jo competia els diners eren simplement per viure en el moment en que estaves competint, et donava per viure, però només durant aquell temps determinat. Gairebé tots érem becats, que també era una recompensa pel teu esforç.*

*Els premis que et podien donar eren simplement per tu poder seguir entrenant, no per viure tota la vida, com passa amb alguns esports, que guanyen molts de diners i per tant, quan es retiren poden viure del que els i ha quedat.*

**10.** Em pot descriure com es desenvolupa la competició del seu esport als Jocs Olímpics?

*Primer de tot havíem de tenir uns mínims per participar als Jocs Olímpics. Després es seleccionaven tres atletes, els millors del país.*

*Les competicions eren de final directe, no hi havia semifinals. I les competicions podien ser de 20 km, o de 50 km.*



*Un moment de l'entrevista amb Josep Marín, a les instal·lacions del CAR de Sant Cugat.*



## 5.3. ENTREVISTA DE LA MARATÓ:

### Realitzada a l'atleta amateur Quim Vives.

*Bon dia, m'agradaria poder-vos fer unes preguntes pel meu treball de recerca. Parla sobre els Jocs Olímpics Grecs, els de l'antiguitat. Les preguntes són les següents:*

1. Per què practiques la Marató?

*Em sembla una prova esportiva mítica, dura de preparar, i on principalment l'únic rival que tens ets tu mateix. El repte es fa gran llavors, perquè el grau de responsabilitat i d'autosuperació és inevitable. És una prova molt pura humanament, a nivell mental i físic.*

2. Quina importància té per tu fer esport?

*Fa poc vaig llegir un assaig d'un escriptor reconegut, que també es afeccionat a córrer. Ell deia que per escriure ha d'estar en forma, i que per tant l'esport i concretament córrer l'ajuda a ser bon escriptor. Hi estic d'acord; em dono compte que per dur a terme la meua vida, la meua feina, necessito estar en forma tant física com mentalment, i la Marató es quelcom que em proporciona el que necessito. Possiblement hi ha altres maneres, i possiblement hi ha qui necessita altres mètodes per dur a terme el seu dia a dia. A mi em funciona aquest ara com ara, tot i que potser, qui sap, d'aquí un any em fas la mateixa entrevista i resulta que en lloc de ser corredor sóc nedador.*

3. Per quin motiu vas començar a practicar-la?

*Tot va començar amb un regal que li varem fer al meu germà gran. Li varem regalar la inscripció a una marató, la de Berlín per ser exactes, i jo també m'hi vaig apuntar. Feia temps que em rondava pel cap, i a vegades la única manera d'afrontar els reptes i els somnis es senzillament anant-hi.*





## Citius, Altius, Fortius

4. A quantes maratons has assistit?

*Acabo de córrer la meva tercera marató. Fa un any vaig córrer la primera. Intento córrer una a la tardor i una a la primavera. Ja estic començant a preparar la quarta, que serà el mes d'abril. És important tenir un horitzó en tot moment.*

5. Quins entrenaments fas per preparar-te per una marató?

*És una disciplina senzilla,... únicament has de córrer!!!! No hi ha més!*

*En el període de preparació més intens, que acostuma a ser les últimes 8-10km's setmanes prèvies a la cursa, intento córrer 6 dies a la setmana. Uns 80km's a la setmana. També participo en curses menors de 10km's o inclús alguna mitja marató per tal de sentir el ritme de competició.*

*En la propera marató implementaré sessions més específiques de series de repeticions més curtes i de més intensitat per tal d'agafar velocitat i poder rebaixar la meva marca.*

6. Quina es la rutina diària en l'època de preparació de la Marató?

*No tinc cap rutina en concret. Faig el meu dia com sempre; continuo anant a treballar i fent el que acostumo a fer normalment. La única aportació de més es el grau d'intensitat dels entrenaments i que, vaja, d'alguna manera hi ha un cuquet dins que et diu que el gran dia s'apropa.*

7. Quina dieta fas quan estàs en època d'entrenament?

*Intento menjar molta pasta, hidrats de carboni, i beure molta aigua. Intento beure poqueta cervesa, i evitar menjars molt grassos i pesats.*

8. Abans de començar la marató fas alguna mena de ritual o tens alguna mena de creença o superstició especial?

*Córrer una marató per mi es molt especial. Uns instants abans de començar la carrera m'agrada ajupir-me i tocar el terra amb les dues mans. Tanco els ulls i penso en tot el camí que he fet fins arribar on sóc. Tot l'esforç que hi he dedicat. Llavors m'aixeco, miro l'infinit del cel que tinc damunt i l'emoció em supera. Ploro, i tot seguit la carrera comença.*

*Considero que es important saber d'on véns i a on vols anar. L'emoció i la llàgrima es perquè es una prova esportiva on treus molt del que tens dins, i plorar es un acte fisiològic humà que expressa perfectament aquest fet.*





## Citius, Altius, Fortius

9. Quan guanyes quins premis o recompenses pots tenir?

*No he guanyat una marató mai, i tampoc la guanyaré mai. Els atletes professionals no sé el que guanyen. Com et deia al principi la marató és una prova esportiva on lluites contra tu mateix. La victòria ets tu, o el fracàs ets tu també. La recompensa es molt gran. He tingut la sort d'acabar les maratons que he corregut, i el plaer personal es indescriptible. Es un exemple gràfic aplicable a la pròpia vida. Marcar-se un repte i assolir-lo. En el cas de la Marató la cosa va de córrer, però tots tenim exemples diaris on tenim la nostra pròpia marató personal.*

10. Em pots descriure com es desenvolupa, el que hi ha en una Marató?

*En una Marató hi ha un calor humà important, hi ha molta il·lusió, però també molt de patiment, molt d'esforç, molta lluita, molta superació, molta emoció,... No oblidem mai que és una prova molt dura, 42km's, i que requereix molta concentració mental. Inclús m'atreviria a dir que la preparació mental es més important que la preparació física. El poder de la ment humana es molt gran i es l'autèntic artífex que et sentis fort i capacitat d'assolir el repte.*

*La cursa es desenvolupa en varies fases, d'alguna manera al principi de la carrera fins a la meitat les forces estan força bé, posteriorment fins el km 30 es probable que es noti en l'ambient que el repte comença la part més dura. I òbviament els últims 8-10km's és on la èpica s'apodera absolutament de la situació, els afeccionats que hi ha pel carrer ho saben i animen amb més ímpetu. Tu mateix, tot i que el grau de patiment supera ja el límit que t'havies imaginat, saps de la importància del moment.*

*Es quelcom que t'omple molt, però no ens enganyem, no deixa de ser una carrera, no deixa de ser un grup de dones i d'homes corrent per una fita individual, no deixa de ser quelcom tant senzill com això. Potser per això es tant gran, i potser, només potser, per això té tantes coses que ajuden a un mateix a tirar endavant.*





