



## **Οι Ολυμπιακοί Αγώνες στην Αρχαιότητα**

**Γενικό Λύκειο Ζεφυρίου**

## Περιεχόμενα

ΟΛΥΜΠΙΑΚΟΙ ΑΓΩΝΕΣ ΣΤΗΝ ΑΡΧΑΙΟΤΗΤΑ .....	2
ΕΙΣΑΓΩΓΗ .....	2
ΗΛΙΔΑ ΚΑΙ ΠΙΣΑ .....	2
ΘΕΣΠΙΣΗ ΤΩΝ ΑΓΩΝΩΝ .....	3
<b>ΚΑΤΑΡΓΗΣΗ ΤΩΝ ΑΓΩΝΩΝ</b> .....	4
ΣΤΑΔΙΑΚΗ ΕΞΕΛΙΞΗ ΤΩΝ ΑΓΩΝΙΣΜΑΤΩΝ .....	4
ΤΑ ΑΓΩΝΙΣΜΑΤΑ.....	5
Αγώνες δρόμου .....	5
Πάλη.....	5
Πυγμαχία .....	6
Παγκράτιο.....	6
Πένταθλο .....	6
Αρματοδρομία .....	7
ΣΗΜΑΣΙΑ ΤΩΝ ΑΓΩΝΩΝ .....	7
ΠΡΟΓΡΑΜΜΑ ΔΙΕΞΑΓΩΓΗΣ ΤΩΝ ΑΓΩΝΩΝ.....	8
ΟΙ ΕΛΛΗΝΟΔΙΚΕΣ .....	8
Η ΟΛΥΜΠΙΑΚΗ ΓΙΟΡΤΗ .....	9
ΓΥΜΝΙΚΟΙ ΟΛΥΜΠΙΑΚΟΙ ΑΓΩΝΕΣ .....	9

# ΟΛΥΜΠΙΑΚΟΙ ΑΓΩΝΕΣ ΣΤΗΝ ΑΡΧΑΙΟΤΗΤΑ

Τα **Ολύμπια**, οι Ολυμπιακοί αγώνες στην αρχαιότητα, ήταν η πιο σημαντική αθλητική διοργάνωση της αρχαίας Ελλάδας και διεξάγονταν στην Αρχαία Ολυμπία κάθε τέσσερα χρόνια μετά το **776 π.Χ.** Στα Ολύμπια έπαιρναν μέρος αθλητές από όλη την Ελλάδα (και αργότερα από άλλα μέρη) και σταδιακά απέκτησαν ιδιαίτερη αίγλη. Η διοργάνωσή τους γινόταν μέχρι το **393** όταν ο αυτοκράτορας **Θεοδόσιος** απαγόρευσε την διεξαγωγή τους. Από το **1896**, αναβιώθηκαν με την ονομασία **Ολυμπιακοί Αγώνες** και διεξάγονται ως διεθνείς αγώνες, γνωστοί και ως Θερινοί Ολυμπιακοί.

## ΕΙΣΑΓΩΓΗ

Στην ιστορική εποχή οι Ολυμπιακοί αγώνες διεξάγονταν μετά το **θερινό ηλιοστάσιο** κάθε τέσσερα χρόνια. Η τετραετία αυτή ονομάζονταν «*πενθετηρίς*» επειδή οι αρχαίοι συμπεριλάμβαναν και τα δύο έτη της διοργάνωσης, που σημάδευαν την αρχή και το τέλος της περιόδου. Οι πενθετηρίες ονομάζονταν με τον αύξοντα αριθμό της εκάστοτε Ολυμπιάδας και χρησίμευαν ως χρονική αναφορά. Ο πρώτος καταγραμμένος εορτασμός των Ολυμπιακών Αγώνων στην αρχαιότητα ήταν στην **Ολυμπία**, το **776 π.Χ.**, δηλαδή η πρώτη πενθετηρία ξεκινά το καλοκαίρι του **775 π.Χ.** σύμφωνα με το σημερινό ημερολόγιο. Είναι σχεδόν σίγουρο ότι αυτή δεν ήταν και η πρώτη φορά που γίνονταν οι Αγώνες. Τότε οι Αγώνες ήταν μόνο τοπικοί και διεξαγόταν μόνο ένα αγώνισμα, η κούρσα του **σταδίου**. Ο **Παυσανίας** μνημονεύει τους κατοίκους της **Ήλιδας**, οι οποίοι από τα πανάρχαια χρόνια είχαν κτίσει ναό προς τιμήν του Κρόνου. Όταν γεννήθηκε ο Δίας, οι **Ιδαίοι Δάκτυλοι** ήρθαν από την Κρήτη στην Ήλιδα και έκαναν αγώνα δρόμου για να διασκεδάσει λίγο ο βρεφικός Δίας. Ο μεγαλύτερος από αυτούς, ο Ηρακλής (όχι ο **ομώνυμος ήρωας**), έβαλε τους άλλους αδερφούς του, τον Παιωναίο, τον Επιμήδη, τον Ιάσιο και τον Ίδα να τρέξουν, και μετά τη λήξη των αγώνων, ο Ιδαίος Ηρακλής στεφάνωσε τους νικητές με κλαδί άγριας ελιάς, ένα δέντρο που είχε φέρει από την χώρα των **Υπερβορείων**. Ο αγώνας αυτός θεωρείται έτι είναι η μυθική παράδοση των Ολυμπιακών αγώνων και χρονολογείται στα τέλη της **2ης χιλιετίας π.Χ.**<sup>[1]</sup> Σύμφωνα με το ίδιο μύθο, ο Ιδαίος Ηρακλής ήταν εκείνος που έδωσε το όνομα **Ολύμπια** στους αγώνες αυτούς. Σύμφωνα με έναν άλλο μύθο, στην τοποθεσία αυτή πάλεψε ο ίδιος ο Δίας με τον Κρόνο για την εξουσία της Γης, ενώ ένας τρίτος μύθος συμπληρώνει ότι μετά την μάχη αυτή, διεξήχθησαν οι πρώτοι Ολυμπιακοί αγώνες προς τιμήν και εορτασμό της έκβασης της μάχης και της νίκης του Ολύμπιου Δία. Στους αγώνες αυτούς πήραν μέρος οι Ολύμπιοι θεοί, και μάλιστα ο **Απόλλων** νίκησε τον **Ερμή** και τον **Άρη** στο τρέξιμο και την πυγμαχία αντίστοιχα. Αυτά σύμφωνα με τον Παυσανία.

