

MINISTERO PER I BENI E LE ATTIVITÀ CULTURALI
 SOPRINTENDENZA ARCHEOLOGICA DELLA TOSCANA
 SEZIONE DIDATTICA

LA PALESTRA

Introduzione

Atleti impegnati in prove atletiche compaiono spesso su immagini vascolari attiche a figure nere e a figure rosse. Le prime risultano sovente imperniate su individui adulti e sembrano sottolineare la forza e l'agilità (particolarmente nel caso di pugili e lottatori), mentre le altre conferiscono evidenza sempre maggiore a figure di giovani che praticano discipline 'leggere', nelle quali la forza fisica appare combinata con un armonioso sviluppo del corpo.

L'ambientazione delle scene dipinte a figure rosse rimanda al ginnasio e alla palestra; circostanza non casuale, se si tiene presente l'importanza del ginnasio nel quadro dell'educazione degli efebi (i giovani che, raggiunti i diciotto anni, venivano chiamati a compiere il servizio militare) e, più in generale, della vita della *pòlis*.

Resoconti di eventi sportivi ci sono noti attraverso i poemi omerici: nel XXIII libro dell'*Iliade* vengono descritti i giochi funebri indetti per commemorare Patroclo, e nell'VIII dell'*Odissea* il protagonista (Ulisse) coglie l'occasione per dimostrare le sue qualità atletiche ai giovani Feaci. E tuttavia, appare chiaro che in quei casi non si tratta ancora di allenamenti, né di vere e proprie competizioni organizzate.

Il ginnasio e la palestra

La comparsa del ginnasio come istituzione, nel VI secolo, è la conseguenza dell'affermarsi dell'esercizio atletico come parte integrante del sistema educativo.

La destinazione basilare del ginnasio riguardava le discipline 'leggere' (la corsa, il salto, il lancio del disco e del giavellotto); la palestra era invece un edificio destinato all'allenamento fisico per le gare 'pesanti' (la lotta, il pugilato, il *pankràtion*). E' da notare peraltro che, almeno in una parte delle fonti letterarie antiche, l'uso dei termini 'ginnasio' e 'palestra' risulta abbastanza elastico.

Quanto alle discipline leggere, la corsa era praticata in uno *xystòs*, una pista coperta, o all'aperto in una *paradromìs*; ciò che occorre per il salto erano una corsia per la rincorsa e una fossa ripiena di sabbia, detta *skàmma*. L'area (rettangolare) in cui avveniva il lancio del giavellotto era chiamata *balbìs*.

Una descrizione accurata della palestra si deve all'architetto romano Vitruvio (*De architectura* V 11,127). Costui osserva che la palestra si organizza intorno a un cortile circondato da portici, alle spalle dei quali si trovano esedre con banchine e ambienti con funzioni specifiche. Sebbene Vitruvio scriva in epoca augustea, la sua trattazione trova numerosi punti di riscontro nei complessi ellenistici, i cui caratteri fondamentali sembrano, a loro volta, concordare con la descrizione di strutture di maggiore antichità.

Fra i locali della palestra, l'*apodytèrion* fungeva da spogliatoio e l'*ephebèion* era, con probabilità, una sorta di ritrovo per i frequentatori; nel *konistèrion* gli atleti si cospargevano di polvere prima dell'esercizio, mentre nel *korykèion* venivano probabilmente praticati esercizi con un *kòrykos*, un sacco riempito di sabbia (o con miglio o farina, come raccomanda lo scrittore di cose mediche Antillo) con funzione di "punchbag". L'*elaiothèsion* viene interpretato come luogo per il deposito dell'olio, che com'è noto svolgeva un ruolo importante nell'atletica (gli atleti, specialmente i lottatori, usavano ungersi il corpo prima dell'esercizio); il *loutròn* era l'ambiente destinato al bagno. Il cortile era coper-

to da sabbia fine, e al suo interno si esercitavano coloro che praticavano la lotta.

Il ginnasio nell'ambito della *pòlis*. Il caso di Atene

I ginnasi delle città greche erano strutture profondamente inserite nella vita urbana e potevano acquisire funzioni secondarie: ad Atene, pur restando la connotazione atletica quella dominante per tutto il periodo pre-ellenistico, essi divennero teatro di parate di cavalleria e di esercizi militari, ospitarono mostre e banchetti; ma, soprattutto, furono luogo dell'educazione degli efebi e sedi di scuole filosofiche, in cui presero forma le principali tendenze di pensiero. Platone fondò la sua scuola nella zona occupata dal ginnasio dell'Accademia; Aristotele e Antistene, rispettivamente, nei ginnasi del Liceo e in quello di *Kynòsarges*; documenti epigrafici testimoniano altresì *scholài* (corsi, secondo un'interpretazione data alla parola) e *akroàseis* (forse conferenze) svolti nei ginnasi, che in epoca tarda si accrebbero di strutture adatte a tali nuovi requisiti, come biblioteche e sale di lettura.

Quanto all'ambiente naturale che serviva da cornice ai ginnasi, sappiamo dagli autori antichi che i tre principali di Atene, cui abbiamo accennato sopra, si trovavano presso boschi ombreggiati e bagnati da ruscelli, connessi con qualche culto. Nel Liceo, situato secondo scrittori antichi in prossimità della sorgente dell'Eridano e della fontana di Panope, c'era un santuario di Apollo; nell'area dell'Accademia, il ginnasio più antico e prestigioso, che prendeva nome dall'eroe Akàdemos (fig. 1), erano venerate, fra le altre, divinità come Athèna, Efesto e Hermès. Il ginnasio di *Kynòsarges*, il più recente e il più modesto, sulle sponde dell'Ilisso nella zona sud-orientale di Atene, era stato fondato in onore di Eracle. Lo stesso Eracle e Hermès per altro erano, per eccellenza, i patroni della palestra o del ginnasio.

Per quanto menzionati a più riprese dalle fonti, i ginnasi di Atene restano poco conosciuti. La loro funzione come strutture pubbliche svolse un ruolo nei programmi edilizi di vari uomini politici: così, nel quinto secolo l'Accademia risentì favorevolmente dell'intervento di Cimone, in qualità di benefattore privato, mentre il Liceo, secondo Teopompo fondato da Pisistrato, si giovò dell'intervento di Pericle. Si ricorderà anche che, su un piano più generale, un programma promosso nell'avanzato V secolo dallo statista ateniese Licurgo fece sì che gli agoni ginnici fossero trasferiti dall'Agorà, del cui impiego al riguardo siamo informati attraverso recenti scoperte archeologiche, in un nuovo stadio panatenaico. Allo scorcio del IV secolo, gl'impianti connessi con l'atletica ricevettero un aspetto più