**6.**

**COMPARACIONES:**





## 6.1. COMPARACIÓ ENTRE ELS JOCS OLÍMPICS ANTICS I ELS MODERNS:

ANTIGAMENT	ACTUALMENT
<p>El nom dels jocs olímpics prové de l'antiga Grècia ja que eren els Jocs que es celebraven a Olímpia, en honor a Zeus Olímpic. És van convertir en un esdeveniment molt important de la història grega.</p>	<p>Actualment conservem aquest nom, ja que els jocs olímpics moderns volen seguir la tradició dels jocs antics. Ara aquest jocs es celebren arreu del món, en ciutats diferents.</p>
<p>Els Jocs Olímpics es celebraven cada cinquanta o quaranta-nou mesos lunars</p>	<p>Actualment hem conservat el temps de celebració, quatre anys, cosa que equival als cinquanta o quaranta-nou mesos lunars.</p>
<p>Els Jocs es feien amb un sol objectiu: agermanar la gent de les diferents polis, o si eren èpoques de guerra, per perllongar la pau durant uns dies.</p>	<p>Avui en dia tenen la mateixa finalitat, es tracta d' agrupar la gent dels diferents continents, competir junts, sense cap mena de diferència, tots iguals. També seria per perllongar la pau, encara que quan hi ha hagut una guerra s'ha anul·lat, com en el cas de la segona guerra Mundial.</p>
<p>La durada dels Jocs Olímpics a l'antiga Grècia era de 6 dies, hi</p>	<p>La durada dels Jocs Olímpics és de dos setmanes. Hi ha una cerimònia d'obertura</p>



## *Citius, Altius, Fortius*

<p>havia dos dies de cerimònies i sacrificis, el primer i l'últim. És possible que duressin tant poc perquè en aquell moment hi havia molts menys participants, i la gent que hi participava era només de Grècia, amb alguna excepció. També cal tenir en compte que no hi havia gaire esports, be no es coneixien o no estaven considerats com a tal. Cada esport, però, tenia molt de significat, tots tenien una finalitat. Els participants normalment participaven a totes les proves que hi havia en els Jocs Olímpics.</p>	<p>i una de clausura, però tot és molt més extens que en l'antiguitat. Hi ha moltes cerimònies i molts espectacles. En l'actualitat hi ha molts participants, ja que aquests jocs són mundials, és a dir, no només d'un sol lloc, com era antigament. Per tant, hi ha molta més gent. Això també ha fet que hi hagin moltes més proves, i que cada vegada n'hi hagin més. Actualment les proves no són tant significatives com ho eren abans pels grecs, cada prova és important per a cada persona. Els participant normalment només practiquen un esport, no hi ha ningú que els faci tots, com passava a l'antiga Grècia, ja que n'hi ha molts</p>
<p>La consideració de la dona en l'antiga Grècia no era molt bona, ja que la dona només servia per obeir i treballar per l'home. No la tenien en compte per res important. També tenien prohibida la participació en els Jocs Olímpics. Només podien fer-ho els homes, amb una certa selecció, però. No tothom ho podia fer, sinó que hi havia unes condicions. Les dones, tot i això, tenien uns jocs per a elles exclusivament.</p>	<p>La consideració de la dona ha canviat en l'actualitat; la dona pot fer totes les coses que l'home fa, sense cap mena de desigualtat, encara que a vegades sense adonar-nos hi ha coses que les creem només per l'home i d'altres només per la dona. Actualment si que hi ha la participació de la dona en els Jocs Olímpics. Les proves no són mixtes, hi ha la categoria femenina i la masculina. Hi ha alguna prova on simplement hi ha la participació dels homes, i d'altres, on només les dones participen.</p>



## *Citius, Altius, Fortius*

<p>En els Jocs Olímpics només hi anava una sola dona, la sacerdotessa “Deméter Cámine”. Totes les altres tampoc podien anar a veure-ho.</p>	
<p>Antigament, uns dies abans que tot comencés, la gent ja feia ofrenes.</p> <p>El primer dia hi havia la celebració del sacrifici, rituals, la presentació dels competidors i les ofrenes al santuari.</p>	<p>Actualment els jocs olímpics comencen amb la torxa, des del moment en que surt de Grècia. A partir d'aquell moment la gent ja s'està preparant pel gran moment.</p> <p>Després el dia d'obertura hi ha moltes més cerimònies i celebracions. Com hi havia antigament hi ha la presentació dels competidors, la presentació també de tots els països que estan participant en els Jocs Olímpics. Hi ha una desfilada de tots els participants.</p> <p>També hi ha un jurament olímpic sota la bandera blanca amb els cinc cercles, la representació de les cinc parts del món.</p>
<p>Antigament hi havia una cursa, anomenada la carrera de torxes, on cinc tribus corrien al mateix temps, cada tribu tenia un corredor cada 25 metres. Era com un actual relleu, el primer sortia amb una torxa, i intentant que no s'apagués, havia d'arribar al segon company, i així successivament. Finalment, l'últim corredor encenia un altar amb el</p>	<p>D'aquesta antiga cursa se'n poden treure dos fets actuals: El primer és la torxa olímpica, la que surt de Grècia i arriba al lloc on s'ha destinat fer els Jocs Olímpics. Diferents atletes es van passant la torxa per arribar al seu destí. Tot i que no és igual perquè no hi ha una rivalitat entre una tribu i un altra, el significat es el mateix, ja que té una finalitat simbòlica, la finalitat de la unió, i de portar el foc d'un lloc a l'altre. La torxa olímpica es un</p>



## *Citius, Altius, Fortius*

<p>foc que portava de la torxa, la qual l'hi havia passat. Antigament aquesta cursa tenia un significat ritual, es feia honor a les divinitats del foc, i el fet de prendre el foc d'un altar per encendre'n un altre, tenia un valor simbòlic.</p>	<p>símbol molt i molt important en els Jocs Olímpics Moderns.</p> <p>El segon fet que podem comprovar és el relleu, que és com la cursa de torxes, diferents equips on hi ha diferents corredors, i el primer ha de passar un testimoni al segon i així fins al final. És una prova en equip.</p>
<p>Antigament els Jocs Olímpics es feien en el santuari d'Olímpia, on hi havia totes les instal·lacions, tant la palestra, com l'estadi per poder fer les carreres, pels llançaments i altres.</p> <p>Abans tot era amb la finalitat d'honorar als déus, i la importància de la divinitat. En el santuari d'Olímpia hi havia el temple de Zeus i el d'Hera.</p>	<p>Avui en dia, quan una ciutat ha estat escollida, ha de crear tot el sistema i instal·lació pels Jocs Olímpics. Normalment es fa un estadi nou, o s'aprofita algun si ja n'hi ha, amb alguns canvis.</p> <p>Actualment també està tot junt, hi ha l'estadi on es fan la majoria de les proves, sobretot les atlètiques. També hi ha les parts de la piscina, gimnasos i altres. És possible que alguna prova s'hagi de fer molt lluny de l'estadi, ja que l'estadi no té les instal·lacions, com per exemple vela, que s'ha de fer al mar.</p>
<p>Als primers Jocs, les proves que es feien eren les 5 proves més importants d'aquell moment, segurament hi havia altres esports però no eren considerats tan importants com les 5 proves: la cursa, el salt de llargada, llançament de javelina, llançament</p>	<p>Les proves dels Jocs Olímpics Moderns són moltes i variades. Cada vegada s'han afegit més esports i proves. En el món hi ha molts esports però no tots estan considerats Olímpics, però cada vegada se n'hi afegeixen més.</p> <p>Es possible que també sigui pel nombre de persones que hi participen, actualment</p>



