



# 36

## HOURS TO SPARTA

---

### GESCHICHTE

### UNTERRICHTSPLAN

# 36 HOURS TO SPARTA (Nach Sparta in 36 Stunden)

## GESCHICHTE Filmvorführung und Diskussion

DOKUMENTARFILM (26 Min.)

### GESCHICHTLICHER HINTERGRUND

„36 Hours to Sparta“ ist ein Dokumentarfilm über vier Europäer, die ihr Leben dem Spartathlon, einem Ultramarathon, verschrieben haben. Der Film zeigt, wie sie sich ein Jahr lang auf den Ultramarathon vorbereiten und dabei extrem hart trainieren und über ihre körperlichen und mentalen Grenzen hinauswachsen. Die historische Strecke von Athen nach Sparta beträgt 245 Kilometer muss in 36 Stunden zurückgelegt werden.

Der Spartathlon findet jedes Jahr im September in Griechenland statt. Er ist eines der härtesten Langstreckenrennen der Welt und stößt durch seinen historischen Hintergrund auf großes Interesse.

Der Spartathlon basiert auf der historischen Strecke, die der griechische Bote Pheidippides, ein Langstreckenläufer aus Athen, in der Antike zurückgelegt hat. Er wurde kurz vor der Schlacht von Marathon im Jahre 490 v. Chr. von den Athenern nach Sparta geschickt, um dort um Unterstützung in der Schlacht gegen die Perser zu bitten.

Im 6. Buch seiner Historien erwähnt der antike griechische Geschichtsschreiber Herodot, dass die **Athener einen Langstreckenläufer (einen sogenannten „hemerodromus“ oder „Tagläufer“) als Eilboten nach Sparta schickten, bevor sie in die Schlacht zogen, um die Spartaner von der persischen Bedrohung zu unterrichten und um militärische Unterstützung zu bitten. Der Läufer legte die Distanz von 240 km in weniger als zwei Tagen zurück und kehrte nach der Absage der Spartaner nach Athen zurück, um in der Schlacht bei Marathon zu kämpfen. Es scheint sich dabei um eine mehr oder weniger wahre Begebenheit zu handeln, nicht nur durch die Erwähnung bei Herodot, sondern auch, weil es sich bei der Hauptfigur um einen „hemerodromus“ handelt, einen professionellen Langstreckenläufer, wie es sie in der Antike bekanntermaßen gegeben hat.**

Diese Begebenheit hat wohl John Foden, British Group Captain der Royal Air Force (RAF) und selbst Langstreckenläufer, inspiriert. Anfang der 1980er-Jahre entschloss er sich zusammen mit vier seiner Kollegen, die von Herodot beschriebene Strecke von Athen nach Sparta zu laufen, um herauszufinden, ob auch Menschen in der heutigen Zeit diese Distanz in weniger als zwei Tagen schaffen können. Nachdem er das Ziel innerhalb von 36 Stunden erreicht hatte, kam Foden der Gedanke, einen Ultramarathon zu veranstalten. So kam es, dass im September 1983 der erste internationale Spartathlon stattfand. Seitdem treffen sich Langstreckenläufer aus aller Welt

einmal im Jahr in Athen, um an diesem Ultramarathon auf den Spuren des legendären Pheidippides teilzunehmen.<sup>1</sup>

#### THEMENVORSCHLÄGE ZUR DISKUSSION MIT DEN SCHÜLERN:

Die folgenden Fragen/Diskussionspunkte schlagen wir vor:

1. Der Spartathlon ist ein Ultramarathon, der als der härteste der Welt gilt. Die Läufer nehmen in erster Linie nicht daran teil, um irgendeinen Preis zu gewinnen, sondern um selbst die Erfahrung zu machen, diese Strecke in 36 Stunden zurückzulegen. Die einzige Belohnung, die die Läufer, die das Rennen in der vorgegebenen Zeit absolvieren, erhalten, sind die unbeschreiblich intensiven Emotionen, die sie dabei durchleben, sowie ein Ölzweig und etwas Wasser – beides bekommen sie im Ziel von einer Frau aus Sparta überreicht.

Das oben Genannte kann als Ausgangspunkt für eine Diskussion unter den Schülern dienen, in der sie überlegen, wodurch sich dieses besondere Rennen von anderen sportlichen Wettkämpfen wie zum Beispiel den Olympischen Spielen unterscheidet.