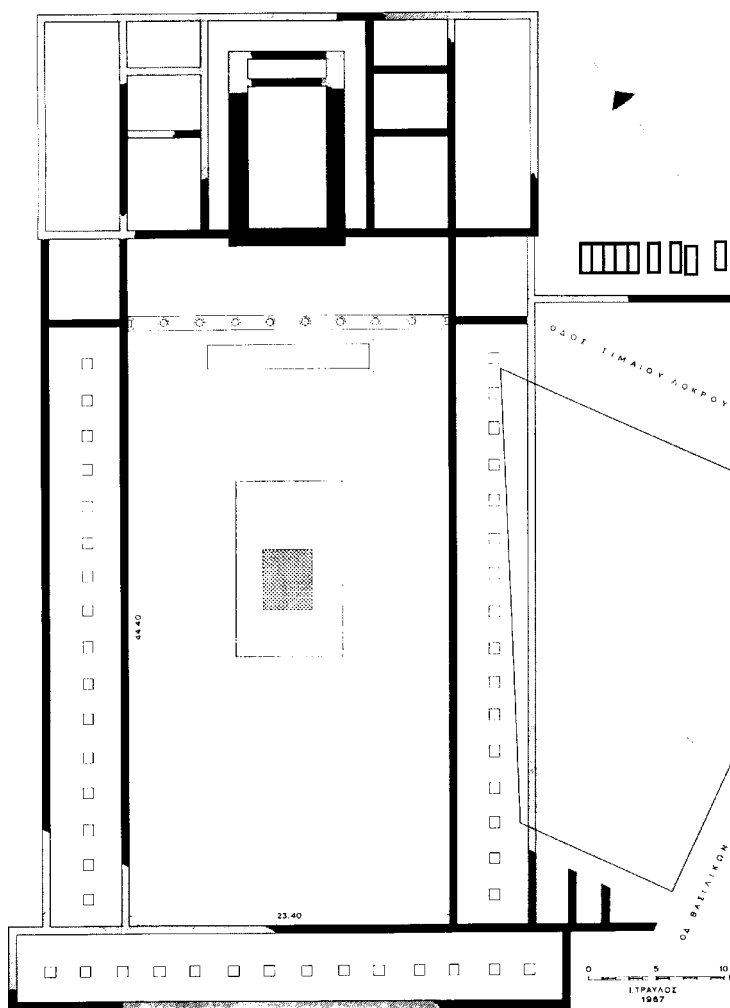


Fig. 1 - Atene. Il ginnasio dell'Accademia tra la fine dell'età ellenistica e l'inizio dell'età romana (da J. Travlòs, *Bildlexikon zur Topographie des antiken Athen*, Tübingen 1971, fig. 59).

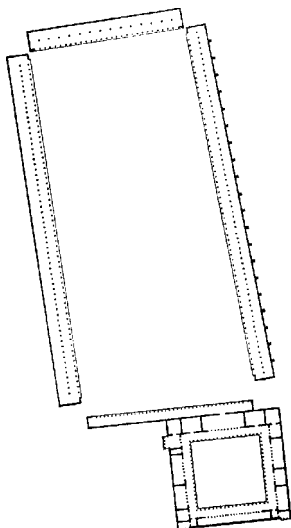


Fig. 2 - Pianta di Olimpia; a sin. in alto, il ginnasio e la palestra. Fine del III sec. (da H.-V. Herrmann, *Olympia*, Monaco 1972, fig. 123).

monumentale.

I ginnasi ateniesi erano strutture aperte a tutti i cittadini e controllate da funzionari pubblici sulla cui organizzazione, purtroppo, sappiamo ben poco; integrati da una palestra, essi costituivano una struttura completa per l'atletica. Esistevano tuttavia anche palestre indipendenti, destinate evidentemente ai soli sport di combattimento, che potevano essere anche di proprietà privata.

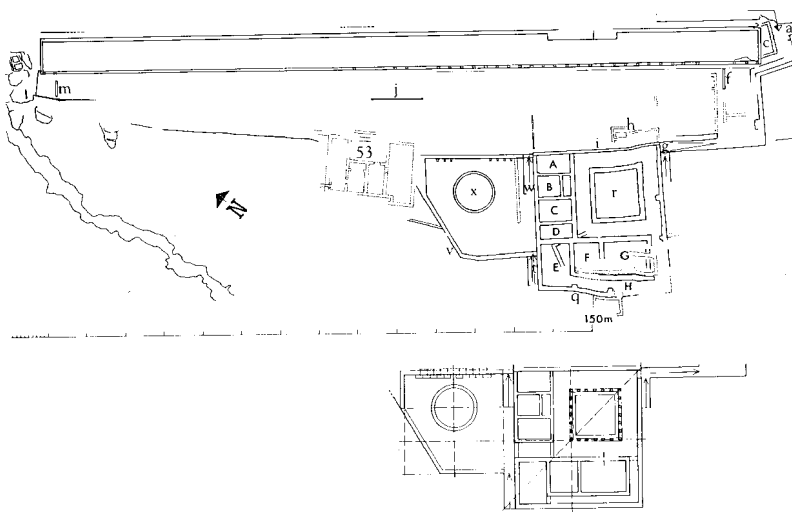
Strutture siffatte necessitavano ovviamente d'acqua, un'esigenza che concorre a spiegare la loro ubicazione: i bagni d'età classica erano non di rado corpi aggiunti di edifici atletici, o elementi di strutture più grandi; ma nel periodo più antico, come mostrano le immagini vascolari, gli apprestamenti per l'igiene personale si limitavano con probabilità a semplici bacini.

Un esempio di ginnasio: Delfi

Il più antico ginnasio finora conosciuto è quello di Delfi, risalente al IV secolo. Come il ginnasio di Olimpia (fig. 2), sede di un altro importante santuario, era prevalentemente concepito in funzione sportiva, per competizioni che si tenevano in concomitanza con le feste religiose, anche se non mancano attestazioni del suo ruolo come luogo di formazione intellettuale, oltre che fisica.

Il ginnasio di Delfi (fig. 3) occupa due terrazze sovrapposte, lunghe rispettivamente 200 e 60 m circa. Nella terrazza superiore si trova lo *xystòs*, un portico di 186 x 9 m con colonne disposte sul lato occidentale, che ospitava la pista coperta; in posizione parallela a esso è situata la *paradromìs*. Alle estremità della *paradromìs*, indicate nella pianta con le lettere f e m, sono state rinvenute lastre contenenti fori per i paletti di delimitazione di tre corsie e una scanalatura, connessa probabilmente con la linea di partenza per la corsa.

Nella terrazza inferiore si trova il *loutròn*, organizzato all'aperto intorno a una piscina circolare del diametro di oltre 10 m e profonda 1,90 (fig. 3, x), e fornito di vasche rettangolari addossate al muro di contenimento della terrazza superiore. A fianco del *loutròn* si conservano le fondazioni della palestra, un edificio costruito intorno al cortile r, circondato da portici che soltanto su due lati davano accesso a ulteriori ambienti soltanto su due lati. Il numero 53 indica le terme, aggiunte al ginnasio in età romana.



Discipline connesse con il pentathlon

Il *pentathlon* si componeva di cinque diverse discipline - salto in lungo, corsa, lancio del disco, giavelotto, lotta - di cui non conosciamo con certezza l'ordine (se non per il

Fig. 3 - Il ginnasio di Delfi (da J.-F. Bommelaer, *Guide de Delphi, Le site*, Atene 1991, fig. 17).

fatto che la lotta veniva per ultima) così come ignoriamo il criterio secondo il quale era attribuita la vittoria. I soli esercizi che esistevano anche in forma autonoma erano la corsa e la lotta (ma in origine anche altri: cfr. Filòstrato, Sulla Ginnastica 3, a proposito del salto). Dato che il *pèntathlon* richiedeva che si contemperassero varie qualità, chi lo praticava era considerato un atleta completo e un modello dell'ideale atletico. Gli esercizi venivano talvolta accompagnati dalla musica degli *aulòi*. Le raffigurazioni vascolari non offrono una panoramica di tutte e cinque le specialità, ma piuttosto estratti, relativi a una o più di esse.

1 - Il salto

Il salto (*hàlma*) era considerato uno degli avvenimenti più tipici del *pèntathlon*; Omero ricorda questo esercizio atletico nell'Odissea, quando descrive le gare che si svolgono nell'isola dei Feaci (Odissea IX 129). Le rappresentazioni che si riferiscono al salto sono comunissime, specialmente nella ceramica a figure rosse.

Purtroppo ignoriamo i particolari della rincorsa - verosimilmente più breve di quella dei saltatori attuali - e se il salto fosse singolo, doppio o triplo; come in altri casi (si pensi a quanto ci tramanda un epigramma riguardo al crotoniate Phàyllos, che ai giochi Pitici avrebbe saltato oltre sedici metri, Antologia Palatina, App.297), l'interpretazione dei pochi dati in nostro possesso si presta a varie interpretazioni. Un ausilio caratteristico per l'atleta, se pur non obbligatorio, erano due pesi detti *haltères*, (variabili da circa 1,5 a 4,5 kg), realizzati in pietra o in metallo, che erano fatti oscillare durante la rincorsa e il salto, per essere abbandonati prima di ricadere nello *skàmna*, affinché ciò avvenisse senza sbilanciamenti. Nelle immagini più antiche la sagoma dei *haltères* ricorda quella di un ferro da stiro (cfr. l'anfora inv.141946, sala III, vetr. 1); più tardi, appaiono arrotondati in basso (coppa inv.3930, sala IV, vetr. 6), o simili al ricevitore di un apparecchio telefonico (cfr. una coppa conservata a Basilea, fig. 4).