## Citius, Altius, Fortius

<p>de disc i la lluita.</p> <p>Antigament tot era més ritual i espiritual, i cada prova havia de tenir un sentit.</p> <p>Tots, o gairabé tots els participants dels Jocs Olímpics a l'Antiga Grècia participaven a totes les proves.</p>	<p>hi ha molts participants en els Jocs Olímpics.</p> <p>Alhora, de cada esport podem trobar moltes especialitats.</p> <p>Actualment tampoc tenen molt de significat les proves, és més un repte personal que no pas un sentit conjunt.</p> <p>Els atletes practiquen i participen en allò que se'ls dona bé, no pas a totes les proves que hi ha.</p>
<p>Els juraments a Grècia eren una mica diferents als d'ara. Primer de tot hi havia un jurament que feien els atletes. Els pares i els germans feien el jurament de no anar a delinquir en res contra els Jocs Olímpics. Abans que es donés la victòria, juraven que acceptarien tota decisió feta pels jurats. Els atletes també feien un jurament manifestant que durant 10 mesos successius havien seguit estrictament les normes de l'entrenament</p>	<p>Abans de començar, en la cerimònia d'obertura dels Jocs Olímpics, hi ha el jurament dels atletes:</p> <p><i>"En nom de tots els competidors prometo que participarem en aquests Jocs Olímpics, respectant i atenint-nos a les regles que els governen, comproment-nos a un esport sense dopatge i sense drogues, amb l'esperit veritable de l'esportivitat, per la glòria de l'esport i l'honor dels nostres equips".</i></p> <p>Es pot veure que el missatge que es vol transmetre amb el jurament ha canviat de l'antiguitat a l'actualitat.</p>
<p>Abans de començar una cursa, els feien una pregunta als concursants, on hi havia les condicions més importants per competir als jocs olímpics: si</p>	<p>Com ja sabem, avui en dia, la desigualtat gairabé ni existeix, tant els homes com les dones poden participar a les mateixes coses. Sempre hi ha una mica de desigualtat quan parlem de la capacitat</p>



## *Citius, Altius, Fortius*

<p>tenien un naixement impur, si no eren de condició lliure, si havien patit penes infamants o si tenien costums indignes.</p> <p>Hi havia moltes condicions, una de les coses que possiblement va fer que no hi hagués tanta gent que participes a les proves.</p> <p>Realment la gent que podia participar en els jocs era la gent Grega, la que havia nascut allà, la que no era esclava, que fos lliure i altres. També hi havia la desigualtat de homes i dones; només podien participar els homes, les dones ho tenien prohibit.</p> <p>Aquestes condicions també englobava una sèrie de normes, que havien de complir.</p>	<p>en fer-ho, per exemple en una prova dels Jocs Olímpics, els homes estan per sobre de les dones. Hi ha esports en els quals només i participen homes, o només dones, o d'altres en els que les dones i participen però que no està ben considerat. Però tot i això, actualment, tots tenim els mateixos drets, no com a l'antiga Grècia.</p> <p>En els Jocs Olímpics si que podem trobar alguna condició per poder participar-hi, però molt poques. Podem trobar la de representar estats sobirans i pobles amb sobirania limitada o inexistent.</p> <p>Per tant es molt possible que la quantitat que hi ha avui dia d'atletes sigui perquè no hi ha tan de control, i les condicions que hi ha són molt menys estrictes.</p>
<p>Els premis eren un honor, ja que quan una persona guanyava quedava el seu nom gravat per sempre més, i tothom el recordava. Això era perquè antigament hi havia molts menys participants, i per tant, de victòries n'hi havia molt poques. No hi havia tantes categories com hi ha actualment.</p> <p>Per representar que havien</p>	<p>Els premis que hi ha són tres, la medalla d'or, la d'argent i la de bronze. Ara el premi es reparteix entre tres persones, de més a menys. Realment el premi és més personal, ja que en unes olimpíades hi ha molta gent que guanya premis, perquè hi ha moltes proves, i de totes hi ha medalles, a més a més de cadascuna de les proves hi ha les categories.</p> <p>Tot i això, actualment, el que importa més és el país, o si més no, és el que més es</p>



## *Citius, Altius, Fortius*

<p>guanyat, al principi se'ls donava una poma, però més endavant se'ls donava una corona d'olivera silvestre, que és un símbol que s'ha perdurat fins als nostres temps. Però com es pot veure tampoc era un premi de gran valor, sinó que el valor era guanyar.</p> <p>També era important pel poble. Quan un home guanyava, tot el seu poble es sentia orgullós d'ell, i a la seva arribada li feien una entrada triomfal. Actualment no té aquesta importància tan gran.</p>	<p>recorda.</p>
<p>No hi havia una música determinada, un himne que pogués identificar-se només de sentir-lo. L'única cosa que podem pensar que podria arribar a ser un himne en els Jocs Olímpics Antics eren els homes que tocaven les flautes, eren molt importants en els jocs.</p>	<p>En canvi, actualment, sí que tenim un himne. Cada ciutat, quan és elegida per representar els Jocs Olímpics, crea una cançó que identificarà aquells Jocs Olímpics, com per exemple la cançó que es va crear de Barcelona, composta per Montserrat Caballé i Freddie Mercury.</p>
<p>Quan un atleta guanyava se'l considerava una persona molt importat, i el que ens queda avui dia dels Jocs Olímpics Grecs són les inscripcions que es feien als atletes quan guanyaven alguna</p>	<p>Cada ciutat candidata sempre fa un cartell per representar aquells jocs olímpics, és un logotip que durant el desenvolupament dels Jocs és molt important.</p> <p>Cada ciutat en té un de diferent, i després</p>



## *Citius, Altius, Fortius*

competició.

normalment hi ha la mascota, que també te a veure amb el logotip.

Tot això no hi era antigament, no hi havia tot el marketing que avui en dia envolta als Jocs. En aquell moment el més important i de més valor eren els atletes que hi participaven.