## ΗΛΙΔΑ ΚΑΙ ΠΙΣΑ

Από τότε πέρασαν πολλά χρόνια, ώσπου ο **Κλύμενος**, απόγονος τους Ιδαίου Ηρακλή, πενήντα χρόνια μετά τον **κατακλυσμό του Δευκαλίωνα** εγκαταστάθηκε στην

Ολυμπία. Ο Κλύμενος έγινε βασιλιάς και επανίδρυσε τους Ολυμπιακούς αγώνες. Νικήθηκε όμως από τον **Ενδυμίωνα** γιό του **Αέθλιου**, ο οποίος με την σειρά του ανέβηκε στον θρόνο. Ο γιος του Ενδυμίωνα έκανε με την **Σελήνη** πενήντα κόρες, οι οποίες από τότε αντιπροσωπεύουν τους πενήντα μήνες (πενήντα σελήνες, ή φεγγάρια) που σχηματίζουν την εορταστική πεντετηρίδα, και γι' αυτό οι Ολυμπιακοί αγώνες διεξάγονταν κάθε τέσσερα χρόνια. Ο Ενδύμιος όρισε έναν αγώνα δρόμου με βραβείο τον θρόνο. Στον αγώνα αυτό πήραν μέρος οι τρεις γιοί του, ο Παίων, ο **Επειός** και ο Αιτωλός. Νίκησε ο Επειός, ο οποίος παραχώρησε το βραβείο στον γιο του και ονοματοδότη της περιοχής της **Ήλιδας**, τον Ηλείο. Την ίδια εποχή, στην κοντινή **Πίσα** κυβερνούσε ο Αιτωλικής καταγωγής βασιλιάς **Οινόμαος**. Πιθανώς οι Ολυμπιακοί αγώνες της εποχής αυτής να διοργανώνονταν βάσει της **Ολυμπιακής εκχειρίας**, μιας συμφωνίας ειρήνης που είχαν κλείσει ο **Ίφιτος** από την Ήλιδα, ο **Λυκούργος** από την Σπάρτη και ο **Κλεοσθένης** από την Πίσα, αφού σύμφωνα με τον Πausανία, η συμφωνία αυτή φυλασσόταν στον ναό της Ήρας στην Ολυμπία. Η ιερή εκχειρία όριζε σε όλες τις ελληνικές πολιτείες τη μη κατάκτηση της Ολυμπίας αλλά και τη διακοπή κάθε **πολεμικής** εχθροπραξίας όταν άρχιζε η περίοδος των αγώνων. Μόλις έμπαινε ο μήνας των αγώνων, την εκχειρία αυτή τη διαλαλούσαν σε όλους τους ελληνικούς δήμους ειδικοί κήρυκες που τους όριζαν οι επιμελητές του ιερού της Ηλείας.

