



徑賽篇四

記者 高正源 / 特稿

追不上野獸 那會有肉吃？

一八九六年第一屆現代奧運把馬拉松列為最具紀念性的創始競賽之一後，即引發不少爭論，因為馬拉松不但累倒許多參賽者，使很多人認為這是會跑死人的一項競賽。

討論歸討論，反對歸反對，近三十多年來根據科學研究證明，馬拉松競賽，真的是人類向大自然賦予人類體能極限的最大挑戰，依據測量，一個訓練有素的馬拉松選手，在競賽過程中，每分鐘流經心臟的血液約在二十五到三十五公升，如果在兩個半小時至三小時內跑回完全程，把流經心臟的這些血液吸出來，大約在五噸左右，而整個過程的換氣量，每分鐘大約七十升，全程約要

一萬升，這對心、肺功能是一項極高的挑戰，有人宣稱馬拉松是對人類內臟及四肢進行全面考驗的運動，就是這個原因。

馬拉松是非洲國家如肯亞等的天下，與先天條件及人類開始學會賽跑的起源也有很大的關係。

從人類降臨在地球開始，為了生存下來，不得不與大自然及猛獸鬥爭，因此想獲取食物就必須跑很長的路，想追得野豬，更要跑得比野豬快，追不上野豬，那會有野豬肉吃？於是人開始奔跑，即使是現今，在非洲、拉丁美洲、大洋洲等原始部落，從很多學者拍攝的影片中可以看到，這些土著們奔跑的速度實在驚人，也許連麥克強森都不是他們的對手。

在古代奧運的記載中，有一名來自希默拉(HIMERA)叫克立森(CRISON)的運動員，疾速奔跑的速度比野兔還快，而古希臘人也留有一句話：「要使孩子能夠獵得野獸，就必須教會他們跑得跟野獸一樣快，甚至更快。」

所以西元前七七六年在奧林匹克村舉辦第一屆古代奧運時，競賽單是賽跑，就已有兩百、四百公尺，後來又增加五百公尺。

一八二八年英國人索瑪斯·阿諾得(THOMAS ARNOIR)首先制定了賽跑的競賽規則，開始在學校裏實施，一八四八年並成立第一個賽跑俱樂部，接著舉辦公開性的賽跑比賽，一八七五年傳到了美國。