2. Vergleiche den Spartathlon der Antike mit dem modernen Spartathlon: Worin sind sich die beiden Rennen ähnlich und wodurch unterscheiden sie sich?
3. Sport und Bewegung waren in der Antike eng verknüpft mit der Entwicklung der Seele, mit dem Streben nach der Ganzheit eines Menschen. Viele Philosophen, Denker und Schriftsteller der Antike, darunter Platon, Aristoteles, Isokrates und Xenophon, betonten die Bedeutung von sportlicher Betätigung für die Bildung und Verfeinerung des menschlichen Geistes. Dies galt als Grundlage für die Entwicklung der Menschen zu tugendhaften und redlichen Bürgern.

Meint ihr, dass Sport und Bewegung heute noch dieselbe Bedeutung haben? Wie kann Sport einen Einfluss auf die Seele des Menschen haben, und zwar sowohl allgemein als auch bezogen auf den Spartathlon, am Beispiel der persönlichen Geschichten aus dem Dokumentarfilm „36 Hours to Sparta“? Hast du persönlich schon einmal solch eine Erfahrung gemacht, die du der Gruppe mitteilen möchtest?

## Literaturhinweise

The Spartathlon: The lunacy of the long-distance runner

Podcast und Artikel über den Spartathlon im Economist

<https://www.economist.com/news/christmas/21568593-vomit-bleeding-nipples-and-hallucinations-why-would-anyone-their-right-mind-run>

The Road to Sparta von Dean Karnazes, Rodale Books

Angeregt durch den Altphilologen Prof. Paul Cartledge von der Universität Cambridge und die Pheidippides-Expertin Pamela-Jane Shaw rekonstruiert Karnazes die Geschehnisse, die 490 v. Chr. zum berühmten Langstreckenlauf von Pheidippides führten.

---

<sup>1</sup> <http://www.spartathlon.gr/index.php/el/the-spartathlon-race-el/historical-information-el>

Thermopylae: The Battle that Changed the World von Paul Cartledge

Der persische Großkönig Xerxes führte im Jahre 480 v. Chr. eine mächtige Armee auf den engen Thermopylenpass in der Absicht, Griechenland widerstandslos zu erobern. Doch den von Leonidas und einem kleinen Heer spartanischer Krieger angeführten Griechen gelang es beinahe, den Vorstoß zu verhindern. Cartledges verlässliche Darstellung von König Leonidas und seinen 300 Mannen veranschaulicht das tapfere Unterfangen, welches das Verständnis von Krieg, Mut und Tod für nachfolgende Generationen nachhaltig verändert hat.

Delphi Archaeological Museum von Rozina Kolonia

Diese Ausgabe enthält Fotografien von Ausstellungsstücken des Archäologischen Museums Delphi sowie Fotografien der Ausgrabungsstätte selbst und dessen Bauten. Das griechische Ministerium für Kultur besitzt die Urheberrechte für die Fotos und die darauf abgebildeten Altertümer. Die Tantiemen aus der Veröffentlichung dieser Fotos gehen an den griechischen Fonds für archäologische Einkünfte.

MEHR DAZU ONLINE:

<http://www.latsis-foundation.org/eng/electronic-library/the-museum-cycle/the-archaeological-museum-of-delphi>

## Sport und Archäologie

Sämtliche Ausstellungsstücke der am Bildungsprogramm „36 Hours to Sparta“ beteiligten Museen sind weiter unten aufgeführt. Wir schlagen vor, dass Sie Ihren Schülern zum Einstieg diese Ausstellungsstücke zeigen, um eine kreative Diskussion über deren Verwendung anzuregen. Je nach den individuellen Interessen der Schüler können Sie entweder alle oder nur ausgewählte Ausstellungsstücke zeigen.

Die folgenden Museen beteiligen sich am Bildungsprogramm:

- Archäologisches Museum Delphi
- Museum der Geschichte der antiken Olympischen Spiele
- Archäologisches Museum Olympia
- Archäologisches Museum von Nemea
- Archäologisches Museum von Tegea
- Archäologisches Museum von Isthmia
- Archäologisches Museum (Athanasakeion) in Volos

Nach der Präsentation der Ausstellungsstücke können Sie die Schüler zu einer allgemeinen Diskussion über das gesamte Material anregen bzw. ihnen Aufgabenstellungen zu den ausgewählten Ausstellungsstücken geben. Aufgaben können entweder in Einzel- oder in Gruppenarbeit bearbeitet werden.

Diskussionsfrage:

Welches Ausstellungsstück hat dich am meisten beeindruckt, und warum?