## ΘΕΣΠΙΣΗ ΤΩΝ ΑΓΩΝΩΝ

Με την πάροδο του χρόνου, ο θεσμός της Ολυμπιακής εκχειρίας και των Ολυμπιακών αγώνων έγιναν όλο και πιο δημοφιλείς σε όλο τον Ελλαδικό χώρο. Ενώ αρχικά στους αγώνες έπαιρναν μέρος μόνο κάτοικοι της Ήλιδας, σταδιακά διευρύνθηκε ο κανονισμός, ώστε να επιτρέπονται αθλητές από την Αρκαδία, την Λακεδαιμονία και την Μεσσηνία, ακόμα και από όλη την Πελοπόννησο και τα Μέγαρα. Ακολούθησαν οι εκτός Πελοποννήσου πόλεις των Αθηνών και της Ιωνίας. Μέχρι τον **4ο αι. π.Χ.** που σημειώνεται και το τέλος των Ολυμπιακών αγώνων, η συρροή των αθλητών από όλα τα μέρη ήταν μεγάλη. Από τις Αποικίες στην Σικελία και την Μικρά Ασία, την Ρόδο, από την Αίγυπτο (ιδίως την Αλεξάνδρεια), την Κυρήνη και την Φοινίκη, αλλά και από την Ρωμαϊκή αυτοκρατορία έρχονταν αθλητές για να αγωνιστούν στην Ολυμπία. Τελευταίος Ολυμπιονίκης ήταν ο Αρμένιος Αρσακιάδης Artavazd (ή Varaztad).

Από την 37η Ολυμπιάδα (**632 π.Χ.**) αρχίζουν να παίρνουν μέρος έφηβοι. Ο έφηβος Δαμίσκος από την Μεσσηνία κερδίζει στην 103η Ολυμπιάδα (**368 π.Χ.**) τον αγώνα δρόμου σε ηλικία δώδεκα ετών.

Η παρακολούθηση των αγώνων επιτρεπόταν σε όλους, ελεύθερους και δούλους, ακόμα και βάρβαρους. Μονάχα απαγορευόταν αυστηρά στις γυναίκες, ίσως γιατί ορισμένοι αθλητές αγωνίζονταν γυμνοί. Για όποια μάλιστα τολμούσε να παραβεί τη διαταγή αυτή, υπήρχε η ποινή του **θανάτου**. Ωστόσο, μία γυναίκα που ανήκε σε σπουδαία αθλητική οικογένεια και λαχταρούσε να καμαρώσει νικητές μέσα στο στάδιο τους δικούς της, δε δίστασε να ντυθεί άντρας και να περάσει μέσα στους θεατές των αγώνων. Ήταν η **Καλλιπάτεια**, κόρη του περίφημου **Ρόδιου** Ολυμπιονίκη **Διαγόρα**, αδελφή και μητέρα επίσης νικητών στις Ολυμπιάδες. Αυτή ακριβώς η συγγένειά της με ξεχωριστούς αθλητές έκανε ίσως τους

Ελλανοδίκες να της συγχωρήσουνε την παράβαση και να της επιτρέψουνε τιμητικά να παρακολουθήσει τους αγώνες.

Επίσης σημειώνεται μεμονωμένα και απόδοση τιμών σε γυναίκες, πράγμα που δεν ήταν σύνηθες φαινόμενο, αφού η συμμετοχή ήταν καθαρά ανδρικό προνόμιο. Στα ιππικά αθλήματα της αρματοδρομίας και της ιππασίας όμως το βραβείο πήγαινε στον ιδιοκτήτη του αλόγου, που δεν ήταν αναγκαστικά ο ίδιος ο ιππέας που έπαιρνε μέρος. Έτσι έχουμε την Σπαρτιάτιδα Κυνίσκα, θυγατέρα του Αρχίδαμου και αδερφή του Αγησίλαου, που τιμήθηκε με το κλαδί ελιάς και στην οποία έκτισαν ηρώο και αφιέρωσαν ανδριάντες.

Συχνά μπορούσε κάποιος ν' ανακηρυχθεί Ολυμπιονίκης χωρίς να αγωνιστεί έγκαιρα στο στάδιο ή δίσταζε να λάβει μέρος από φόβο μη νικηθεί. Τέλος, σε περίπτωση που ο αριθμός των αγωνιστών σε κάποιο άθλημα ήτανε περιττός, απόμεινε μετά την κλήρωση των ζευγαριών ένας αθλητής που λεγόταν έφεδρος. Αυτός περίμενε με ακμαίες τις σωματικές του δυνάμεις να συναγωνιστεί μ' εκείνον που ύστερα από αλλεπάλληλους αγώνες θα είχε καταβάλει τους άριστους από κάθε ζεύγος αθλητών.

## ΚΑΤΑΡΓΗΣΗ ΤΩΝ ΑΓΩΝΩΝ

Οι Ολυμπιακοί Αγώνες διατηρήσανε την αίγλη τους σε όλη την ελληνική αρχαιότητα και όσοι νικούσαν σε αυτούς δοξάστηκαν από λαμπρούς ποιητές, όπως ο Πίνδαρος, ο Σιμωνίδης ο Κείος και ο Βακχυλίδης. Όταν όμως επικράτησαν οι Ρωμαίοι, το ευγενικό πνεύμα των αγώνων άρχισε να νοθεύεται με βίαια θεάματα και σιγά-σιγά οι Έλληνες αθλητές αποσύρθηκαν και δεν έπαιρναν μέρος στους αγώνες. Έτσι, ο θεσμός των Ολυμπιακών Αγώνων έχασε τη σημασία του. Όταν ο Χριστιανισμός έγινε η επίσημη θρησκεία της Ρωμαϊκής αυτοκρατορίας, οι Ολυμπιακοί θεωρούνταν πια σαν μία παγανιστική γιορτή, και το 393 μ.Χ., ο αυτοκράτορας Θεοδόσιος απαγόρευσε τη διεξαγωγή τους. Με αυτό τον τρόπο τελείωσε μια περίοδος χιλίων χρόνων κατά την οποία οι Ολυμπιακοί διεξάγονταν συνέχεια κάθε τέσσερα χρόνια.