## 6.2. COMPARACIÓ ENTRENAMENT:

ANTIGAMENT	ACTUALMENT
<p>Per els grecs l'esport era important no tant pel fet d'aconseguir uns premis, sinó pels valors espirituals i personals que comportava. Els grecs creien que l'esport era part de la seva vida, que era com estudiar lletres i música. Per ells era una part fonamental de l'educació.</p> <p>També tenia una gran importància el físic, el bell ideal cavalleresc. Avui dia hem pogut trobar moltes representacions d'atletes nus en escultures i pintures. Podem observar que sempre els representaven perfectament estructurats, esculturals, amb un cos perfecte, és a dir, com si es tractés de l'home perfecte, ideal.</p> <p>Els grecs no podien renunciar mai al seu ideal físic, i per tant havien de fer gimnàstica.</p>	<p>Aquesta mentalitat ha canviat una mica, ja que actualment és important aconseguir una marca concreta. A partir dels atletes entrevistats, he pogut observar diferents punts de vista:</p> <p>Hi ha atletes (com per exemple l'atleta de salt de llargada, Antoni Corgos ) que consideren que l'esport és la seva vida. Però no pel que guanyava econòmicament, perquè, segons em va explicar, el sou que guanyava era suficient per viure molt bé, però només durant l'època que entrenaven. Per tant, ell practicava aquest esport perquè li encantava i li donava alguna cosa més, i tota la seva vida, l'aprenentatge, la superació, l'esforç...ho ha relacionat amb el seu esport, amb la seva gran afició.</p> <p>Hi ha d'altres atletes (com per exemple l'atleta de marxa, Josep Marín) que per ell l'esport és una</p>



## *Citius, Altius, Fortius*

	<p>manera de superar-se a si mateix, d'intentar fer el màxim record possible. En definitiva, una manera com un altre de guanyar-se la vida, però no ha centralitzat la seva vida en l'esport.</p>
<p>Les proves atlètiques que hi havia eren molt diverses, i la majoria d'elles eren comunes, és a dir, que molts dels entrenaments que feien eren per enfortir tot el seu cos, per tenir més resistència, o senzillament treballs de gran esforç físic. Després, depenent de cada prova, feien uns exercicis o altres.</p> <p>Antigament podem parlar de la intensificació dels entrenaments, és a dir, el primer dia fort, el segon més fort, el tercer suau i el quart molt suau. Actualment també hi ha un funcionament semblant.</p>	<p>Aquest concepte ha canviat una mica perquè avui en dia, a cada esport hi ha la seva tècnica i els seus entrenaments. Poques vegades un esport té els mateixos entrenaments que un altre. Podríem trobar alguna prèvia en comú, com per exemple els estiraments, que els podem veure en diferents esports. A part dels entrenaments també podem parlar de la recuperació, actualment també és important que després d'un exercici es descansi, perquè sinó el dia següent no es rendeix tot el que s'hauria de rendir.</p>
<p>La rutina diària que tenien els Grecs era molt complexa i molt estricta, no com és actualment. Es tenien que aixecar tard, després de fer uns exercicis dinaven. Aquest àpat durava molta estona, igual que el sopar, perquè havien de menjar molt però lentament per agafar totes les substàncies possibles. També tenien</p>	<p>No té res a veure la rutina diària actual amb l'antiga. Actualment als atletes els canvia aquesta rutina uns mesos o fins un any abans de les Olimpíades. La balança que tenen entre esport i estudi canvia; les classes a les que dedicaven més temps, passen a ser secundàries i el que és essencial es la preparació</p>



## *Citius, Altius, Fortius*

<p>les converses controlades, perquè no tinguessin cap problema de mal de cap, ni digestió.</p>	<p>física i mental del cos. Es passen tot el dia entrenant, matí i tarda, moltes i moltes hores. Com em va dir l'atleta Josep Marín, l'any anterior als Jocs tot era entrenar, menjar i dormir. Segons ell era l'única cosa que feien, perquè la concentració era bàsica.</p>
<p>L'alimentació que tenien abans era una mica estricta i complicada. Com que feien molt desgast físic havien de menjar molt.</p> <p>Cada àpat el havien de fer molt lentament.</p> <p>Menjaven molt de pa, figues i formatge fresc. A més també donaven una gran importància a la carn, i tots els atletes en menjaven perquè creien que d'aquella manera es tornarien molt més forts. Hi havia la superstició de tornar-se més febles si no en menjaven</p>	<p>Segons els dos atletes entrevistats, no tenien cap dieta establerta. Tenien unes normes, però eren molt globals. Per exemple, havien de menjar sa, aliments amb hidrats de carboni, calòrics i nutritius.</p> <p>Amb un aspecte si que s'assemblen, i és que també havien de menjar molt, per estar en bona forma.</p> <p>També menjaven molta pasta i arròs. La seva dieta essencialment havia de ser variada.</p>
<p>Per als grecs la preparació del cos abans de competir era molt important. S'havien de preparar tot el cos, hi havia molts passos: s'havien d'aplicar un oli, primer suau i després amb més força. Això els donava més flexibilitat. També l'aplicaven al final de l'exercici, i ho feien per relaxar-se.</p> <p>També es posaven pols a tot el cos,</p>	<p>No podem dir que actualment també, perquè cap dels dos atletes ens ha dit que fessin alguna cosa especial. Avui en dia els atletes no es preparen el cos, sinó més aviat la ment. S'han de preparar i concentrar pel que van a fer. No és que no els importi el cos, però la part de físic ja va amb l'entrenament dur que fan.</p>



## *Citius, Altius, Fortius*

<p>per l'acció del sol sobre la seva pell.</p> <p>Tot acabava essent una mena de ritual, ho feien tots els atletes pensant que d'aquesta manera tindrien una millor actuació.</p>	<p>Actualment tampoc tenen cap mena de ritual, ni creença, ells corren o perquè els agrada, o perquè se'ls dona bé.</p> <p>Sempre hi haurà algun atleta que corre amb uns determinats mitjons o pantalons (Com en Toni Corgos)</p>
---	--



## 6.3. COMPARACIÓ DE LES PROVES:

### CURSA A PEU:

ANTIGAMENT	ACTUALMENT
Les proves del pentatló que hi havia als Jocs Olímpics Antics eren: cursa a peu, salt de llargada, llançament de disc, llançament de javelina i lluita	Les proves que constitueixen el pentatló han canviat, ara hi ha tir, esgrima, natació (200 metres), l'equitació i cross (300 metres)
Cada tipus de cursa consistia en córrer una distància diferent, excepte una que era la que es corria amb escut i casc. Algunes modalitats que hi ha actualment tenen l'origen a l'Antiga Grècia, tot i que allà no era considerat com a esport, sinó com a un fet cultural. Avui dia si que es practica com a esport. Com per exemple els relleus i la Marató.	Les diferents modalitats segueixen essent les mateixes que en els jocs de l'antiga Grècia . Tot i això se n'han afegit algunes que abans no existien com per exemple les curses amb tanques. També, com ja he dit, actualment tenim els relleus i la Marató com a esport olímpic.
Per fer la sortida s'utilitzava una corda, que feia la funció de barrera. Quan deixaven anar la corda i queia al terra era quan els atletes podien sortir.	No ha continuat aquesta tradició, sinó que ara ho fan avisant 3 vegades (preparats, llestos, ja). La funció de la corda, la podríem trobar en altres llocs, per exemple al final d'una cursa, com la Marató.
Quan s'havien de preparar per córrer,	Avui dia és una mica diferent, els