Aufgabenstellungen:

- Wähle ein Ausstellungsstück aus jedem Museum aus und erfinde eine Geschichte dazu, die in der griechischen Antike spielt.
- Wähle ein Ausstellungsstück aus, das dir besonders gut gefällt, und zeichne oder male es.



Archäologisches Museum Delphi

Der *Wagenlenker von Delphi* ist eine der bekanntesten Statuen aus der griechischen Antike. Die lebensgroße Statue eines Wagenlenkers ist Teil einer größeren Skulptur, die ein Gespann mit vier Pferden darstellte. Der Wagenlenker ist ein Jugendlicher aus einer Adelsfamilie. Er trägt ein **langes, bis zu seinen Knöcheln reichendes Gewand, einen sogenannten „Chiton“, und an der Stirn trägt er das Band des Siegers.** So tritt er vor das begeisterte Publikum.

Die Statue wurde in Delphi errichtet, als Denkmal für den Sieg des Tyrannen Polyzalos von Gela, Sizilien, mit seinem Wagen in den Pythischen Spielen von 478 bzw. 474 v. Chr., welche zu Ehren des pythischen Apollon in Delphi stattfanden.

Wagenrennen gehörten zu den beliebtesten Sportarten im Griechenland der Antike, im Römischen und im Byzantinischen Reich. Sie waren eine der Hauptattraktionen bei den antiken Olympischen Spielen und bei anderen Wettkämpfen zu griechischen Religionsfesten. Die Rennwagen wogen nicht viel und brachen leicht in Stücke. Oft verhedderte sich der Wagenlenker dann in den Zügeln und verletzte sich schwer oder wurde zu Tode geschleift.

Auch Frauen, die sonst von vielen anderen Sportveranstaltungen ausgeschlossen waren, durften sich die Wagenrennen ansehen. Nach dem Untergang des Römischen Reiches verlor der Sport an Bedeutung.

Quelle: *The Archaeological Museum of Delphi*, Latsis Foundation publications, S. 321



Archäologisches Museum Delphi

Die Statue des Athleten Agias, Meister im Pankration (einem altgriechischen Allkampf) und Sieger in vielen Panhellenischen Spielen im 5. Jahrhundert v. Chr., ist Teil einer Stiftung der Familie des Fürsten Daochos II zu Ehren des Gottes Apollon, die ursprünglich neun Marmorfiguren umfasste.

Pankration war eine gefährliche Kampfkunst, bei der alles erlaubt war, bis auf Beißen, das Stechen von Fingern in Augen, Nase oder Mund des Gegners und der Angriff auf die Genitalien. Die Verletzungsgefahr war jedoch geringer als beim Boxen. Pankration war ein beliebter Publikumssport. Bei Wettbewerben mit Geldpreisen erhielt der Sieger im Pankration das höchste Preisgeld, abgesehen von den Siegern im Reitsport. Für die Griechen war der Pankration der ultimative Test von Kraft und Technik.

Quelle: *The Archaeological Museum of Delphi*, Latsis Foundation publications, S. 321





Archäologisches Museum Delphi

Diese Bronzefiguren zweier Athleten wurde 1939 gefunden. Sie stammen aus der Zeit 470-460 v. Chr.

Der Athlet zur Linken ist wahrscheinlich ein Sieger im Weitsprung bei den Pythischen Spielen. In einer Hand trägt er ein Sprunggewicht („Halter“), das ihm zum Sieg verholfen hat. In der anderen Hand hält er den Siegerkranz. Der junge Athlet zur Rechten grüßt seine Mitstreiter.

Der Weitsprung war eine Disziplin des Pentathlons (Fünfkampfs). Der Weitspringer landete dabei – wie heute auch – in einer Sandgrube. Ein wesentlicher Unterschied zum heutigen Weitsprung war jedoch, dass die Griechen Sprunggewichte von 1,5 bis 2 kg in jeder Hand hielten. Mithilfe dieser „Halteres“ sprangen die Athleten weiter und hatten eine stabilere Landung.

Quelle: *The Archaeological Museum of Delphi*, Latsis Foundation publications, S. 273



Museum der Geschichte der antiken Olympischen Spiele

Bronzestatuetten eines Läufers, mit Inschrift

Diese kleinen Figuren kompensieren in gewisser Hinsicht den Verlust der großen Skulpturen zu Ehren des Gottes Zeus. Ihre geringe Größe ist keinesfalls gleichbedeutend mit geringer Kunstfertigkeit. Im Gegenteil, diese Figuren sind meist von sehr hoher Qualität.