## ΣΤΑΔΙΑΚΗ ΕΞΕΛΙΞΗ ΤΩΝ

### ΑΓΩΝΙΣΜΑΤΩΝ

Αρχικά, το αγωνιστικό πρόγραμμα περιελάμβανε μόνο το «στάδιο», τον αγώνα δρόμου, και περιοριζόταν σε μια μόνο ημέρα. Στη 14η Ολυμπιάδα (724 π.Χ.) προστέθηκε ο «δίαυλος» (διπλός αγώνας δρόμου). Στη 15η Ολυμπιάδα (720 π.Χ.) καθιερώθηκε ο «δόλιχος» (αγώνας δρόμου μεγάλου μήκους), ενώ οι 18οι Ολυμπιακοί αγώνες (708 π.Χ.) διευρύνονται με το «Πένταθλο» και την πάλη. Είκοσι χρόνια αργότερα (23η Ολυμπιάδα, 688 π.Χ.) προστέθηκε η «πυγμή», και αργότερα (25η Ολυμπιάδα, 680 π.Χ.) η αρματοδρομία του τέθριππου (ζυγός τεσσάρων ίππων). Τριάντα δύο χρόνια αργότερα (33η Ολυμπιάδα, 648 π.Χ.) προστέθηκαν οι ιπποδρομίες και το «Παγκράτιο» που συνδυάζει πάλη και πυγμαχία. Τα αγωνίσματα εφήβων περιοριζόνταν στον αγώνα δρόμου, το Πένταθλο και την πάλη.

Στην 65η Ολυμπιάδα (520 π.Χ.) καθιερώνονται ο «οπλιτόδρομος» (αγώνας δρόμου ανδρών με πολεμική στολή) και στην 66η Ολυμπιάδα (516 π.Χ.) ο δρόμος και η πάλη



παίδων. Στην 93η Ολυμπιάδα ([408 π.Χ.](#)) καθιερώθηκε και η αρματοδρομία με ζυγό δύο αλόγων. Για μια μικρή περίοδο (70ή - 71η Ολυμπιάδα) έγινε πειραματικά καθιέρωση αρματοδρομίας με φοράδες και μουλάρια, ενώ την 99η Ολυμπιάδα ([384 π.Χ.](#)) εμφανίζονται αρματοδρομίες τεσσάρων και αργότερα (128η Ολυμπιάδα, [268 π.Χ.](#)) δύο πουλαριών, και δώδεκα έτη αργότερα ([256 π.Χ.](#)) ιππασία σε πουλάρι.

Οι Ολυμπιακοί ήταν καθαρά αθλητικοί αγώνες χωρίς μουσικό διαγωνισμό όπως συνηθιζόταν στις άλλες παρόμοιες εορτές. Μια μοναδική εξαίρεση είχε γίνει επί Νέρωνα, καθώς και στην 96η Ολυμπιάδα όπου έγινε διαγωνισμός τρομπέτας, χωρίς όμως μουσικό κριτήριο.

Οι Ολυμπιάδες πέρασαν τις δύο, τις τρεις ημέρες και τελικά έφτασαν να διαρκούνε πέντε ημέρες.

## ΤΑ ΑΓΩΝΙΣΜΑΤΑ

### Αγώνες δρόμου

Ο απλός αγώνας δρόμου, το «στάδιον» ήταν το πρώτο αγώνισμα που καθιερώθηκε. Μέχρι τους 15ους Ολυμπιακούς αγώνες οι αθλητές που έπαιρναν μέρος φορούσαν περιζώμα, ενώ αργότερα αγωνίζονταν εντελώς γυμνοί, επιδεικνύοντας την επίδοσή τους στο πολεμικό βάδισμα και τρέξιμο. Τέρμα ήταν το σημείο που βρίσκονταν το βραβείο, ενώ οι θεατές στέκονταν δεξιά και αριστερά κατά μήκος της αμμώδους διαδρομής που είχε μήκος εξακοσίων Ολυμπιακών ποδιών (περ. 192 μέτρα). Οι αθλητές ανταγωνίζονταν σε ομάδες τεσσάρων. Οι επί μέρους νικητές ανταγωνίζονταν μεταξύ τους, επίσης σε ομάδες τεσσάρων. Στον «δίαυλο» οι αθλητές έτρεχαν την διπλή διαδρομή επιστρέφοντας στο σημείο της αφετηρίας, ενώ στον «δόλιχο» η διαδρομή ήταν δώδεκα «δίαυλοι», δηλαδή 24 «στάδια». Η διαδρομή του «οπλιτόδρομου» είχε μήκος δύο «σταδίων», και οι πολεμιστές αρχικά φορούσαν τον πλήρη εξοπλισμό (περικεφαλαία, κνημίδες, ασπίδα) και αργότερα ήταν γυμνοί και κρατούσαν μόνο ασπίδα.