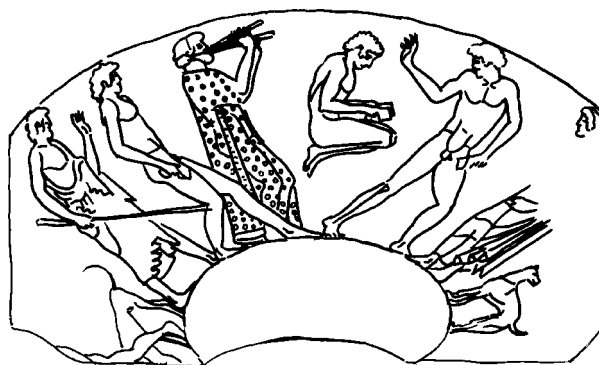


Fig. 4 - Coppa attica a figure rosse firmata da Doùris. Basilea, Antikenmuseum Kà 425. 490 a.C. (da AA.VV., La città delle immagini, Modena 1986, fig. 24).

2 - La corsa

L'importanza della corsa (*dròmos*) è sottolineata da Platone (Leggi VIII 832-833) a proposito dell'educazione dei ragazzi e come preparazione per la guerra; le edizioni dei giochi di Olimpia prendevano il nome dal vincitore dello *stàdion* (la corsa allo *sprint*), che fu anzi la sola manifestazione a svolgersi nelle prime edizioni, durante l'VIII secolo.

Le gare di corsa avvenivano all'interno dello stadio, la cui lunghezza variava, a seconda dei luoghi, in relazione a quella dell'unità di misura, costituita dal piede. La distanza dello *stàdion* equivaleva alla lunghezza della pista; il *diàulos* a due lunghezze, sicché punto di partenza e d'arrivo coincidevano. Altre prove erano il *hippios*, così chiamato forse perché la distanza da coprire (pari a quattro volte la pista) era comparabile alla lunghezza dell'ippodromo; e il *dòlichos*, una corsa sulla lunga distanza (pari a venti o ventiquattro lunghezze).

3 - Il lancio del disco

L'esercizio (*diskos*) è noto già nei poemi omerici, in particolare nella descrizione dei giochi

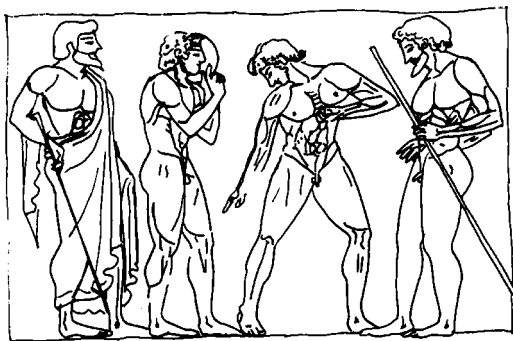


Fig. 5 - Anfora attica a figure rosse. Parigi, Louvre G 42. Phintias (da E. Norman Gardiner, *Athletics of the Ancient World*, Oxford 1930, fig. 123).

fra realtà e leggenda. (Per un discobolo che si accinge a un lancio, vedi un'anfora conservata nel Louvre, fig. 5).

4 - Il lancio del giavellotto

Anche questa pratica sportiva (*akòntisis*) trova menzione nell'èpos omerico: gli Achei trascorrevano il tempo libero dagli impegni della guerra nel lancio del disco e del giavellotto (*Iliade* II 774).

Il giavellotto impiegato dagli atleti era ricavato da legni meno duri di quelli usati per i giavellotti che servivano come armi da getto e non recava una punta: tranne, forse, durante le gare, in cui era importante che l'attrezzo si conficcasse nel terreno. Il punto raggiunto dal lancio era segnalato per mezzo di un oggetto appuntito. La tecnica del lancio non differiva da quella moderna, se non per uno speciale accorgimento costituito da una striscia di cuoio avvolta intorno al fusto del giavellotto (l'*ankyle*), con un cappio all'estremità, nel quale s'inserivano l'indice e il medio della mano dell'atleta (fig. 6). Al momento del lancio, l'*ankyle* imprimeva una rotazione al giavellotto, assicurando stabilità al volo.

5 - La lotta

Insieme al pugilato e al *pankràtion*, la lotta faceva parte delle cosiddette prove pesanti (*baréa áthla*). Come inventori della disciplina -il cui nome greco, *pále*, è alla base del termine palestra- le fonti classiche menzionano divinità quali Athèna e Hermés, o eroi come Tèseo e Phòrbas. Già nell'*Iliade* troviamo la descrizione di un incontro, nel quale Aiace affronta Odisseo (*Iliade* XXIII 700 ss.); Platone (*Leggi* VII 796a) sottolineava l'utilità della lotta nell'educazione dei giovani.

Responsabili dell'istruzione erano i *paidotribai*; è interessante osservare che in Egitto sono stati trovati papiri contenenti frammenti di libretti a opera di alcuni di questi istruttori di lotta, su cui erano riportati consigli pratici per gli allievi.

La lotta era una disciplina che richiedeva forza e resistenza, ma anche coraggio e astuzia, e si articolava in due tipi di combattimento. Il primo si svolgeva in piedi (*orthè pále*) in un terreno preparato con sabbia, lo *skàmma*. All'inizio le fronti degli atleti si toccavano; essi tenevano le gambe leggermente flesse e discoste l'una dall'altra, ed effettuavano una presa alle mani o alle braccia dell'avversario. L'incontro terminava al terzo atterramento di uno dei contendenti, nel quale questi toccava il terreno con le spal-

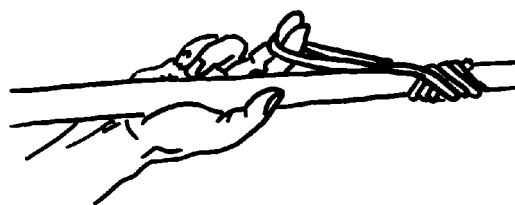


Fig. 6 - Metodo d'impugnare il giavellotto per mezzo dell'*ankyle* (da J. Swaddling, *The Ancient Olympic Games*, Londra 1980, p. 53).

le, la schiena o i fianchi (le indicazioni delle fonti variano a questo proposito). Non esistevano in pratica limiti alle mosse, se non per il divieto di mordere e di graffiare, né distinzioni di peso. Il secondo tipo di combattimento (*alindesis*), ammesso nel *pankràtion*, si svolgeva a terra e continuava finché uno degli avversari si dichiarava sconfitto, sollevando il dito indice, o l'indice e il medio.

Come altri atleti, anche i lottatori usavano ungersi il corpo; inoltre si cospargevano di polvere fine (*kònis*); questa consentiva all'avversario maggiori opportunità di effettuare una presa, ma era probabilmente utilizzata anche per ragioni igieniche.

Discipline connesse con il *pèntathlon* nelle raffigurazioni vascolari del Museo Archeologico di Firenze

La parete esterna di una coppa a figure nere databile intorno al 570 (inv.3893, sala I, vetr. 5) (**Dia 13**) è decorata su entrambi i lati con la stessa scena: un uomo barbato, che impugna una verga indicante la sua funzione di giudice sportivo, si piega sulle ginocchia e osserva da vicino l'evolversi delle mosse di due lottatori; uno di questi, barbato, appoggia un ginocchio a terra e rovescia in avanti il suo più giovane avversario.