Das Atelier in Argos genoss im 6. Jahrhundert v. Chr. ein sehr hohes Ansehen, das bis ins klassische Zeitalter hineinreichte. Polyklet war einer der bedeutendsten Bildhauer der griechischen Antike, der aus diesem Atelier hervorging, gefolgt von vielen anderen. Wenn man die winzige Figur des Läufers betrachtet, wie er sich startbereit mit ausgestreckten Armen und gebeugtem Knie nach vorne lehnt, stellt man fest, wie gekonnt die Künstler aus Argos den flüchtigen Moment vor dem Startsignal und den in Erwartung gestrafften Körper auf einfache und verdichtete Art festgehalten haben. Die Inschrift auf dem rechten Oberschenkel der Figur -ΤΟ ΔΙΦΟΣ ΙΜΙ (= Ich gehöre Zeus) - zeigt uns, dass ein Athlet diese Figur dem Schirm- und Schutzherren der Olympischen Spiele gewidmet haben muss, etwa um 480-470 v. Chr. herum.

Quelle: Andronikos M., Hatzidakis M. & Karageorgis V. (1974) *The Museums of Greece. Athen: Ekdotiki Athinon*



Archäologisches Museum Olympia

Statue der Siegesgöttin Nike vom Bildhauer Paionios

Diese Nike (= Sieg) des Paionios von Mende ist das einzige Siegesdenkmal in Form einer Statue, das von Pausanias beschrieben wird (5, 26.1). Es wurde 1875 während der ersten archäologischen Ausgrabungen unter deutscher Leitung gefunden. Heruntergefallen von ihrem ursprünglichen Sockel, lag die Statue mit dem Gesicht nach unten. Auf dem dreikantigen Sockel sind zwei wertvolle Inschriften zum Namen des Künstlers und zur Auftragsvergabe zu sehen: ΜΕΣΣΑΝΙΟΙ ΚΑΙ ΝΑΥΠΑΚΤΙΟΙ ΑΝΕΘΕΝ ΔΙΙ ΟΛΥΜΠΙΩΙ ΔΕΚΑΤΑΝ ΑΠΟ ΤΩΝ ΠΟΛΕΜΙΩΝ (= Die Messenier und die Naupaktier weihten [dies] dem olympischen Zeus als den Zehnten aus der Kriegsbeute). Die zweite Inschrift lautet: ΠΑΙΩΝΙΟΣ ΑΠΟΙΗΣΕ ΜΕΝΔΑΙΟΣ ΚΑΙ ΤΑ ΑΚΡΩΤΗΡΙΑ ΕΠΙ ΤΟΝ ΝΑΟΝ ΕΝΙΚΑ (= Paionios von Mende hat [dies] gemacht und er siegte auch beim Wettbewerb um

den Auftrag für die Akrotere [Verzierung an den Giebelecken] des Tempels). Die Skulptur stellt auf meisterhafte Weise das Geschick des Künstlers zur Schau, einen rohen, etwa 3 Kubikmeter großen Marmorblock zu „bändigen“; dabei hat er sich entschieden, die Göttin nicht stehend oder ruhend, sondern im Flug darzustellen. Die Göttin wird bei der Landung gezeigt, mit einem gewagt vorgestreckten Oberkörper. Die Statue aus parischem Marmor wurde Zeus, dem Schutzgott des Heiligtums geweiht, um die militärischen Aspekte seiner Anbetung hervorzuheben. Ihre besondere symbolische Funktion ist zudem wichtig, da sie mit mehreren militärischen Begebenheiten von politischer und historischer Bedeutung verknüpft ist (421 bzw. 420 v. Chr.).

Quelle: Vlahopoulos A. (ed.) (2012) *Archaeology - The Peloponnese*. Athen: Melissa publications, S. 390-407



Archäologisches Museum von Nemea

Halter aus Stein, mit Inschrift, 500 v. Chr.

Halter aus Stein aus dem Stadion von Nemea mit einer dem Zeus von Nemea gewidmeten Inschrift. Er stammt von einem Athleten aus Sikyon, der bei den Spielen gewonnen hat, und gehörte zur Sportausrüstung des Athleten, die er Zeus gewidmet haben wird. Der Name des Athleten ist nicht überliefert. „Halteres“ waren hantelartige Gewichte aus Stein oder Blei, die die Athleten beim Weitsprung verwendet haben, um ihrem Körper einen zusätzlichen Vorwärtsschwung zu geben. Sie wurden außerdem genutzt, um die Hände und Finger zu trainieren.