## *Citius, Altius, Fortius*

<p>els atletes feien moviments preparatoris i s'estimulaven. També llençaven crits als espectadors.</p>	<p>atletes fan els últims estiraments i es concentren per la cursa, perquè anteriorment ja han fet l'escalfament.</p> <p>Contràriament a l'antiguitat, actualment els atletes no fan crits als espectadors, potser alguna salutació però res més.</p>
<p>No hi havia una col·locació predeterminada, sinó que es feien grups de cinc o sis persones, i aquestes anaven formant diferents sèries.</p> <p>Això s'ha mantingut fins els nostres dies, excepte en una modalitat de cursa. Totes les altres funcionen exactament com abans, és a dir, que no hi ha prioritats.</p>	<p>Actualment ha canviat la col·locació ja que en les curses de velocitat el que és important és el temps, com millor o pitjor el tinguis, et posaran en una sèrie o en un altre, i també dins de cada sèrie, depenent de si ets més o menys bo et posaran més cap al centre o cap als costats. Els que estan al centre són els millors, els de les puntes, els que tenen una marca més dolenta.</p>
<p>Els atletes per poder sortir amb més impuls tenien dos estries profundes, on col·locaven els peus, i això els facilitava molt la sortida. Depenent de cada modalitat de cursa tenien una posició o un altre.</p>	<p>Continua funcionant igual, els sortidors actuals possiblement estiguin més ben fets però tot i això, el funcionament és similar. La sortida a vegades també varia depenent de les modalitats de curses, per exemple, a la cursa de resistència no fan servir els sortidors.</p>
<p>La maratón va néixer a l'Antiga Grècia. Els quilometres que hi ha actualment són els quilometres que hi ha entre</p>	<p>S'han mantingut els mateixos quilometres de l'origen de la Maratón. Actualment és un esport olímpic.</p>



## *Citius, Altius, Fortius*

Marató i Atenes, que són uns 42,2 quilometres, i els que avui en dia els atletes corren.	S'ha donat el cas d'algun esportista que després d'haver recorregut aquests quilometres, en arribar al destí, ha mort. Com li va passar al soldat grec que portava la notícia de la victòria, sobre els perses
--	--

### **SALT DE LLARGADA:**

<b>ANTIGAMENT</b>	<b>ACTUALMENT</b>
La distància que hi havia per agafar impuls abans de saltar era de 50 peus, era una distància molt curta, perquè vindrien a ser uns 10, 12 metres. Era així perquè antigament feien servir uns objectes que proporcionaven impuls, anomenats halters, que avui en dia no tenim.	Actualment la distància per agafar impuls és de 40 metres, és a dir, molts més peus que antigament. És possible que sigui així perquè necessiten més impuls, per la falta de halters.
Només es considerava vàlida la marca, si l'atleta aconseguia caure bé, i les empremtes del peu quedaven clarament marcades a terra, sinó no servia.	Ja no funciona així, perquè ara el que es conta es la part del cos que ha quedat més enrere, no la que ha quedat més endavant, i no importa com hagi caigut, si de peus, de culs, o amb les mans.



### LLANÇAMENT DE DISC:

<b>ANTIGAMENT</b>	<b>ACTUALMENT</b>
<p>La mida i el pes del disc depenia de la categoria, i l'edat del llançador. A partir d'aquí s'han trobat discs de moltes classes.</p> <p>Els discs normalment tenien la part del centre gruixuda i els extrems prims.</p>	<p>No ha canviat, tot depèn de les categories i del sexe, femení o masculí.</p> <p>Pel que fa a la forma del disc, també ha seguit tenint la mateixa, centre gruixut i extrems més prims</p>
<p>Abans només deixaven fer tres llançaments.</p>	<p>Actualment aquest nombre ha augmentat, avui en dia els atletes poden fer uns cinc o sis llançaments, i hi ha diferents fases on al final hi ha els millors classificats.</p>
<p>L'atleta agafava el disc recolzant-lo en el palmell i l'avantbraç, rodava sobre si mateix i portava el seu braç estirat fins darrera l'esquena. No estaven tan controlats com actualment, podien fer les voltes que volguessin, però havien de controlar l'equilibri.</p>	<p>No canvia gairebé res, perquè els moviments que hi ha actualment són els mateixos, l'única cosa és que ara només es poden fer dos voltes i llançar.</p> <p>Actualment ho tenim molt més controlat tot i amb més normes, com ho és la zona on es llença el disc i altres aspectes.</p>
<p>Antigament la gent feia uns llançaments i els anaven marcant,</p>	<p>Ha canviat una mica; ara no es pot anar a fer una marca allà on ha caigut</p>





## *Citius, Altius, Fortius*

perquè així poguessin comparar amb un altre atleta quan tires. La marca més llunyana era la que guanyava, com és actualment.	el disc, sinó que des d'un lloc on es pot trepitjar es mira on ha arribat el punt i es marca, però no sobre la pista.
--	---

### **LLANÇAMENT DE JAVELINA:**

<b>ANTIGAMENT</b>	<b>ACTUALMENT</b>
La procedència de la javelina ve d'una llança. Era molt més complexa que no pas ara. Tenia la longitud de l'estructura del llançador i gruixuda com un dit. Era molt lleugera i flexible.	La javelina és una mica més simple. Actualment és de metall o de fibra de vidre. No té tan de valor com tenia abans.
Utilitzaven una corretja com a propulsor, això els donava més impuls. Aquest també estabilitzava la javelina durant la trajectòria.	No fan servir cap mena de corretja com a propulsor. Tampoc per mantenir la trajectòria. Simplement es fa servir la javelina.
Feien servir un espai per poder fer una ràpida carrera i agafar molt impuls. Els moviments eren diversos, havien d'agafar la javelina durant tot el recorregut de la cursa a l'alçada de l'orella. Després havien de fer una torsió general de tot el cos, com es feia en el llançament de disc. La javelina es llançava amb molta força i amb la punta dirigida lleugerament cap a dalt.	Tot ha seguit igual, també actualment hi ha una carrera, però està controlada, són 20 metres. Antigament no hi havia tant de control. Després del llançament tampoc es pot sobrepassar en cap cas una línia que està determinada al terra. Si es fa, es desqualifica a aquell atleta. Els moviments que es feien antigament són els mateixos que es fan avui en dia, no han canviat.



**LLUITA:**

<b>ANTIGAMENT</b>	<b>ACTUALMENT</b>
<p>Hi havia tres modalitats de lluita, el pancraci, el pugilat i la lluita. Cada una tenia les seves normes, i es distingien molt bé.</p>	<p>Avui en dia és diferent, hi ha diferents modalitats de lluita com la boxa, el judo la lluita grecoromana i la lluita lliure. Tot i això no són com les que hi havia abans. Amb alguns aspectes es poden assemblar, però no s'han mantingut les mateixes regles ni el mateix funcionament.</p>



## 7. CONCLUSIONS

---



## *Citius, Altius, Fortius*

Després d'haver fet aquest treball sobre l'origen dels Jocs Olímpics, la meva percepció és ben diferent a la que tenia abans de començar-lo.. Penso que he après molt sobre aquest fet. Abans el que sabia era el que tothom veia a la televisió cada quatre anys. Per això penso que quan tingui l'oportunitat de tornar a veure uns altres Jocs Olímpics, possiblement me'ls miri amb uns altres ulls.

Tot això, no només pel que he pogut llegir durant tots aquests mesos de fer el treball, sobre detalls que senzillament no m'havia parat a pensar mai, sinó també pels coneixements personals que m'han transmès gent que d'una manera o altre han estat relacionats amb aquest fet mundial.