Οι έφηβοι αγωνίζονταν μόνο στο απλό «στάδιο», δηλαδή στον αγώνα δρόμου μιας διαδρομής. Ο Πausanίας μνημονεύει επίσης τον αγώνα δρόμου των «Ηλίων παρθένων», οι οποίες έπαιρναν μέρος ντυμένες με έναν κοντό χιτώνα, τον δεξιό ώμο γυμνό και τα μαλλιά λυτά.

### Πάλη

Η πάλη ήταν πολύ δημοφιλές άθλημα. Σύμφωνα με τον μύθο ο [Θησέας](#) ήταν αυτός που ανακάλυψε την τεχνική της πάλης, έτσι ώστε ο νικητής να μην είναι εξαρτημένος μόνο από την φυσική του σωματική δύναμη, αλλά από την τεχνική, την ευελιξία και την γρηγοράδα των κινήσεών του. Ο έφηβος Κρατίνος φημίστηκε όχι μόνο για την νίκη του, αλλά και για την καλαισθησία των κινήσεων του.

Στην πάλη διακρίνουμε δύο αγωνίσματα. Στο πρώτο ο αθλητής είχε σκοπό να ρίξει τον αντίπαλο τρεις φορές με τους ώμους στο χώμα, ενώ στο δεύτερο ο αγώνας συνεχιζόταν ακόμα και στο έδαφος, μέχρι που ο νικημένος αναγκαζόταν να παραδεχτεί την ήττα του σηκώνοντας το χέρι.

## Πυγμαχία

Η πυγμαχία ήταν βίαιο και συχνά θανατηφόρο αγώνισμα. Τα χέρια ήταν ενισχυμένα με χοντρά δερμάτινα λουριά από τον αγώνα μέχρι τις γροθιές, ενώ τα δάχτυλα έμεναν ακάλυπτα για να κλείνουν σχηματίζοντας γροθιά. Τα λουριά μπορεί να ήταν ενισχυμένα με σβολάκια από μολύβι ή καρφιά. Σε περίπτωση που ο αγώνας κρατούσε πολλή ώρα χωρίς νικητή, οι αγωνιστές έπρεπε να κάνουν την ονομαζόμενη «κλίμακα». Δηλαδή οι πυγμαχοί έστεκαν ακίνητοι χωρίς να αμύνονται ή να αποφεύγουν το χτύπημα, ενώ εναλλακτικά αντάλασσαν χτυπήματα μέχρι που ένας από τους δυο κατέρρεε. Αν και πολλές μαρτυρίες έχουμε για τα φοβερά και αιματηρά τραύματα του αγωνίσματος, η τέχνη της πυγμαχίας ήταν άλλη. Νικητής ήταν αυτός που κατόρθωνε να μην χτυπηθεί. Ακόμα καλύτερα ήταν αυτός που κατόρθωνε να μην χτυπηθεί αλλά ούτε και να χτυπήσει τον αντίπαλο, κάνοντάς τον απλά να καταρρεύσει εξουθενωμένος από τις άκαρπες επιθετικές προσπάθειές του.

## Παγκράτιο

Το δυσκολότερο άθλημα στους Ολυμπιακούς αγώνες ήταν αναμφισβήτητο το παγκράτιο. Ήταν συνδυασμός της πάλης και της πυγμαχίας. Ο νικητής έπρεπε να νικήσει συνδυάζοντας την ευελιξία αλλά και την δύναμη της γροθιάς, συμβολίζοντας έτσι τον ηρωικό αγώνα του άοπλου πολεμιστή στην μάχη. Σε αντίθεση με την καθεαυτού πυγμαχία, οι αθλητές του παγκρατίου αγωνίζονταν με γυμνά χέρια και δεν χτυπούσαν με την γροθιά, αλλά με τα δάχτυλα της πυγμής. Δυο θρυλικόι αθλητές του παγκρατίου έμειναν στην ιστορία, ο [Θεαγένης](#) και ο [Πολυδάμας](#).