L'anfora a collo inv. 141946 (sala III, vetr. 1 in a. a d.) presenta, distribuiti sui due lati, atleti che si cimentano in prove del *pèntathlon*. Su un lato troviamo due lottatori adulti rappresentati nella fase iniziale del combattimento, sull'altro due atleti (**Dia 14**) che prendono la rincorsa in direzioni opposte: l'atleta a sin. solleva il braccio, apprestandosi a lanciare il giavellotto; quello a d., un saltatore, impugna pesi a forma di "ferro da stiro". Assistono agli esercizi, rispettivamente, due personaggi (uno dei quali sicuramente barbato) con un corto mantello panneggiato su un braccio e un bastone nella d., e due figure ammantate e appoggiate a un'asta.

Il pannello di una *hydria* a figure rosse (inv.3983, sala IV, vetr. 6 in b. a d.) mostra tre giovani in prossimità di una bassa colonna ornata da un nastro: il primo è in procinto di lanciare un giavellotto, quello alle sue spalle maneggia un disco, il terzo stringe nelle mani i pesi per il salto in lungo. Su un cratere a colonnette del Pittore di Chàirippos (inv.3980, sala V, vetr. 2) (**Dia 15**) la figurazione appare ridotta a due soli atleti, uno impegnato nel lancio del giavellotto (si osservi la posizione dell'indice e del medio, alludente alla presenza dell'*ankyle* [fig.5]), l'altro visto nell'atto di sollevare davanti a sé un disco di notevole diametro.

Le immagini sui lati esterni della coppa inv.3944 (sala VI, vetr. 1 in b.) (**Dia 16**) trasportano lo spettatore in una palestra, in cui due giovani lottatori, uno dei quali reca sul capo una calotta di protezione, si esercitano ai comandi di un istruttore calzato, vestito di un mantello che gli lascia scoperto un braccio. Il gruppo composto dagli atleti è ribaltato in maniera speculare e ripetuto quasi esattamente sui due lati esterni del vaso; la figura dell'allenatore è rappresentata in ambo i casi sulla d. Questi impugna la caratteristica verga biforcuta, con cui sul lato A interviene per correggere l'esercizio. Sullo sfondo, alludente alla parete dell'ambiente della palestra in cui si svolge l'allenamento, sono appoggiati giavellotti, mentre in alto sono sospesi un *aryballos*, una spugna e un fascio di strisce (*stròphia* o *meilichai*) di cuoio per il pugilato.

Un atleta con il capo protetto da una cuffia, rappresentato anche in questo caso non nel corso di una gara bensì in allenamento, s'incontra su una coppa frammentaria di Onèsimos (inv.151562 [PD 265], sala VI, vetr. 1 in a.): si tratta di un saltatore, che imposta la rincorsa ascoltando i consigli di un istruttore. Alle spalle di questo sorge una bassa colonna impostata sopra una base quadrangolare, rappresentante forse la meta intorno alla quale giravano i corridori; dietro al saltatore, un atleta che assiste alla scena stando appoggiato a un giavellotto e ha al suo fianco un piccone conficcato nel terreno. Una presenza interessante era costituita dall'auleta, che sul lato opposto della coppa scandiva le evoluzioni degli atleti. Il giovane musicista in chitone, di cui restano solo le spalle con parte della

testa e delle braccia, suonava il suo strumento con l'aiuto della *phorbeia*.

Come dimostra la coppa ora ricordata, un accompagnamento musicale è testimoniato specialmente nelle discipline 'leggere'; per il pugilato, su cui ci soffermiamo nelle righe che seguono, ce ne parla ad esempio Pausania nella sua Guida della Grecia, a proposito di un pannello sull'arca di legno dedicata a Olimpia dal tiranno corinzio Cipselo (o dalla sua famiglia) poco prima della metà del VI secolo. Anche gli Etruschi, a quanto riferisce Eratòstene, usavano boxare al suono del flauto.

Il pugilato

Come nel caso di altre discipline popolari, se ne attribuiva l'invenzione a divinità o figure mitiche: la leggenda riporta che il dio Apollo superò il fratellastro Ares in un combattimento a Olimpia (Pausania V 7,9); gli Ateniesi attribuivano l'invenzione del pugilato a Teseo (Scolî a Pindaro, Nemea V 89). Anche l'Iliade ci conserva la narrazione di una gara, quella che oppose Epèio ad Eurialo (Iliade XXIII 681 ss.). Questo sport era particolarmente popolare nelle città elleniche d'Asia Minore, e molti vincitori delle più antiche competizioni olimpiche provenivano da quella regione.

Fino al V secolo i contendenti indossavano strisce di pelle di bue (*stròphia* o *meilichai*) ammorbidite con olio o grasso, probabilmente per proteggere le mani più che per risparmiare l'avversario; esse erano accuratamente avvolte intorno al palmo e alle nocche della mano, e strette ai polsi o all'avambraccio. Nel IV secolo comparvero strisce di cuoio più duro con imbottitura interna di lana (*sphàirai*), poi guanti detti *oxèis himàntes*, caratterizzati da fasci di rigide strisce di cuoio che coprivano le nocche lasciando libere le dita ed erano allacciati intorno al polso e all'avambraccio.

In allenamento i pugili indossavano talora paraorecchi, chiamati *amphotides* o *epotides*: in questa disciplina i colpi erano sostanzialmente diretti al capo dell'avversario. Filòstrato osserva tuttavia che un fisico robusto, e in particolar modo un ventre prominente (cfr. il frammento di *stàmnos* inv.141863, sala IV, vetr. 2 e la coppa mastoide inv.4215, fig. 7) potevano costituire un vantaggio, ostacolando la forza dei colpi portati al capo da parte dell'avversario; secondo lo stesso autore, Sulla Ginnastica 34, un pugile doveva possedere braccia forti e lunghe, spalle robuste, collo lungo e fianchi ben modellati. Come esercizio di riscaldamento era apprezzata la *skiamachìa*, la lotta contro un avversario immaginario: Pausania menziona una statua del pugile Glàukos, particolarmente abile in tale specialità (V 10,3), e Luciano (Ermotimo 33) parla di colpi portati a vuoto con le gambe e con i pugni.

I combattimenti si svolgevano senza limiti di tempo; per risolvere incontri equilibrati, si poteva ricorrere alla procedura detta *klìmax*, consistente in uno scambio di colpi nel quale non era permesso difendersi. Risultava vincitore, ovviamente, chi resisteva più a lungo. La pratica del pugilato era, in qualche caso, accompagnata dalla musica degli *aulòi* (così nel già ricordato frammento di *stàmnos* inv.141863, sala IV, vetr. 2).

Il registro principale di uno *stàmnos* a figure nere del museo di Firenze (inv.141863, sala IV, vetr. 2 in a. a sin.) (**Dia 17**) mostra due coppie di pugili (due barbati, uno imberbe; il capo del quarto è perduto), caratterizzati da un perizoma annodato intorno ai fianchi. Tale dettaglio ritorna in altre

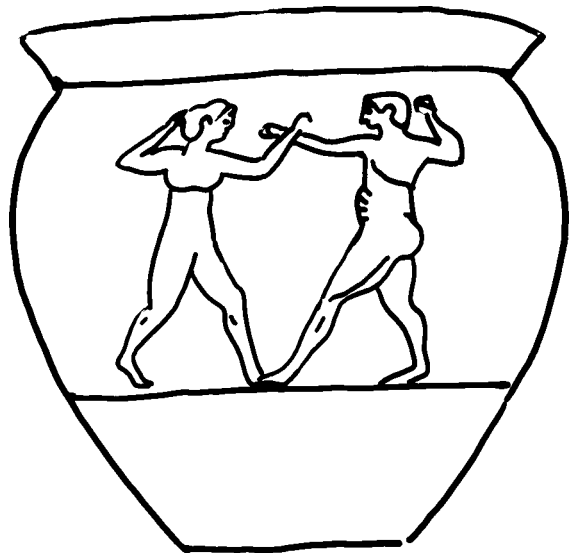


Fig. 7 - Coppa mastoide attica a figure nere. Firenze, Mus. Arch. 4215. Fine del VI sec. Pugili (da L'archeologia racconta lo sport nell'antichità, Firenze 1988, n. 25).

raffigurazioni di argomento sportivo del tardo VI secolo, prevalentemente su vasi rinvenuti in Etruria, tanto da farle giudicare prodotte per quel mercato; normalmente, infatti, gli atleti agivano nudi.

