

ΟΛΥΜΠΙΟΣ ΔΡΟΜΟΣ 2012

Πως το καλό μπορεί να γίνει καλύτερο...

Για 6^η φορά διεξήχθη ο Ολύμπιος Δρόμος από Αρχ. Νεμέα – Ολυμπία.

Σύμφωνα με τα λεγόμενα ειδικών οι διοργανωτές κατάφεραν να βελτιωθούν ακόμη περισσότερο σε αρκετούς τομείς και από κάθε άποψη η διοργάνωση είναι άξια επαίνου.

Μετά από τον αγώνα του ΔΟΛΙΧΟΥ βρέθηκα στο ξενοδοχείο Kalamaki Beach για να προετοιμαστώ για τον Ολύμπιο Δρόμο πραγματοποιώντας ελαφριά προπόνηση. Απόλαυσα τις ημέρες εκείνες και ενημερώθηκα για τις διαδρομές του αγώνα ΣΠΑΡΤΑΘΛΟΝ. Ο ηλιόλουστος καιρός ήταν σύμμαχος στην εμπειρία μου. Μαζί με τους Herbert & Annett που ήρθαν τη Δευτέρα και τον Jan & Vanni με τις οικογένειές τους που έφτασαν από κάποιο νησί, περιμέναμε τη συνάντηση τη Πέμπτη με τους άλλους δρομείς του Ολύμπιου Δρόμου που έφτασαν με λεωφορείο της διοργάνωσης από την Αθήνα στο Καλαμάκι στις 17:00. Νωρίς το βράδυ έγινε η επίσημη ενημέρωση της διαδρομής παρουσία γνωστών αθλητών που συμμετείχαν σε παλαιότερους αγώνες. Οι Έλληνες αθλητές έφτασαν τη Παρασκευή το πρωί, ετοιμάσαμε και τοποθετήσαμε τα πράγματά μας στους ειδικούς σάκους για τη διαδρομή.

Όλα κυλούσαν κανονικά μα δυστυχώς ο καιρός χάλασε και μια ψύχρα επικρατούσε. Μετά το μεσημεριανό γεύμα, φορτώσαμε τις αποσκευές μας στα λεωφορεία της διοργάνωσης και ξεκινήσαμε για την αρχ. Νεμέα, σημείο εκκίνησης του αγώνα, 40 χλμ. από τη Κόρινθο.

Στην αρχ. Νεμέα μας περίμενε ελαφρύ αεράκι με χαμηλωμένες θερμοκρασίες και στο εσωτερικό του αρχ. Σταδίου μας υποδέχτηκε και μας ξενάγησε ένας αρχαιολόγος (St. Miller) και μας ενημέρωσε για τους αρχαίους αγώνες (Νέμεα κ.λ.π.)

Ακολούθησε η τελετή έναρξης που συμπεριελάμβανε και ομιλίες τοπικών αρχόντων και πολιτικών προσώπων.

Στο τέλος της τελετής όλοι οι δρομείς εξήλθαν από το στάδιο μέσω μιας ιστορικής σήραγγας και πήραμε θέση στη γραμμή εκκίνησης.

Οι χαμηλές θερμοκρασίες μου ανέτρεψαν λίγο τα σχέδια διότι είχα προετοιμαστεί για ψηλότερες θερμοκρασίες και δεν απόλαυσα το ωραίο τοπίο όσο ήθελα. Υπολόγιζα να τρέξω με φανελάκι και ευτυχώς είχα μια μπλούζα μαζί μου που αποδείχτηκε σωτήρια.

Οι διοργανωτές παράλληλα με τον αγώνα των 180 χλμ. πραγματοποίησαν και ένα μικρότερο αγώνα 62 χλμ. μέχρι το c.p. Λεβίδι.

Στις 14:30 στην εκκίνηση έφτιαξε και ο καιρός και όσο έβγαινε ο ήλιος γινόταν και πιο ευχάριστη η θερμοκρασία.

Μετά από την εκκίνηση από την αρχ. Νεμέα και έπειτα από λίγα χλμ. φτάσαμε στη πόλη της Νεμέας όπου μας περίμεναν οι κάτοικοι και μας επευφημούσαν. Η διαδρομή περνούσε από ασφαλτοστρωμένο δρόμο και φτάσαμε στα Αηδόνια και Πλατάνι. Μετά από 20 χλμ. ξεκίνησαν οι χωματόδρομοι και σε λίγο άρχισαν και οι μεγαλύτερες ανηφόρες.

Οι χωματόδρομοι αποτελούνταν από πέτρες, λακκούβες και κάποια νεροφαγώματα που δυσκόλεψαν ακόμη και κάποιους επόπτες και αναγκάστηκαν να γυρίζουν πίσω. Παρόλα αυτά οι δρομείς δεν εξεπλάγησαν με τη διαδρομή.

Αξιοσημείωτο είναι η εξαιρετική και λεπτομερής σήμανση της διαδρομής από τη διοργάνωση. Όπου μπορεί να υπήρχε κάποια αμφιβολία οι διοργανωτές είχαν φτιάξει δίοδο με κορδέλες που σε υποχρέωνε να περάσεις από εκεί. Από το 2010 γνώριζα τη διαδρομή αλλά τώρα είχε βελτιωθεί ακόμη περισσότερο.