## Πένταθλο

Το πένταθλο αποτελείτο από πέντε επί μέρους αγωνίσματα: *τροχάδην, άλμα, πάλη, δισκοβολία και ακόντιο*. Οι αθλητές του πένταθλου ήταν φημισμένοι για την καλαισθησία του αρμονικά γυμνασμένου σώματός τους. Η διεξαγωγή του πένταθλου άρχιζε με την ρίψη δίσκου ή με το άλμα, και συνέχιζε με την ρίψη ακοντίου, τον αγώνα δρόμου και την πάλη. Η προκαταρκτική εξάσκηση που γινότανε στα αθλητικά γυμναστήρια συμπεριλάμβανε τέσσερις κατηγορίες άλματος, το *άλμα ύψους* (επί τόπου), *άλμα ύψους* (με φόρα), *άλμα μήκους* και *άλμα βάθους*, ενώ στους Ολυμπιακούς αγώνες μνημονεύεται μόνο το **άλμα** μήκους. Το άλμα συνοδευόταν από τους ήχους της φλογέρας που έπαιζε το «*Πύθιο άσμα*». Η εκκίνηση γινόταν από μια ελαστική σανίδα, τον «*βατήρα*», ενώ οι αθλητές χρησιμοποιούσαν ένα βοηθητικό όργανο, τους «*αλήρες*». Ο κανονισμός του αθλήματος επέβαλε στον αθλητή να προσγειωθεί όρθιος και να σταθεί ακίνητος ακριβώς στο σημείο της επαφής του με το έδαφος. Το σημείο της πιθανής προσγείωσης ήταν ανασκαμμένο για να είναι το χώμα λίγο πιο μαλακό. Συχνά συναντάμε σε σχετικές αγγειογραφίες την [αζίνα](#) η οποία χρησίμευε για την εκσκαφή του σκληρού από την ξηρασία καλοκαιρινού εδάφους, ή για να σημαδεύουν στο χώμα το ρεκόρ. Η **δισκοβολία** ήταν αγώνισμα βολής που εξελίχτηκε από την ρίψη πέτρας στην μάχη, και διεξάγονταν αρχικά με απλές πέτρες κάπως μεγάλων διαστάσεων, όπως συμπεραίνουμε από ένα αρχαιολογικό εύρημα στον χώρο της Ολυμπίας. Ο Όμηρος μνημονεύει επίσης τον λίθινο δίσκο των Φαίακων. Η τεχνική ρίψης δίσκου είναι απαθανατισμένη σε πολλές αγγειογραφίες, ανάγλυφα και ανδριάντες, το πιο φημισμένο από αυτά είναι ο παγκόσμιος γνωστός **δισκοβόλος** του [Μύρωνα](#). Το **ακόντιο** ήταν επίσης εμπνευσμένο από το αντίστοιχο πολεμικό ή κυνηγετικό όπλο, αν και στην προκειμένη μορφή ήταν ειδικά

κατασκευασμένο για αποκλειστική αθλητική χρήση. Ήταν κοντότερο, λεπτότερο και ελαφρότερο, ενώ κατέληγε σε μακρύ μυτερό άκρο. Στην μέση του κονταριού ήταν προσαρμοσμένη η «αγκύλη», που ήταν λουράκι ή θηλιά για να υποβοηθάει τον αθλητή στην εξακόντισή του, χωρίς όμως να είναι εξακριβωμένη η ακριβής λειτουργία της αγκύλης. Επίσης δεν είναι γνωστό αν το ακόντιο ήταν άθλημα βολής ή σκοποβολής. Τα αγωνίσματα **δρόμου** και **πυγμαχίας** παρουσιάστηκαν πιο πάνω.

### **Αρματοδρομία**

Η αρματοδρομία διεξάγονταν σε ιδιαίτερο στάδιο, το «*ιπποδρόμιο*», αγνώστων σήμερα διαστάσεων. Το μοναδικό ιπποδρόμιο που διασώζεται σήμερα στην Ελλάδα βρίσκεται στο **Λύκαιο όρος** και έχει μήκος 300 μέτρα, ή ενάμιση σταδίου, και πλάτους εκατό μέτρων. Το ιπποδρόμιο της Ολυμπίας πρέπει κατά τα λεγόμενα του Πausανία να είχε μεγαλύτερο πλάτος. Ο μηχανισμός εκκίνησης ήταν εφεύρεση του **Κληοίτα**, την οποία τελειοποίησε ο **Αριστείδης**. Στο ένα άκρο του ιπποδρομίου ήταν κτισμένος ο στρογγυλός βωμός του **Ταράξιππου**, αφού τα άλογα πάθαιναν απροσδόκητα πανικό όταν περνούσαν από το σημείο αυτό. Οι αρματοδρομίες ξεκινούσαν με τις πρώτες ηλιαχτίδες τα χαράματα και διαρκούσαν μέχρι το απόγευμα. Τα ιππικά αγωνίσματα (από το 648π.Χ.) ήταν οι αρματοδρομίες, οι αγώνες με άρματα με τον ηνίοχο να οδηγεί το άρμα, και η «ιπποδρομία τελείων κελήτων» που ήταν ιππασία με τον αναβάτη να κατευθύνει το άλογο. Στην ιππασία με αναβάτη ακόμη έχουμε: την «κάλλιπη» (από το 496π.Χ.-444π.Χ.), που ήταν ιπποδρομίες φοράδων και στη τελευταία στροφή ο αναβάτης κατέβαινε και κρατώντας την από τα ηνία έτρεχε μαζί με τη φοράδα, και την ιπποδρομία «πώλων» (από το 256π.Χ.). Τα ιππικά, ήταν τα μοναδικά αγωνίσματα όπου νικητής και ολυμπιονίκης μπορούσε να είναι γυναίκα, διότι στα αγωνίσματα αυτά, νικητής στέφονταν όχι ο αθλητής αλλά ο ιδιοκτήτης του αλόγου.