Aquest treball m'ha demostrat que saber d'on venen les coses és molt important i sobre tot interessant. Els grecs eren molt complexos i tenien les seves creences i els seus rituals, que m'han deixat molt sorpresa. Són coses que avui en dia no existeixen, i moltes d'elles són molt divertides. Quan has vist tot el que feien, et preguntes perquè avui dia això ja no hi és. Perquè possiblement seriem molt més feliços i ens ho passaríem molt més bé. Antigament totes les coses que feien era per un sentiment, perquè els agradaven, perquè era la seva creença. En canvi ara les coses es fan perquè et dona molts de diners, perquè et converteix en més important, en famós, i moltes vegades tot acaba malament i amb molta avarícia.

Pel que fa als Jocs Olímpics antics, he tret les següents conclusions:

- En primer lloc he vist que pels grecs l'esport era una part de l'educació molt important. I que ho feien simplement perquè creien que gràcies a l'esport podien aconseguir el seu ideal de bellesa i perfecció.
- Els grecs tenien moltes festes, ja que era una manera de representar algun fet important o també per honorar a una divinitat, que en aquell temps eren molt importants. Tot el que feien estava relacionat amb els déus.



## *Citius, Altius, Fortius*

- Els Grecs, sempre que volen explicar l'origen d'alguna cosa hi impliquen a un déu o un mite. L'origen dels Jocs Olímpics es centre en tres mites, el de Pèlops, el de Hèracles i el de Zeus.
- Els Jocs Olímpics es van crear amb la voluntat de parar les guerres, per posar la pau entre les diferents polis gregues.
- Per participar als Jocs Olímpics, primer de tot calia complir unes condicions molt estrictes: ser grec, home i lliure.
- Els Jocs Olímpics Antics duraven sis dies, i cada dia tenia una funció important, el primer per exemple era la presentació dels Jocs i els sacrificis als Déus. Els altres dies, però, eren per fer les competicions de les proves atlètiques.
- La victòria era molt significativa, no es tractava de donar un valor material, sinó simbòlic. Antigament el més important de guanyar era el fet de ser recordat al llarg de la història com a vencedor.
- És interessant veure com els Grecs tenien controlats fins el detall més petit, com per exemple, l'alimentació d'un atleta i el culte al seu cos.
- En els Jocs Olímpics hi havia cinc proves, la cursa a peu, el salt de llargada, el llançament de javelina, el llançament de disc i la lluita. Totes formaven el pentatló. Cada prova tenia les seves característiques, i el seu origen. També independentment d'aquestes proves hi havia les curses de carros i de genets. El que em va impactar més d'aquesta prova és que, els que participaven eren esclaus, i aquests eren propietat d'un senyor, i quan guanyaven, la victòria no era per l'esclau, sinó pel senyor. I el nom de l'esclau s'oblidava, però el del propietari quedava en una inscripció, essent recordat de per vida.



## *Citius, Altius, Fortius*

- Totes les proves es realitzaven en un lloc, al santuari d'Olímpia. Hi havia el temple de Hera i el temple de Zeus. També hi havia la palestra, per l'entrenament dels atletes, l'estadi per les competicions, i d'hipòdrom per les curses de carros.
- Finalment he conegut la història d'un atleta que va participar als Jocs Olímpics Antics, que era de Barcelona, anomenat Luci Minici Natal. Aquest va ser el primer barceloní que va guanyar uns jocs olímpics a l'antiga Grècia. Però en realitat no va guanyar ell, sinó el seu esclau. Luci Minici, com a membre de la alta societat no se li permetia baixar a l'arena i aquest va ser el motiu pel que va contractar un esclau.

Estudiant els Jocs Olímpics moderns, he pogut adonar-me que aquests van ser creats seguint el model de l'antiga Grècia. El nom, l'esperit, la realització de les proves, etc. Tenen moltes coses en comú amb els grecs, tot i que també hi ha diferències importants. A tall de resum, les principals conclusions que he pogut treure de la comparació són:

- El que hi havia d'espiritual i sentimental a l'Antiga Grècia, avui dia ja no i és, que actualment és una manera de demostrar com ets, de superar-te a tu mateix, de ser el millor, però en cap moment amb el sentit que els Grecs donaven als Jocs Olímpics. No obstant, actualment els Jocs també tenen l'objectiu d'unir tots els països, com es feia antigament.
- L'a organització dels Jocs Olímpics de Barcelona 92 és va inspirar força amb la tradició clàssica i ho varem poder veure, per exemple, amb la manera que varen fer arribar la flama olímpica, i també en la cerimònia d'inauguració dels Jocs.
- Antigament es donava més importància als exercicis, a l'alimentació, a una sèrie de rituals i creences que envoltaven el fet esportiu. En canvi actualment el que fan és anar més per lliure i cada atleta fa els exercicis



## *Citius, Altius, Fortius*

que ell necessita per una millor efectivitat en el resultat. S'han perdut els elements més espirituals i rituals que a l'antiguitat acompanyaven als esportistes.

- Me n'he adonat, després d'entrevistar en Quim, un atleta amateur, òbviament sense cap recompensa material al final de la cursa, ni cap estímul econòmic. Pot ser en aquests tipus d'atletes podem trobar l'esperit esportiu emotiu que tenien els Jocs Olímpics a l'antiga Grècia.

M'ho ha transmès amb tot el que m'ha explicat a través de les preguntes que li he fet: el triomf personal, la superació diària, l'objectiu a aconseguir, l'exigència amb un mateix i la emoció de saber que has arribat on t'havies proposat.

No estic tant segura que els atletes professionals es plantegin tantes coses, potser els Jocs Olímpics s'han convertit (de manera general, es clar) en alguna cosa més freda, racional i amb un interès econòmic.

- Respecte a les proves, hi ha pocs aspectes que han canviat, només per exemple algunes distàncies, o els noms de les diferents modalitat. Els mateixos objectes, la mateixa finalitat ha continuat igual, són petits detalls que han canviat. Tot i això sí que ha canviat la lluita, en aquesta prova no s'han mantingut ni les mateixes normes ni la disciplina que hi havia abans. Avui dia hi ha moltes modalitats de lluita, i cap es centra en les d'abans.
- La conclusió global que he pogut treure sobre la comparació entre els Jocs Olímpics Antics i els Jocs Olímpics Moderns és que, no és que hagin canviat molt les coses, sinó que, amb un punt de partida, com va ser els Jocs a Grècia, s'han anat incorporant i modificant certs punts, per bé que algun d'aquests també té relació amb la cultura grega o el context dels antics Jocs. Per exemple, la prova de la Marató, o bé la prova dels relleus.
- Els dies de durada dels Jocs sí que ha canviat, actualment la durada és més llarga.



## *Citius, Altius, Fortius*

- Pel que fa a la dona, és evident que en l'actualitat no hi ha cap mena de distinció en la seva participació en els Jocs Olímpics, la qual cosa difereix molt dels seus orígens, ja que a Grècia se'ls negava fins i tot l'entrada per veure'ls. Tot i així aquest canvi no es va donar d'una manera ràpida. En els primers Jocs Olímpics de la Era moderna a la dona només se li permetia estar al públic, no pas participar-hi.