Le due coppie di contendenti sono separate da un auleta barbato, abbigliato con una lunga veste priva di cintura che rende agevole la posizione sollevata delle braccia. Da notare è il costume assai elaborato - forse, in relazione al fatto che la scena potrebbe descrivere una competizione ufficiale. La stoffa era originariamente di colori diversi sulle parti anteriore e posteriore del costume, con un motivo a merli in corrispondenza delle cuciture.

Due pugili ancora in giovane età, quello a d. sbilanciato all'indietro da un colpo dell'avversario e sul punto di cadere, sono le figure principali della scena su uno *stàmnos* a figure rosse (inv.3986, sala V, vetr. 3 in a., retro) (**Dia 18**), completata da un istruttore o arbitro, anch'egli imberbe, che impugna una verga. Sullo sfondo sono rappresentati due lebèti, da immaginare probabilmente forgiati in lamina bronzea.

La *hoplitodromìa*

La corsa in armi prende il nome dall'oplita (*hoplites*), il cittadino libero che dispone dei mezzi per procurarsi un'armatura completa e che nei momenti d'emergenza è pronto a combattere per la *pòlis* nei ranghi della formazione militare caratteristica del periodo arcaico, la falange. Prescindendo dalla connotazione agonale, questa disciplina atletica era considerata anche un'eccellente preparazione in senso militare.

L'equipaggiamento dei concorrenti, che a Olimpia e ad Atene gareggiavano di solito sulla distanza di due stadi, a Nemea su una distanza maggiore, era costituito da uno scudo circolare, da un elmo e da schinieri; gli schinieri vennero abbandonati nel corso del V secolo, l'elmo dopo il IV secolo.

A Olimpia la *hoplitodromìa* venne introdotta nel programma delle competizioni ufficiali nel 520; Pausania (V 12,8) c'informa che venticinque scudi lignei rivestiti di lamina bronzea erano depositati 'nel tempio', probabilmente affinché a tutti i concorrenti toccassero in sorte scudi dello stesso peso. La corsa armata aveva luogo altresì in occasione dei giochi Pitici di Delfi e, come accennato sopra, in quelli di Nemea; ad Atene si correva in varie circostanze, fra l'altro nella festa delle Panatenee (cfr. C2-1).

Nella ceramica dipinta ateniese, la documentazione inizia verso la metà del VI secolo con le anfore 'panatenaiche', i vasi-premio destinati ai vincitori delle gare che si svolgevano durante le Panatenee (cfr. anche un'anfora databile al 540, conservata a Monaco, fig. 8); ma la maggior parte delle raffigurazioni ci è offerta dalla tecnica a figure rosse (in special modo su coppe), nel corso della prima metà del V secolo. La frequenza delle rappresentazioni si spiega con la popolarità e il significato della *hoplitodromìa* nell'educazione dei giovani - esempi in cui gli atleti sono caratterizzati dall'età adulta, come la coppa a figure rosse inv.3910, sono più rare - oltre che nella prospettiva di un'adeguata preparazione militare. Le fonti c'informano che anche pitture su tavola del celebre Parrasio avevano per soggetto corridori in armi.

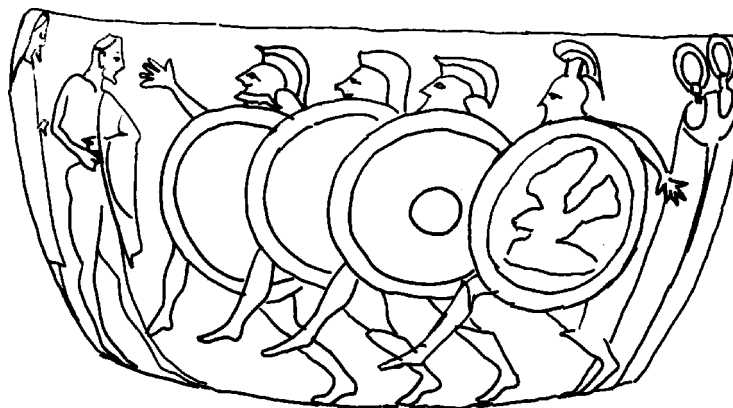


Fig. 8 - Anfora a collo attica a figure nere. Monaco, Antikensammlungen 1471. Gruppo E. Verso il 540. *Hoplitodromoi* (da U. Hausmann, ed., *Der Tübinger Waffenläufer*; Tübingen 1977, tav. 25,1).

La coppa inv.3910 (sala VI, vetr. 3 in a.; appartengono alla stessa coppa alcuni frammenti a Boston, inv.08.31a) (**Dia 19-20**): all'interno un atleta barbato che regge nella d. uno strigile, assistito da un giovanetto che gli presenta l'elmo e lo scudo (si noti che lo scudo reca come emblema la figura di un corridore in posizione di partenza, con le braccia protese in avanti, i piedi ravvicinati e le gambe leggermente flesse); all'esterno, *hoplitodromoi* osservati in vari atteggiamenti dentro una palestra, indicata per mezzo di una colonna sul lato A. Qui un atleta reca uno schiniere sull'avambraccio d. e si volge verso i colleghi, mostrando allo spettatore lo scudo visto dall'interno; l'atleta che gli è più vicino si curva in avanti, un altro porta una mano all'elmo; a d. sono conservate le gambe di un atleta che tiene lo scudo appoggiato a terra. Sul secondo lato, da sinistra: un atleta che regge uno scudo e forse un elmo; uno che ha deposto a terra lo scudo e prova una corsa; un istruttore avvolto in un mantello che gli lascia scoperta una spalla; un atleta stante, rivolto verso il centro della figurazione.

Altre raffigurazioni del Museo Archeologico di Firenze. Preparazione della pista e riposo

Sulla coppa inv.91455 (sala IV, vetr. 6 in b. a sin.) (**Dia 21**) un giovane nudo con un nastro fra i capelli trattiene fra le gambe un cesto adagiato su un fianco, nel quale sta raccogliendo mediante un piccone terra fine, o sabbia, da usare nella palestra. Lo stesso utensile (in greco *skapàne*) compare frequentemente nelle raffigurazioni connesse con il ginnasio: cfr. le nostre coppe inv.3930 (sala IV, vetr. 6) e 151562 (PD 265) (sala VI, vetr. 1).

Su una coppa databile verso il 480 (inv. 151659 [PD 269], sala VI, vetr. 3 in a.) (**Dia 22-23**) vediamo giovani atleti raffigurati al di fuori della pratica sportiva, in uno spazio aperto segnalato da alberi sui due lati esterni. Sul lato A un giovane deterge l'olio e il sudore da un braccio con uno strigile, mentre un altro che, al centro, impugna lo stesso utensile si volge verso un compagno che sta piegando il proprio mantello. In alto sono sospesi gli accessori tipici della palestra: due *haltères* (i pesi per il salto in lungo), inoltre un *aryballos* e una spugna. Un *aryballos* è raffigurato anche, sospeso alla mano di un giovane, sul lato B della coppa, su cui due atleti sono intenti a lavarsi, curvi ciascuno su un bacino sostenuto da un pilastro scanalato. Nel fondo della coppa un giovane regge i sandali per le stringhe, mentre la sua mano d. teneva un oggetto, oggi perduto a causa di una lacuna, al di sopra di un bacino dello stesso tipo di quelli raffigurati all'esterno della stessa coppa.

Atleti vittoriosi

Nel percorso di approfondimento C2-1 vengono considerate rappresentazioni di attività sportive nel quadro di feste religiose; una di esse ci mostra Nike che reca una benda al rappresentante della tribù giunta prima nella corsa con le torce (*lampadedromia*), in un contesto che allude chiaramente a una premiazione ufficiale (cratere inv.151520 [PD 509], sala X vetr. 3 in a. a sin.).