## **ΣΗΜΑΣΙΑ ΤΩΝ ΑΓΩΝΩΝ**

Από το 776 π.Χ. και μετά οι Αγώνες, σιγά-σιγά, έγιναν πιο σημαντικοί σε ολόκληρη την αρχαία Ελλάδα φτάνοντας στο απόγειο τους κατά τον **6ο** και **5ο αι. π.Χ.**. Οι Ολυμπιακοί είχαν επίσης **θρησκευτική** σημασία αφού γίνονταν προς τιμή του θεού **Δία**, του οποίου το **τεράστιο άγαλμα** στεκόταν στην Ολυμπία. Ο αριθμός των αγωνισμάτων έγινε είκοσι και ο εορτασμός γινόταν στην διάρκεια μερικών ημερών. Οι νικητές των αγώνων θαυμάζονταν και γίνονταν αθάνατοι μέσα από ποιήματα και αγάλματα. Το έπαθλο για τους νικητές ήταν ένα στεφάνι από κλαδιά ελιάς.



## ΠΡΟΓΡΑΜΜΑ ΔΙΕΞΑΓΩΓΗΣ ΤΩΝ

### ΑΓΩΝΩΝ

Αρχικά οι Ολυμπιακοί αγώνες διαρκούσαν μια ημέρα μόνο. Αργότερα, το πρόγραμμα διευρύνθηκε και εμπλουτίστηκε με πλήθος αθλημάτων και πανηγυρικών εκδηλώσεων που συνόδευαν την εορτή, διάρκειας πέντε ημερών, στην οποία συνέρρεε πλήθος αθλητών και θεατών. Ο Πausanίας αναφέρει ως αιτία την διεξαγωγή των 77ών Ολυμπιακών αγώνων (472 π.Χ.), όταν η αρματοδρομία και το πένταθλο είχαν αργοπορήσει τόσο πολύ, που το παγκράτιο άρχισε καθυστερημένα και διήρκεσε μέχρι τις νυκτερινές ώρες, με αποτέλεσμα να νικήσει ο Αθηναίος Καλλίας. Τότε αποφασίστηκε η πολυήμερη διεξαγωγή των αγώνων και καθιερώθηκε το πενθήμερο πρόγραμμα ως εξής. Οι τελετές άρχιζαν την 11η ημέρα του μήνα και διαρκούσαν μέχρι την 15η ημέρα, έτσι ώστε η νύχτα της τέταρτης μέρας των αγώνων να λούζεται στο φως της πανσέληνου. Σύμφωνα με το σημερινό ημερολόγιο η έναρξη των αγώνων γίνονταν περίπου στα τέλη Ιουνίου, αρχές Ιουλίου. Η πρώτη ημέρα ήταν αφιερωμένη στους θεούς. Η σημαντικότερη εναρκτήρια σπονδή ήταν προς τιμή του Ολυμπίου Διός, και γινόταν από εκπροσώπους της πόλης της Ήλιδας. Ακολουθούσε ο όρκος των αθλητών, προπονητών και ελλανοδικών (δηλαδή των διαιτητών που θα έκριναν τα αποτελέσματα των αγώνων), κατά τον οποίο γινόταν θυσία, ενώ οι διαιτητές έβγαζαν λόγο απευθυνόμενοι στους αγωνιστές. Όσο για τους ανήλικους νέους που έπαιρναν μέρος, ορκίζονταν οι πατέρες ή οι πιο μεγάλοι αδελφοί τους. Επίσης, οι αθλητές και τα άλογα εξετάζονταν για να κριθεί η συμμετοχή τους και για να κληρωθούν στις ομάδες που θα έπαιρναν μέρος. Το πρόγραμμα της πρώτης ημέρας κατέληγε σε γενική φαγοπότη γνωριμίας ενώ την ίδια μέρα γινόταν και η ευγενική άμιλλα για την ανάδειξη των καλύτερων κηρύκων και σαλπικτών. Αυτοί που κέρδιζαν, λάβαιναν το τιμητικό προνόμιο ν' αναγγέλλουν και να εκφωνούνε τα ονόματα των Ολυμπιονικών την ώρα των βραβείων. Την πρώτη μέρα των αγωνισμάτων, πριν από τα χαράματα γέμιζαν οι κερκίδες, αφού με τις πρώτες ηλιαχτίδες ξεκινούσαν τα πρώτα αγωνίσματα. Τη δεύτερη, τρίτη και τέταρτη μέρα των αγώνων διεξάγονταν τα αγωνίσματα, ενώ η τελευταία μέρα ήταν αφιερωμένη στις τελετές, πομπές και στις θυσίες στους θεούς. Την τελευταία μέρα των Ολυμπιακών αγώνων γινόταν η απονομή των στεφάνων. Ένας νεανίας έκοβε με χρυσό ψαλίδι τα κλαδιά της ελιάς από το ιερό δέντρο. Με την απονομή του στεφανιού αναγγέλλονταν το όνομα του αθλητή, μαζί με αυτό του πατέρα του και της πατρίδας του και γινόταν αθάνατο σε όλες τις τότε Ελληνικές πόλεις. Οι νικητές έδιναν δώρα στους θεούς, καθένας με τις δυνατότητές του για να τους ευχαριστήσουν για την υψηλότερα των τιμών. Ακολουθούσαν πομπές και γενικό φαγοπότη, συνοδευόμενο από τραγούδι και μουσική, τα «επινίκια».