Personalment, penso que és important conèixer els Jocs Antics per poder entendre els Jocs Moderns, molts aspectes tenen un perquè, i no són una inventada actual, des de la flama olímpica, fins a la Marató, fins a la unió de pobles i races diferents. Tot i això penso que l'esperit que els atletes i tot el poble grec tenia és difícil de entendre en la societat en que vivim actualment i potser només parlant, com jo he tingut ocasió, amb atletes que realment tenen aquest sentiment, de fer de l'esport el centre de la seva vida, t'encomanen i et fan entendre el que havia estat els Jocs de l'antiga Grècia.





## 8. AGRAÏMENTS

---



## *Citius, Altius, Fortius*

Tot i que tenim molt de temps per realitzar aquest treball, he de dir que el final ha estat dur, ja que l'energia del començament de mica en mica es va acabant. No hauria pogut aconseguir el resultat que tinc finalment sense l'ajut de certes persones. Principalment el de la meva assessora, que gràcies a ella he anat portant el treball dia a dia, i qui m'ha ajudat en tot moment. A les persones que he tingut més a prop, i que més m'han vist patir pel treball, als meus pares, que també m'han hagut de suportar durant aquest temps. Si no hagués estat per la meva àvia, avui encara no tindria les entrevistes dels atletes. Gràcies a ella, i anant Barcelona i Sant Cugat amunt i avall, vaig poder aconseguir-ho. També he d'agrair al grup d'arqueòlegs de l'excavació d'Ermedàs, que em va proporcionar informació de llibres que ells tenien per la meva recerca. Tampoc hagués estat possible aquest treball sense les entrevistes realitzades a diferents persones: primerament als atletes, Antoni Corgos i Josep Marín, que molt amablement i gran simpatia em van respondre totes les preguntes. Al meu professor de Gimnàstica de l'any passat, en Robert, i també en Quim, que va treure temps d'on no en tenia, per poder respondre'm les preguntes de la Marató. Finalment, m'agradaria també agrair a la Federació Catalana d'Atletisme, que molt atentament em van rebre i em van facilitar molta informació.



## 9. BIBLIOGRAFIA



## *Citius, Altius, Fortius*

### **PAGINES WEB:**

Slide Share, Present Yourself.

<http://www.slideshare.net/bibliotecaiescarolina/los-juegos-olmpicos/>

Wikilingua.

[http://www.wikilingua.net/ca/articles/c/o/s/Costumbres\\_de\\_la\\_Antigua\\_Grecia\\_86ab.html#Deporte](http://www.wikilingua.net/ca/articles/c/o/s/Costumbres_de_la_Antigua_Grecia_86ab.html#Deporte)

[http://www.wikilingua.net/ca/articles/r/e//Religi%C3%B3n\\_de\\_la\\_Antigua\\_Grecia\\_\(culto\)\\_d13c.html](http://www.wikilingua.net/ca/articles/r/e//Religi%C3%B3n_de_la_Antigua_Grecia_(culto)_d13c.html)

Xtec

<http://www.xtec.cat/~sgiralt/labyrinthus/zeus/olympia1.htm>

<http://www.xtec.es/~msolana/tot/grecia/vida.htm>

<http://www.xtec.es/~sgiralt/labyrinthus/zeus/olympia1.htm>

You tube

<http://www.youtube.com/watch?v=o5jhhztxkuY>

<http://www.youtube.com/watch?v=FYqekgiH-KY&feature=related>

Edu 365, Vila Web, diari de l'escola.

<http://www.vilaweb.cat/www/diariescola/noticia?id=871894>

Wikipedia

<http://ca.wikipedia.org/wiki/Lenaia>

<http://es.wikipedia.org/wiki/M%C3%A9nades>

[http://es.wikipedia.org/wiki/Juegos\\_Ol%C3%ADmpicos\\_Antiguos](http://es.wikipedia.org/wiki/Juegos_Ol%C3%ADmpicos_Antiguos)

[http://ca.wikipedia.org/wiki/Luci\\_Minici\\_Natal\\_Quadroni](http://ca.wikipedia.org/wiki/Luci_Minici_Natal_Quadroni)

[http://ca.wikipedia.org/wiki/Jocs\\_Ol%C3%ADmpics](http://ca.wikipedia.org/wiki/Jocs_Ol%C3%ADmpics)

Encyclopedia

<http://ca.encydia.com/es/Panateneas>



Enciclopedia

[http://www.enciclopedia.cat/fitxa\\_v2.jsp?NDCHEC=0047075](http://www.enciclopedia.cat/fitxa_v2.jsp?NDCHEC=0047075)

[http://www.enciclopedia.cat/fitxa\\_v2.jsp?NDCHEC=0201487](http://www.enciclopedia.cat/fitxa_v2.jsp?NDCHEC=0201487)

IES Gabriel Ferrater

<http://amarti35.wordpress.com/2010/02/28/olimpia-i-els-jocs/>

<http://amarti35.files.wordpress.com/2010/02/els-jocs-olimpics.pdf>

Palimpalem

[http://www.palimpalem.com/5/Historia-jocs-](http://www.palimpalem.com/5/Historia-jocs-olimpics/index.html?body1.html)

[olimpics/index.html?body1.html](http://www.palimpalem.com/5/Historia-jocs-olimpics/index.html?body1.html)

### **LLIBRES**

ANÒNIM. *La flama olímpica a Empúries i l'Escala, deu anys després. 1992-2002.*

ANÒNIM. *Reflexos d'Apol·lo: Esport i arqueologia a la mediterrània antiga.* Guia de l'exposició.

SEGURA MUNGUÍA, S.; CUENCA CABEZA M (2007). *El ocio en la Grecia clásica.* 1a ed. Univerdiad de Deusto. ISBN: 9788498300727

SINN U. (2001). *Olimpia.* Madrid: Acento (Flash back, nº 3). ISBN: 84-483-0581-7

SEGURA MUNGUÍA, S. (1992) *Los juegos olímpicos.* 1a ed. Madrid: Anaya.



**10.**  
**ANNEX**



## 10.1. ANEX I

### CAR, Centre d'Alt Rendiment de Sant Cugat



Entrada del CAR de Sant Cugat

El CAR és un organisme que dona suport a l'esport perquè sigui competitiu a nivell internacional, optimitzant recursos de la màxima qualitat tècnica i científica. D'aquesta manera disposa dels mitjans necessaris per a la formació integral dels esportistes.

El CAR compta amb una residència per a concentracions, Són moltes les seleccions i equips de diferents modalitats esportives, ja siguin catalans, espanyols o de fora de l'Estat, que realitzen les seves estades de preparació en aquest centre.

En aquest centre em vaig dirigir per poder contactar amb dos dels atletes catalans que han despuntat més al llarg de la història de l'atletisme en la seva modalitat. Antoni Corgos, saltador de llargada i que ha estat en tres olimpíades, i amb Josep Marín, atleta de Marató, i que ha participat en quatre olimpíades.

