

L'ATLETISME

“L'ésser humà, des dels seus orígens, ha hagut de córrer, saltar i llançar objectes per poder sobreviure. Aquestes activitats han estat les que després han configurat el que coneixem amb el nom d'atletisme. La lluita contra un mateix per superar la marca personal i l'esperit de sacrifici fan que aquest esport sigui un dels més espectaculars i practicats a tot el món”.

Els orígens de l'atletisme.

Córrer més ràpid, saltar més alt, llançar més lluny..., aquests són els objectius de l'atletisme que l'home, des de temps immemorials, ha perseguit.

Per això, l'aparició de l'atletisme, com una manera de competir amb els altres, va lligada al mateix origen de la humanitat.

Les primeres competicions atlètiques reglades de què tenim coneixement es remunten al món clàssic, a Grècia i Roma. En aquell temps es realitzaven els anomenats Jocs Públics, que consistien fonamentalment en algunes curses a peu, altres amb carro, salts i llançaments. En tenim constància per les obres del grec Homer (s IX aC).

A Grècia van néixer els primers Jocs Olímpics, la base dels quals és l'atletisme i es van anar celebrant, amb algunes intermitències, fins al segle IV de la nostra era. Posteriorment van ser restablerts, concretament l'any 1896, a la ciutat d'Atenes, gràcies als esforços del baró Pierre de Coubertin. Una de les particularitats d'aquests nous Jocs Olímpics era que s'havien de celebrar cada vegada en una seu diferent.

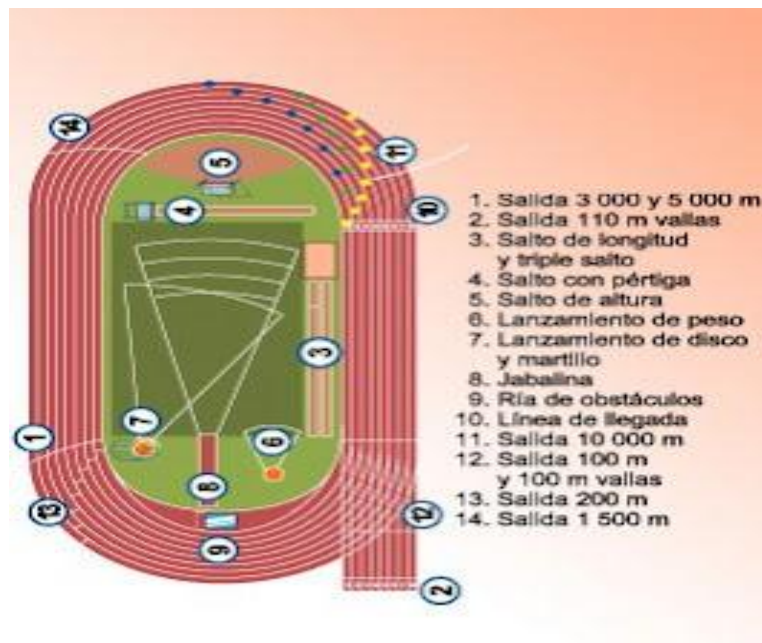
A les competicions que integraven inicialment els Jocs Olímpics s'han anat incorporant a poc a poc altres disciplines esportives fins a configurar el que són en l'actualitat. I, de ben segur, seguiran evolucionant, ja que a cada Olimpíada ens trobem amb nous esports.

Paral·lelament als Jocs Olímpics es convoquen també altres tipus de competicions atlètiques a tots els nivells. Els exemples més coneguts són els campionats del món o els europeus.



On es practica l'atletisme?

L'escenari tradicional on es practica l'atletisme és una pista ovalada, en la qual es realitzen les curses i que delimita un espai interior on es realitzen les diferents competicions de salts i llançaments.



Aquest és el més conegut, però no l'únic, ja que també se celebren a l'hivern les famoses competicions de Cross Country (camp a través), que tenen lloc en espais naturals, on es medeixen recorreguts de distàncies variables que els atletes han de completar. Pel que fa a la Marató, el més normal es que es realitzi en un espai obert (hem de tenir en compte que es tracta de 42,195 km), encara que és habitual que el final d'aquesta es faci entrant a l'estadi. Pel que fa a les competicions de pista, també s'ha de destacar que existeix una variant per allotjar les competicions d'hivern, com a protecció a les dures condicions climàtiques, que és l'anomenada pista coberta, i que té un

perímetre màxim de 200 m. Aquí es modifiquen les distàncies d'algunes curses i se suprimeixen alguns llançaments que, per les reduïdes dimensions de l'espai, fora impossible realitzar.

Però l'atletisme de veritat és a la pista a l'aire lliure, el que es realitza en les pistes de 400 m de corda, i que és el que té major resor. A ell ens referirem a partir d'ara.

Les proves de l'atletisme.

Les proves que componen el programa de l'atletisme poden ser de dos tipus:

CURSES

Des de les proves de velocitat fins a les de gran resistència. Inclouen les següents especialitats:

Velocitat: Proves de 100 m, 200 m i 400 m

Mig fons: Proves de 800 m i 1.500 m

Fons: Proves de 5.000 m, 10.000 m i la maratón

Cursa de tanques: 110 m tanques, 400 m tanques i 100 m tanques femení

Cursa d'obstacles: 3.000 m obstacles

Cursa de relleus: 4 x 100 m i 4 x 400 m

Marxa atlètica: 20 km, 50 km i 10 km femení

CONCURSOS

Poden ser de salts, de llançaments o de proves combinades.

Salts: de llargada, triple salt, d'alçada i de perxa

Llançaments: de pes, de disc, de martell i de javelina

Proves combinades: decatlon masculí (100 m, 400 m, 1.500 m, 110 m-t; salts de llargada, alçada i perxa; llançaments de disc, javelina i pes) i heptatlon femení (200 m, 800 m, 100 m-t; salts de llargada i alçada; llançaments de javelina i pes).

Alfred Vilaseca Cortina.