### ΟΙ ΕΛΛΑΝΟΔΙΚΕΣ

Τη διοργάνωση και την εποπτεία των Αγώνων είχαν αναλάβει οι κάτοικοι της Ήλιδας, οι Ελλανοδίκες. Εκλέγονταν με κλήρο από όλους τους κατοίκους της Ήλιδας και είχαν

μεγάλες αρμοδιότητες. Ανάμεσα στα καθήκοντα των Ελλανοδικών ήταν τα εξής: επέβλεπαν τους αθλητές όσο προπονούσαν, τους χώριζαν σε κατηγορίες ανδρών και παιδών ανάλογα με την ηλικία τους, απέκλειαν από τους αγώνες όσους αθλητές τους θεωρούσαν ανέτοιμους, ρύθμιζαν τις περιπτώσεις ισοπαλίας, επόπτευαν τους αθλητές για την τήρηση των αγωνιστικών κανόνων, ενώ τους τιμωρούσαν παραδειγματικά για τα τυχόν παραπτώματά τους. Τρεις βασιλιάδες σύμφωνα με την παράδοση, ο Λυκούργος της Σπάρτης, ο Ίφιτος της Ήλιδας και ο Κλεισθένης των Πισατών, συμφώνησαν να κηρυχθεί η Ηλεία ιερός τόπος του Δία και καθιέρωσαν την «εκεχειρία».

Κατά τη διάρκεια της ιερής εκεχειρίας, τόσο οι αθλητές όσο και οι απλοί θεατές ταξίδευαν με ασφάλεια για την Ολυμπία, σταματούσαν όλες οι εχθροπραξίες στην περιοχή της Ήλιδας και απαγορευόταν η είσοδος ενόπλων. Στην αρχή, η εκεχειρία διαρκούσε ένα μήνα, ενώ από τον 5ο αιώνα π.Χ. καθιερώθηκε να διαρκεί τρεις μήνες.

## **Η ΟΛΥΜΠΙΑΚΗ ΓΙΟΡΤΗ**

Η Ολυμπιάδα διαρκούσε 5 ημέρες. Την πρώτη και την τελευταία ημέρα γίνονταν θυσίες, τελετές, ευχαριστίες και οι ορκωμοσίες των αθλητών μπροστά στο άγαλμα του ορκίου Δία. Το πρωί της δεύτερης ημέρας γίνονταν οι αρματοδρομίες, ενώ το απόγευμα ακολουθούσε το πένταθλο. Την Τρίτη και σημαντικότερη ημέρα των Ολυμπιακών Αγώνων γίνονταν κατά τις πρωινές ώρες θρησκευτικές τελετές και θυσιάζονταν 100 βόδια στο βωμό του Δία, ενώ τις απογευματινές ώρες της ίδιας ημέρας γίνονταν οι αγώνες των παιδών. Τα αγωνίσματα του δρόμου καθώς και η πάλη, η πυγμαχία και το παγκράτιο γίνονταν την τέταρτη ημέρα. Το τελευταίο αγώνισμα της Ολυμπιάδας ήταν ο λεγόμενος «οπλίτης δρόμος», κατά τη διάρκεια του οποίου οι αθλητές έτρεχαν οπλισμένοι.

## **ΓΥΜΝΙΚΟΙ ΟΛΥΜΠΙΑΚΟΙ ΑΓΩΝΕΣ**

Οι αθλητές σε όλα τα αγωνίσματα αγωνίζονται γυμνοί. Ο πρώτος αθλητής που αγωνίστηκε γυμνός, κατά τον Πausανία, ήταν ο Όρσιππος από τα Μέγαρα, νικητής σταδιοδρόμος στην 15η Ολυμπιάδα (720 π.Χ.). Κατά τη διάρκεια του δρόμου, το ζώμα του Όρσιππου έπεσε κατά γης και αυτός συνέχισε τον αγώνα και ενίκησε. Βέβαια εκφράζεται η υποψία πως το ζώμα δεν έπεσε μόνο του στο χώμα, αλλά βοήθησε και ο Όρσιππος για να τρέξει ελεύθερος. Μετά το επεισόδιο της κόρης του Διαγόρα Καλλιπάτειρας θεσπίστηκε να μπαίνουν και οι γυμναστές γυμνοί στο στάδιο κατά τη διάρκεια των αγώνων. Οι Ηλείοι επέβαλαν τη γύμνωση γιατί ήθελαν και τους γυμναστές καλοκαμωμένους και δυνατούς, ζωντανά παραδείγματα για τους αθλητές τους, και ικανούς να αντέχουν στις μεγάλες ζέστες της Ολυμπίας.