Ambdós, retirats actualment de l'esport actiu, no han deixat de treballar i donar suport a joves promeses fent d'entrenadors al CAR de Sant Cugat i estant vinculats a la Federació Catalana d'atletisme.



*Citius, Altius, Fortius*



Instal·lacions del Centre d'Alt Rendiment de Sant Cugat





## 10.2. ANEX II

Documentació aportada per la Federació Catalana de l'atletisme, que molt amablement em varen facilitar per poder tenir un llistat dels atletes catalans.

Amb aquesta documentació vaig poder localitzar i contactar amb dos dels atletes olímpics professionals molts rellevants en el seu esport i que varen participar en varies olimpíades.



### ATLETES CATALANS ALS JOCS OLÍMPICS

Carles SALA MOLERA	1980 - 1984 - 1988 - 1992 - 1996
Jesús Angel GARCIA BRAGADO *	1992 - 1996 - 2000 - 2004 - 2008
Josep MARIN SOSPEDRA	1980 - 1984 - 1988 - 1992
Javier GARCIA CHICO	1988 - 1992 - 1996 - 2000
María VASCO GALLARDO	1996 - 2000 - 2004 - 2008
Javier MORACHO TORRENTE *	1980 - 1984 - 1988
Antoni CORGOS CERVANTES	1980 - 1984 - 1988
Jordi LLOPART RIBAS	1980 - 1984 - 1988
Daniel PLAZA MONTERO	1988 - 1992 - 1996
Valentí MASSANA GRACIA	1992 - 1996 - 2000
Encarna GRANADOS AGUILERA	1992 - 1996 - 2000
Reyes ESTEVEZ LOPEZ	1996 - 2004 - 2008
José RIOS ORTEGA	2000 - 2004 - 2008
Natalia RODRIGUEZ MARTINEZ	2000 - 2004 - 2008
Joaquim MIQUEL CASAS	1924 - 1928
José Manuel ABASCAL GOMEZ	1980 - 1984
Manuel ALCALDE FORNIELES	1984 - 1988
Alberto RUIZ BENITO	1984 - 1992
Gaietà CORNET PAMIES	1988 - 1992
Jaime BARROSO RAMIREZ	1992 - 1996
Imma CLOPÉS GASULL	1996 - 2000
David CANAL VALERO	2000 - 2004
Carles CASTILLEJO SALVADOR	2004 - 2008
Miguel QUESADA VELASCO	2004 - 2008
Jackson QUIÑONEZ VERNAZA *	2004 - 2008
Irache QUINTANAL FRANCO	2004 - 2008
Berta CASTELLS FRANCO	2004 - 2008

\* Els anys 1980 i 1988 Javier Moracho pertanyia a un altra Federació.

\* Els anys 1992, 1996 i 2000 Jesús A. Garcia Bragado pertanyia a una altra Federació.

\* Jackson Quiñonez l'any 2004 va participar per l'Ecuador.



## ATLETES CATALANS ALS JOCS OLÍMPICS

### XXII Olimpíada. Moscou 1980 (8 atletes)

José M. ABASCAL GOMEZ	1.500 m.11.	1a. Ronda	6è.	3.44.7
Carles SALA MOLERA	110 m.t.	1a. Ronda Semifinal	6è. 7è.	14.28 14.00
Martí PERARNAU GRAU	Alçada	Qualificació	7è.	2.15
Antonio CORGOS CERVANTES	Llargada	Qualificació Final	6è. 7è.	7.96 8.09
Josep MARÍN SOSPEDRA	20 Km.m. 50 Km.m.	Final Final	5è. 6è.	1h 26.45.6 4h 03.08
Jordi LLOPART RIBAS	50 Km.m.	Final	2n.	3h 51.25
Joan LLOVERAS CALVET *	400 m.t.	1a. Ronda Semifinal	4t. 8è.	50.48 51.86

\* Atleta nascut a Catalunya pertanyent a un club de fora de Catalunya i amb llicència per una altra Federació.



## ATLETES CATALANS ALS JOCS OLÍMPICS

### XXIII Olimpíada. Los Angeles 1984 (12 atletes)

José M. ABASCAL GOMEZ	1.500 m.11.	1a. Ronda	1r.	3.37.68
		Semifinal	1r.	3.35.70
		Final	3r.	3.34.30
Jordi GARCÍA GONZALEZ	5.000 m.11.	1a. Ronda	9è.	14.12.15
Carles SALA MOLERA	110 m.t.	1a. Ronda	2n.	14.02
		Semifinal	4t.	13.85
		Final	7è.	13.80
Juan TORRES DIAZ	3.000 m.Ob.	1a. Ronda	9è.	8.40.76
Manuel GONZÁLEZ SOLANES	4 x 400	1a. Ronda	4t.	3.08.79
Alberto RUIZ BENITO	Perxa	Qualificació	4t.	5.45
		Final	9è.	5.20
Antonio CORGOS CERVANTES	Llargada	Qualificació	2n.	8.02
		Final	10è.	7.69
Josep MARÍN SOSPEDRA	20 Km.m.	Final	6è.	1h 25.32
Jordi LLOPART RIBAS	50 Km.m.	Final	7è.	4h 03.09
Manuel ALCALDE FORNIELES	50 Km.m.	Final	9è.	4h 05.47
Teresa RIONÉ LLANO	100 m.11.	1a. Ronda	4a.	11.55
		2a. Ronda	5a.	11.76
	200 m.11.	1a. Ronda	3a.	24.48
		2a. Ronda	6a.	23.78



## ATLETES CATALANS ALS JOCS OLÍMPICS

### XXIV Olimpíada. Seül 1988 (13 atletes)

Gaietà CORNET PAMIES	400 m.11.	1a. Ronda 2a. Ronda	2n. 5è.	46.16 45.39
Carles SALA MOLERA	110 m.t.	1a. Ronda 2a. Ronda Semifinal	4t. 4t. 6è.	14.00 13.77 13.85
Carles TURRÓ MAYNÉ	4 x 100	1a. Ronda	Reserva	
Alfonso ABELLÁN LINARES	Marató	Final	64è.	2h 31.10
Javier GARCÍA CHICO	Perxa	Qualificació	Nuls sobre 5.10	
Antonio CORGOS CERVANTES	Llargada	Qualificació Final	5è. 5è.	7.91 8.03
Josep MARÍN SOSPEDRA	20 Km.m. 50 Km.m.	Final Final	4t. 5è.	1h 20.34 3h 43.03
Daniel PLAZA MONTERO	20 Km.m.	Final	12è.	1h 21.53
Ricard PUEYO MINISTRAL	20 Km.m.	Final	23è.	1h 23.40
Jordi LLOPART RIBAS	50 Km.m.	Final	13è.	3h 48.09
Manuel ALCALDE FORNIELES *	50 Km.m.	Final	25è.	3h 59.13
Montse PUJOL CLUSELLA *	800 m.11.	1a. Ronda	5a.	2.03.73

\* Atleta nascut a Catalunya pertanyent a un club de fora de Catalunya i amb llicència per una altra Federació.

