

國立台灣體育學院圖書館剪輯資料

分類 國經 來源 民生報 日期 851122 版面：二版

《國道馬拉松 系列三之一》

高速公路跑馬拉松 新鮮

記者 鄭清煌／特稿

●「馬拉松」是最長距離的賽跑項目，全程四十二點一九五公里，對運動員內臟和四肢的考驗甚於其他運動，根據專家測試，一個訓練有素的跑者在二至三個小時跑完馬拉松，每分鐘流過心臟的血液約二十五至三十五公升，總計全程總流量在五噸以上，不是一般人所能負荷。

這也是為何這回國際馬拉松除了馬拉松，還設置十公里路跑、三公里健走的原因，如此才可讓無法承受上述考驗的民眾一樣有機會參與。

馬拉松的起源可溯自西元前四世紀，當時波斯企圖侵略雅典，進逼到馬拉松這個地方，雅典人派奧林匹亞祭典賽跑的勝利者佩第比提斯跑到斯巴達求救，總計四天往返跑了四百六十公里，作戰勝利後又負責傳遞捷報，結果過勞致死；一八九六年，第一屆現代奧運會舉辦前，法國學者布列爾建議設置一項長跑競賽，以紀念這位勇者，獲得接納，乃進入現代運動殿堂。

不過當時的距離是四十二公里又二百公尺，直到一九二〇年重新對佩第比提斯跑過的路線做更精密的測量，發現多了五公尺，此後馬拉松的標準長度才告統一。

馬拉松發展至今剛好一百年，運動人口和賽事越來越多，全球經常舉辦的國家、地區近九十個，聲譽最高是創始於一八九七年的波士頓馬拉松，固定於每年四月第三個星期一舉行，其次是獎金最高的紐約馬拉松和以名勝古蹟為號召的倫敦馬拉松，並稱世界三大馬拉松。

除了這三個國際大都市擁有自己的「城市馬拉松」外，法國巴黎、大陸北京、日本東京、德國柏林、俄羅斯莫斯科、香港等也都不例外，台北起步算晚；還有以風景取勝，如夏威夷馬拉松沿著威基基海灘，大陸桂花杯環繞西湖而跑。

另外一類是像接近北極的挪威因為晝長夜短，舉辦子夜陽光馬拉松，也吸引不少人參加；今年台北國際馬拉松則首創在開放通行的高速公路上舉辦的特例，全球獨一無二。