Numerose immagini, di cui fa parte quella di una *pelike* a figure rosse nel Museo Archeologico fiorentino (inv.4021, sala VIII, vetr. 2), sembrano invece connesse non a una premiazione ufficiale, ma piuttosto ai festeggiamenti tributati ai giovani atleti da parte di ammiratori. Sul lato principale del vaso, un personaggio barbato applica una tenia alla gamba di un giovane atleta; l'ambientazione della scena in una palestra è suggerita da una bassa colonna e dagli utensili per l'igiene personale rappresentati sospesi a una parete sul lato B, strettamente connesso con quello principale.

Dello stesso genere è anche la bella immagine nel frammentario tondo di una coppa, attribuito al Pittore di Colmar (inv.151294, sala VI, vetr. 1): un giovane atleta con bende annodate intorno al capo, alle braccia e alle gambe (nello spazio che circonda la figura sono rappresentati un bastone da passeggio e un tralcio vegetale) regge nelle mani una ghirlanda e una lepre viva, appena ricevute in dono.

Lepri e galletti sono il consueto dono dell'amante (*erastés*) al giovane amato (*eròmenos*). La

palestra rappresenta lo sfondo ideale che consente ai giovani rampolli delle famiglie aristocratiche ateniesi di mettere in mostra prestanza fisica, coraggio e nobiltà di spirito e di attrarre su di sé l'attenzione dei frequentatori delle palestre. Il dono testimonia, al tempo stesso, il successo del giovane palestrita e l'avvio di un rapporto -non paritario ma profondamente significativo sul piano della formazione culturale e "politica" dell'*eròmenos*- con il *partner* maturo: il giovane *eròmenos* non rappresenta altro che la preda, opportunamente conquistata con doni, del proprio *erastés*, non diversamente da una lepre catturata dalle mani esperte del cacciatore.

GLOSSARIO

Agorà - Centro politico e commerciale delle città greche. L'*Agorà* di Atene, tagliata dalla via delle Panatenee, la strada che veniva percorsa dalla processione della festa omonima, era situata fra l'Acropoli e la principale porta cittadina, il *Dipylon*. Il suo sviluppo architettonico fu notevole specialmente nell'età dei Pisistratidi, di Cimone, poi dopo Pericle, nel II secolo e nella prima età imperiale. Nel II secolo era limitata a oriente dal portico di Attalo; a nord dal portico Pecile e dal portico delle Erme; a occidente dagli edifici amministrativi, alle cui spalle era il tempio di Efesto; a sud da un santuario di Tèseo e dal Portico di mezzo.

Antistene - Filosofo ateniese discepolo di Socrate (V-IV sec. a.C.), fondatore della scuola cinica. Autore di dialoghi, orazioni (ne sopravvivono esigui frammenti).

Augustea, epoca - Periodo corrispondente al regno di Augusto, primo imperatore romano dal 23 a.C. al 14 d.C.

Aulòs - Strumento a fiato, diffuso in tutto il mondo antico. Tra gli strumenti moderni il più vicino all'*aulòs* nella struttura essenziale è l'oboe. Gli auleti usavano di norma il doppio *aulòs*: l'imboccatura dei due strumenti era facilitata dalla *phorbeìa*, una specie di bavaglio con due fori nei quali s'infilavano i bocchini degli *aulòi*.

Chitone - Abito sia maschile che femminile. Il chitone maschile, corto oppure lungo fino alle caviglie, è stretto alla vita da una cintura e munito di maniche corte. Il chitone femminile è a maniche lunghe, risulta allacciato sulla parte superiore del braccio e forma pieghe sopra la cintura.

Cimone - Figlio di Milziade, l'artefice della vittoria degli Ateniesi a Maratona, rivestì varie cariche, finanziò con le proprie ricchezze opere pubbliche e nel 475 conquistò l'isola di Sciro, insediandovi coloni ateniesi e riportandone in patria le ossa di Teseo. La sua influenza crebbe e divenne capo del partito aristocratico, in opposizione a Temistocle e, più tardi, a Efiante e a Pericle. Il suo successo militare di maggior importanza fu la vittoria sui Persiani presso l'Eurimedonte, conseguita intorno al 468. Nel 461 venne bandito da Atene e dopo il suo ritorno, avvenuto di lì a qualche anno, non svolse un ruolo particolarmente attivo nella vita politica ateniese. Morì nel 449 durante una spedizione contro i Persiani.

Cipselo - Celebre tiranno di Corinto, padre dell'altrettanto celebre tiranno Periandro (fine del VII sec. a.C.).

Epèio - Guerriero acheo, figlio di Panopèo. "Esperto di pugilato" (Omero, *Iliade* XXIII 665), partecipa ai giochi funebri in onore di Patroclo battendosi con Eurialo e risultandone vincitore.

Eratòstene - Originario di Cirene, visse nel III secolo; fu precettore reale e direttore della biblioteca di Alessandria. Le sue opere, note solo da frammenti, riguardavano problemi di critica letteraria (Sull'antica Commedia), di filosofia, di cronologia (Cronografie), di matematica (per es. Platonicus, in cui s'interessava anche dei principi della musica), di astronomia, di geografia (il campo in cui eccelleva: Geographikà). I suoi Katasterismòi (Elevazioni agli astri) trattavano le costellazioni con la relativa mitologia.

Esedra - Ambiente edilizio a forma di semicerchio.

Eurialo - Capo argivo, figlio di Mecistèo. Ai giochi funebri in onore di Patroclo raccoglie la sfida di Epèio, esperto di pugilato, ma ne viene sconfitto.

Feaci - Popolo mitico di navigatori dell'Odissea. Originari di una terra vicina al paese dei Ciclopi, si trasferirono in seguito a Scheria (sovente identificata, anche nell'antichità, con Corfù). I Feaci accolsero il naufrago Odisseo (Odissea V 451 ss.) e l'ospitarono, dandogli l'opportunità di narrare le sue vicissitudini e facendolo prender parte alla loro vita sociale; poi lo accompagnarono a Itaca su una delle loro navi, in una notte di viaggio. Il loro patrono Posidone li punì per questo, pietrificando la nave e circondando la città con un muro (Odissea XIII 81 ss., 159 ss.).

Filòstrato - Flavio F., appartenente a una famiglia originaria di Lemno, nacque intorno al 270 d.C. e morì verso la metà del III secolo. Fu autore fra l'altro di Vite dei Sofisti e di un Eroico (un dialogo che trattava il culto di Protesilao) nonché, probabilmente, del trattato Sulla ginnastica (Perì gymnastikés), che conteneva informazioni di carattere storico sulle diverse discipline sportive, prescrizioni riguardanti l'allenamento e la dieta e accenni polemici alle degenerazioni del suo tempo.

Kynòsarges (pron. cùnòsarghes)- Ginnasio e santuario di Eracle, situato nella parte sud-orientale di Atene. La sua ubicazione approssimativa sulla riva meridionale del fiume Ilisso è indicata da documenti epigrafici.

Luciano di Samosata - Visse nel II secolo d.C.; fu avvocato, conferenziere itinerante e autore di un'ottantina di opere, prevalentemente in forma di dialogo. Risentì dell'influsso dell'umorismo cinico di Menippo di Gadara e della Commedia attica, che lo portò fra l'altro a satireggiare la religiosità popolare (Gli déi a concilio) e la vanità umana (I dialoghi dei morti); poi, nelle opere mature, dei dialoghi platonici (Ermotimo, Immagini). Oltre alla forma del dialogo impiegò quella epistolare (Come si scrive la storia) e del racconto (come nella Vera storia, una parodia del romanzo d'avventure).

Nemei, Giochi - Fondati da Eracle dopo l'uccisione del Leone Nemeo o, secondo un'altra leggenda, da Adrasto di Argo quando condusse i Sette contro Tebe, divennero una festa panellenica nel 573. Erano modellati sui giochi di Olimpia e si celebravano ogni due anni, forse tra luglio e agosto, nel santuario di Zeus posto nella vallata di Nemea, nel Peloponneso settentrionale.