Quelle: Vlahopoulos A. (ed.) (2012) *Archaeology - The Peloponnese*. Athen: Melissa publications, S. 117-123



Archäologisches Museum von Tegea

Keramikgefäß mit Abbildung eines Athleten

Ein solches Gefäß wurde „Skyphos“ genannt. Es war ein Trinkgefäß. Dieser besondere Skyphos birgt die Abbildung eines Athleten in hellroter Farbe auf einem dunklen Hintergrund.

Quelle: Plantzos D. (2011) *Greek Art and Archaeology: 1100-30 BCE*. Athen: Kapon editions



Archäologisches Museum von Isthmia

Schabeisen („Strigiles“) aus Eisen, 4. Jahrhundert v. Chr.

Das Schabeisen („Strigilis“) war ein Instrument, mit dem sich Athleten nach dem Sport reinigten. Sie nutzten das Schabeisen nach dem Training oder nach einem Wettkampf, um Staub, Schweiß oder auch Öl, mit dem sie sich eingerieben haben, vom Körper zu schaben. Strigiles waren meist aus Bronze oder Eisen und trugen gelegentlich eine Inschrift mit dem Namen der Werkstatt, aus dem sie stammten, am Griff.

Quelle: Webseite des *Museum of Cycladic Art*:  
<https://www.cycladic.gr/exhibit/kp0128-stleggida?cat=archaia-elliniki-techni>



Archäologisches Museum (Athanasakeion) in Volos

Kleines kugelförmiges Ölgefäß („Lekythos“) mit der Abbildung eines Diskuswerfers im schwarzfigurigen Stil

Dieses Ölgefäß ist unbeschädigt erhalten und trägt die Abbildung eines Diskuswerfers umgeben von Blumenmotiven (Palmetten). Der Diskuswerfer hält den Diskus in beiden Händen. Dies bedeutet, dass er sich gerade auf den Wurf vorbereitet. Eine Lekythos (Plural: Lekythen) war ein Gefäß zur Aufbewahrung von Parfümen und wertvollen Ölen. Lekythen wurden oft als Grabbeigaben gefunden, d. h. sie wurden mit dem Leichnam zusammen bestattet oder bei der Bestattung verwendet. Die Salbung des Leichnams mit wertvollen Ölen gehörte zum Bestattungsritual. Diese Lekythos ist im schwarzfigurigen Stil verziert, also mit einer schwarzen Figur auf einem helleren Hintergrund. Der Künstler hat dabei zwei Techniken miteinander kombiniert: den Schattenriss (bei dem Gesichter oder Objekte im Umriss gezeigt werden) und das Einritzen mit einem spitzen Werkzeug (ca. 500–475 v. Chr.).

Quellen:

Zafiropoulou D. (ed.) (2004) *Games and Sports in Ancient Thessaly*. Athen: Archaeological Receipts and Expropriations Fund editions

Plantzos D. (2011) *Greek Art and Archaeology: 1100-30 BCE*. Athen: Kapon editions

## DANKSAGUNG

- Das Bildungsprogramm „36 Hours to Sparta“ wurde von ANEMON PRODUCTIONS konzipiert und ermöglicht durch eine exklusive Stiftung der STAVROS NIARCHOS FOUNDATION.

Das Konzept für die Geschichteinheit wurde entwickelt von Dr. CONSTANTINA ADRIANOPOULOU; Sportunterrichtspläne von Dr. ANTONIS CHRISTODOULOS; der Abschnitt zur Ernährung wurde aufbereitet von Prof. ANTONIA MATALA.

Projektleitung: DANA E ANEZAKI; Produktionsleitung: ELEKTRA PEPPA; Producer: REA APOSTOLIDES und YURI AVEROF

In Zusammenarbeit mit dem Institute of Preventive Medicine Environmental and Occupational Health *Prolepsis* (bei Ernährungsfragen) und der Charokopeion University

- Der Film „36 Hours to Sparta“ ist eine Kurzversion des Dokumentarfilms Ultra: The Real Marathon | Regie BALAZS SIMONYI | Produktionsleitung BALAZS SIMONYI und LASZLO JOZSA | Eine Produktion von HBO EASTERN EUROPE & SPEAKEASY in Zusammenarbeit mit ANEMON PRODUCTIONS

DAS BILDUNGSPROGRAMM „36 HOURS TO SPARTA“ WURDE KONZIPIERT  
MIT HILFE EINER EXKLUSIVEN STIFTUNG VON