Nike - Divinità alata, personificazione del concetto astratto di "Vittoria". Gli antichi attribuivano l'invenzione del tipo della Vittoria alata allo scultore greco arcaico Archermos, originario di Chio e attivo intorno alla metà del VI sec. a.C. A partire dalla metà del VI sec. a.C. compaiono, sui vasi attici, immagini di una divinità alata, probabile personificazione della Vittoria, per lo più in scene di palestra.

Pausania - Viaggiatore e geografo greco, visse nel II secolo d.C. (ma le date precise della sua vita, come pure la sua patria, ci sono ignote). Compose una Descrizione della Grecia in dieci libri; in quest'opera egli trattava la storia e la situazione geografica delle città più importanti e dei relativi dintorni, interessandosi ai loro culti, alla mitologia e descrivendo con cura i monumenti artistici, come confermano anche scoperte archeologiche.

Pankràtion - Esercizio atletico che conteneva elementi del pugilato (prevalentemente senza l'uso di fasce di protezione per le mani o guanti) e della lotta, compresa quella a terra.

Peplo - Indumento femminile privo di maniche, ottenuto da un rettangolo di stoffa, che poteva essere indossato con o senza cintura. Fissato sulle spalle da spille o fermagli, era formato da una gonna, talora aperta su un lato, e da una ricaduta liscia che terminava all'altezza della vita.

Phòrbas - Eroe attico, educatore e auriga di Tèseo.

Phorbeìa - Sorta di bavaglio munito di due fori nei quali s'inserivano i bocchini del doppio *aulòs*. Impediva il gonfiarsi eccessivo delle gote del flautista.

Pisistrato - Statista ateniese di famiglia aristocratica, si distinse nella guerra contro Mègara (verso il 565) e appoggiandosi alle classi inferiori della città, nel 561 si fece tiranno di Atene. Durante il suo governo venne espulso due volte; alla sua morte (527) gli succedettero i figli Ippia e Ipparco. Pisistrato incoraggiò i coltivatori di terre sterili concedendo prestiti, e favorì il pieno impiego nelle campagne; promosse un impegnativo programma edilizio (di particolare importanza le opere che migliorarono l'approvvigionamento idrico di Atene), l'artigianato e i traffici commerciali (la moneta attica divenne fra le più diffuse e la ceramica attica a figure nere acquistò una posizione di primato nel mondo greco); in ambito religioso, vengono attribuite alla sua iniziativa la riorganizzazione delle Panatenee e le Grandi Dionisie. Durante questa festa in onore di Dioniso fu rappresentata da Tespi, probabilmente nel 535, la prima tragedia.

Pitici, Giochi - A Delfi veniva celebrata ogni otto anni una festa connessa con l'oracolo del dio Apollo, con una competizione musicale che aveva come soggetto un inno al dio, accompagnato dal suono della cetra. Nel 582 la festa venne riorganizzata; da allora si svolse con cadenza triennale e (oltre alle competizioni musicali, che restarono le più importanti e comprendevano canto, musica strumentale, recitazione) conteneva un programma di gare atletiche ed equestri, secondo il modello dei giochi di Olimpia.

Pòlis - La città-stato greca, il cui territorio comprendeva una sola città e le campagne. Si trattava di uno stato di dimensioni ridotte, dato il particolarismo politico dei Greci, che fu causa di guerre incessanti e non fu superato neanche da tentativi di costituire federazioni o di egemonia da parte di una singola città-stato sulle altre. Lo stato era formato dai suoi cittadini, che accettavano l'obbedienza alle sue leggi, gli obblighi economici e militari e il culto delle sue divinità. Potevano esistere diversi gradi di cittadinanza; oltre ai cittadini vi erano gli schiavi, nonché una popolazione che non faceva parte della *pòlis*: per esempio i residenti stranieri (meteci) e quelli dei distretti limitrofi (i perieci). Pur senza scomparire, la *pòlis* perse il suo potere e il ruolo di guida della politica greca con l'avvento di Filippo II di Macedonia (359-336 a.C.), di suo figlio Alessandro Magno (336-323 a.C.) e delle dinastie ellenistiche.

Punchbag - Sacco di cuoio pieno di crine o altro materiale, sospeso a una corda e usato dai pugili per allenarsi.

Schinieri - Elementi dell'armatura, realizzati in lamina metallica, che proteggevano la parte anteriore della gamba dal ginocchio alla caviglia. La maggior parte degli schinieri pervenuti fino a noi reca file di punti lungo i margini, probabilmente per assicurare un'imbottitura interna piuttosto che per essere allacciati.

Strigile - Utensile di forma arcuata costituito da un manico e da una lamina scanalata, destinato ad asportare lo strato di olio, sudore e polvere formatosi sulla pelle durante l'esercizio sportivo. Figura spesso nelle rappresentazioni di atleti, sia mentre viene usato che sospeso alle pareti della palestra - spesso insieme a oggetti che svolgono funzioni complementari,

come la spugna e l'*aryballos* contenente oli profumati.

Teopompo - Storico vissuto nel IV secolo, nativo di Chio ed allievo di Isocrate. Dei suoi scritti restano frammenti delle opere principali: le Storie Elleniche, che continuavano la storia di Tucidide dal 411 fino al 394 e avevano come tema principale la supremazia di Sparta, e le Filippiche, una storia universale articolata in varie digressioni.

BIBLIOGRAFIA

E. NORMAN GARDINER, Greek Athletic Sports and Festivals, Londra 1910

Idem, Athletics of the Ancient World, Oxford 1930

J. DELORME, Gymnasion. Etude sur les monuments consacrés à l'éducation en Grèce, Parigi 1960

H.A. HARRIS, Greek Athletes and Athletics, Londra 1964

R. PATRUCCO, Lo sport nella Grecia antica, Firenze 1972

J. SWADDLING, The Ancient Olympic Games, Londra 1980

AA.VV., Lo sport nel mondo classico. "Athla" e atleti nella Grecia classica, Milano 1987

AA.VV., L'archeologia racconta lo sport nell'antichità (cat. della Mostra), Firenze 1988

O. TZACHOU-ALEXANDRI, ed., Mind and Body, Athletic Contests in Ancient Greece, Atene 1989

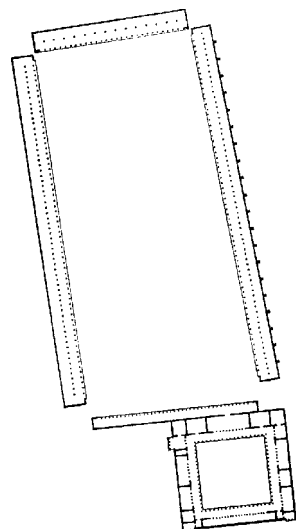
A. MURA SOMMELLA - E. TALAMO, "Lo sport nel mondo greco" in Archeo 47, genn. 1989, pp. 49-93

E. LIPPOLIS, Gli eroi di Olimpia. Lo sport nella società greca e magnogreca, Taranto 1992

Scheda di verifica n. 1

IL GINNASIO E LA PALESTRA

Il ginnasio e la palestra di Olimpia. Fine del III sec. a.C.



1) Quali sono gli elementi specifici che caratterizzano il ginnasio?

.....
.....
.....
.....
.....

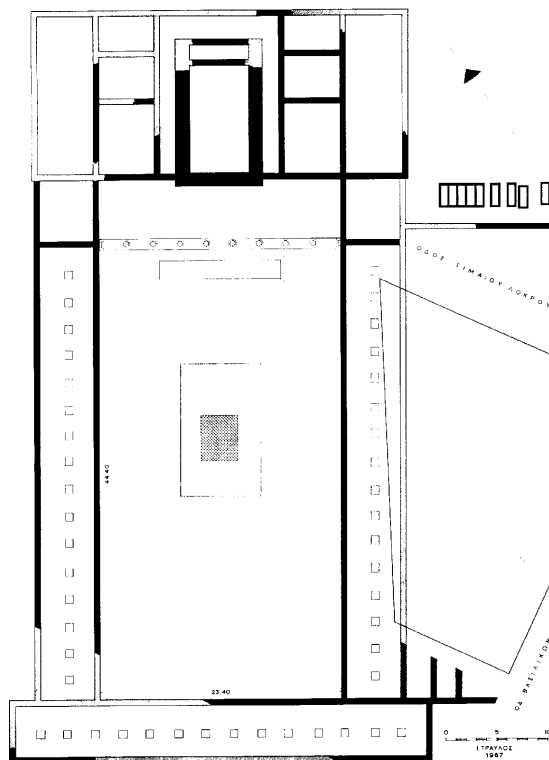
2) E la palestra?

.....
.....
.....
.....

Scheda di verifica n. 2

IL GINNASIO NELL'AMBITO DELLA POLIS. IL CASO DI ATENE

Il ginnasio dell'Accademia (Atene) tra la fine dell'età ellenistica e l'inizio dell'età romana



1) A parte la connotazione atletica, quella principale, un ginnasio poteva essere teatro di altre attività. Quali?

.....

.....

.....

.....

.....

2) Che tipo di strutture erano il ginnasio e la palestra: pubbliche o private?

A. Il ginnasio

.....

.....

.....

B. La palestra

.....

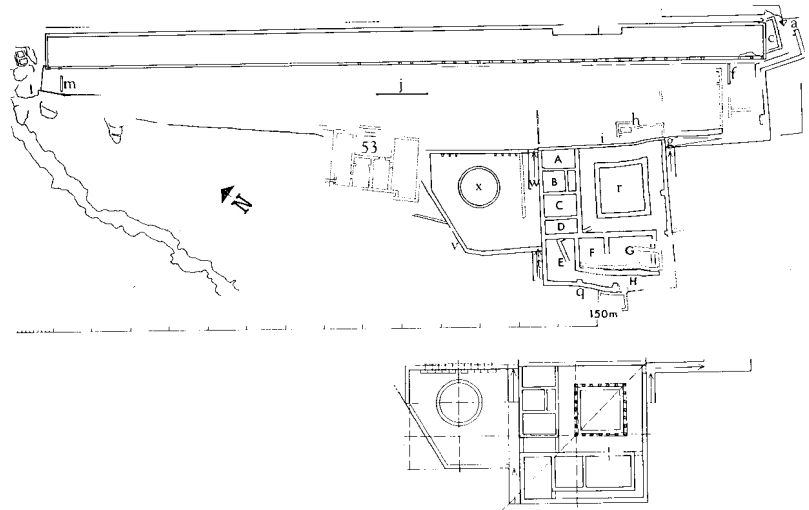
.....

.....

Scheda di verifica n. 3

**UN ESEMPIO DI GINNASIO:
DELFI**

Il ginnasio di Delfi. IV sec. a.C.



1) Cercate di riconoscere nella pianta e di definire nelle loro funzioni i seguenti elementi:

1. Lo *xystos*

.....
.....
.....

2. La *paradromis*

.....
.....
.....

3. La palestra

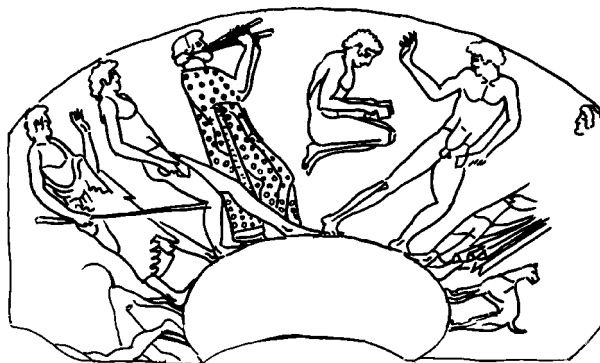
.....
.....
.....

4. Il *loutròn*

.....
.....
.....

IL PENTATHLON (I): IL SALTO, LA CORSA

*Coppa attica a figure rosse, firmata da Doùris.
Basilea, Antikenmuseum Kä 425. 490 a.C*



1) Quali discipline componevano il *pentathlon*?

.....

2) Su che tipo di terreno si svolgeva il salto in lungo?

.....

3) Di quali oggetti si serviva il saltatore, e in che modo?

.....

4) Sappiamo, oggi, se il salto in lungo era un salto singolo, doppio o triplo?

.....

5) Quali tipi di corsa esistevano? Di velocità o di resistenza?

.....

| |
|-------------------------|
| Scheda di verifica n. 5 |
|-------------------------|

**IL PENTATHLON(II): IL LANCIO DEL DISCO, IL LANCIO
DEL GIAVELLOTTO, LA LOTTA**

Anfora attica a figure rosse. Parigi, Louvre G 42. 520-510 a.C.



1) Quali materiali si usavano per fabbricare i dischi da lancio?

.....

.....

.....

2) Come veniva lanciato il giavelotto?

.....

.....

.....

3) Quali tipi di combattimento si conoscevano nella lotta?

.....

.....

.....

4) Dove avvenivano e come terminavano?

.....

.....

.....

5) In che maniera preparavano il proprio corpo gli atleti prima di un incontro?

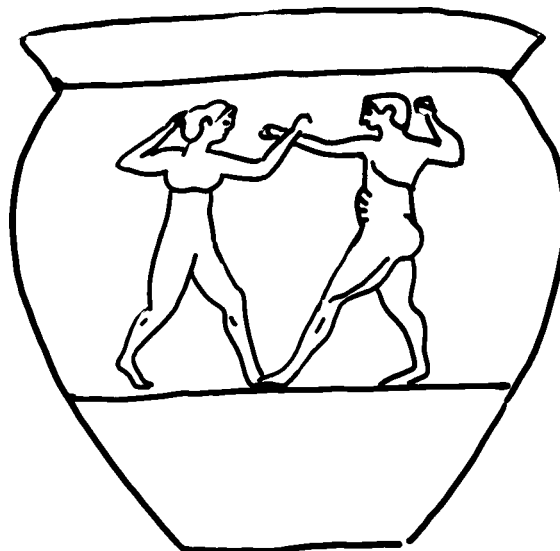
.....

.....

.....

IL PUGILATO

Coppa mastoide attica a figure nere. Firenze, Mus. Arch. 4215. Fine del VI sec. a.C.



1) Come si decideva l'esito di un incontro?

A

.....
.....
.....
.....

B

.....
.....
.....

2) Quale era lo scopo delle strisce di pelle che i pugili legavano intorno alle mani e ai polsi?

.....
.....
.....

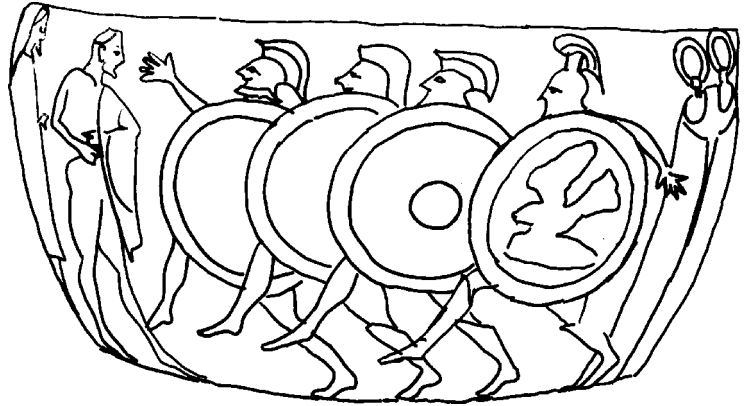
3) I pugili praticavano esercizi di riscaldamento?

.....
.....
.....

| |
|-------------------------|
| Scheda di verifica n. 7 |
|-------------------------|

LA HOPLITODROMIA

Anfora a collo attica a figure nere. Monaco, Antikensammlungen 1471. Gruppo E. Verso il 540 a.C.



1) In quale classe d'età era particolarmente diffuso questo esercizio?

.....

.....

.....

2) Come erano equipaggiati gl'*hoplitodromoi*?

.....

.....

.....