Οι Jan & Vanni ξεκίνησαν συγκρατημένα και η Annett και Herbert έτρεξαν κανονικά. Κατά τη διάρκεια της προπόνησης είχα ένα τραυματισμό στην αριστερή γάμπα και άρχισε λίγο να με ενοχλεί κατά το τρέξιμο. Επειδή ο πόνος δεν ήταν μεγάλος πίστευα ότι θα με ενοχλεί μόνο στα πρώτα χιλιόμετρα. Τελικά τα πρώτα χιλιόμετρα πήγαν καλά και κάποιες ανηφόρες δεν μου δημιούργησαν πρόβλημα. Στους χωματόδρομους έτρεχα προσεχτικά αλλά παρά τη μεγάλη προσοχή στο 33^ο χλμ σκόνταψα και μόλις απόφυγα τη πτώση. Ακολούθησε οξύς πόνος σαν σουβλιά, δεν παραιτήθηκα από τη προσπάθεια και είπα ότι αυτό δεν πρέπει να είναι το τέλος του αγώνα. Αργότερα ο πόνος υποχώρησε και απλώθηκε σε όλο το πόδι. Στο 40 χλμ που τελείωσε ο χωματόδρομος και άρχισε η άσφαλτος οι πόνοι υποχώρησαν και έτρεχα ελεύθερα.

Στα επόμενα 20 χλμ προς Λεβίδι ο πόνος ήταν υποφερτός και περνώντας από Κανδήλα και Κεφαλόβρυσο με τη δύση του ηλίου και με καλές θερμοκρασίες οι πόνοι εξαφανίστηκαν και απόκτησα καλό ρυθμό.

Στο Λεβίδι είναι ο τερματισμός του μικρού αγώνα και ο τελευταίος σταθμός για τα επόμενα 23 χλμ χωρίς σταθμό ανεφοδιασμού. Εκεί γέμισα τα μπουκαλάκια μου και ξεκίνησα. Από εδώ ο δρόμος είναι σηματοδοτημένος με φωτεινά sticks και μετά από λίγο ξεκίνησαν οι χωματόδρομοι.

Λόγω της συννεφιάς το σκοτάδι ήταν πυκνό και είχα μαζί μου φακό κεφαλής που είχα φορτίσει από τη προηγούμενη αλλά δυστυχώς λόγω της μεγάλης χρήσης άρχισε να πέφτει η έντασή του και στο 70 χλμ στο δάσος δεν έβλεπα πλέον το δρόμο. Παρόλο το σκοτάδι αποφάσισα να αλλάξω μπαταρίες, σταμάτησα στο πλάι του δρόμου και αμέσως οι άλλοι δρομείς με βοήθησαν ρίχνοντας φως για να τις αλλάξω. Λόγω της χαμηλής θερμοκρασίας τα χέρια μου ήταν κρύα και άργησα να αλλάξω τις μπαταρίες. Ξεκίνησα πάλι και σύμφωνα με το πρόγραμμα αυτή ήταν η μεγαλύτερη απόσταση ανάμεσα στους ανεφοδιασμούς.

Σε αυτό το σημείο θα ήθελα να κάνω ιδιαίτερη μνεία ότι σε όλη τη διαδρομή υπήρχαν οχήματα των διοργανωτών που επόπτευαν και με επιπλέον σημείο υδροδότησης όπου πήρα νερό. Δεν θα μπορούσα να ζητήσω κάτι παραπάνω από τη πλευρά της διοργάνωσης.

Στο 76 χλμ τελείωσαν οι χωματόδρομοι και μετά από ένα μακρύ κατήφορο με άσφαλτο έφτασα στη Βυτίνα στο 84,5 χλμ. Είμαι 3 ώρες πριν από το χρονικό όριο, οι πόνοι είχαν φύγει εντελώς και παρά το κρύο το διασκέδαζα. Απολάμβανα την άνοδό μου στο cp Μαγούλιανα το ψηλότερο σημείο στο 97 χλμ και λίγο πριν το cp προσπέρασα την Αμαλία την μετέπειτα νικήτρια.

Έκανε κρύο και δεν είχα να βάλω κάτι επάνω μου. Αφήνω το cp και συνεχίζω την ανηφόρα.

Μετά από 100 μ. και μέχρι λίγο πριν να ολοκληρώσω τη διαδρομή μου με έπιασε λόξυγκας και όλες οι προσπάθειές μου να τον σταματήσω απέτυχαν. Επιβράδυνα, υποχωρούσε ο λόξυγκας, όσο μεγαλύτερη προσπάθεια τόσο μεγαλύτερος και ο λόξυγκας. Τη διάρκεια της νύχτας αγωνιζόμουν μεταξύ αργού και γρήγορου ρυθμού.

Κατά τις 5:15 το πρωί αρχίζει να φωτίζει και στις 7:00 διαλύονται τελείως τα σύννεφα. Στις 9:30 κάνει ζέστη που με βασανίζει περνώντας το Περδικονέρι 124,4, Τρόπαια 127,5, Δόξα 136,1 και φτάνω στο Καστράκι 145,3 και στις 10:30 διασχίζω το ποτάμι. Η Αμαλία με προσπερνάει και φεύγει μπροστά. 10:45 φτάνω στου Κοκλαμά 150 χλμ. Επικρατεί ζέστη και έχουν μείνει 3 ώρες μέχρι το χρονικό όριο κλεισίματος του σταθμού.

Τώρα ξεκινάει για μένα το δυσκολότερο κομμάτι του αγώνα. Με 30^ο C αποδυναμωμένος ανηφορίζω το δρόμο που αποτελείται από άσφαλτο, χωματόδρομους και μπετόν. Τα επόμενα 10 χλμ. χρειάζομαι περισσότερο από 2 ώρες για να τα καλύψω και να φτάσω στα Άσπρα Σπίτια. Πήρα τροφή χωρίς να δίνω προσοχή γύρω μου, ώσπου ακούω να με φωνάζουν "έ Ralf τι κάνεις εδώ". Επιστρέφω στη πραγματικότητα και βλέπω την Annett. Κάνω διάλειμμα και τη ρωτάω "εσύ τι κάνεις εδώ". Μου απαντάει ότι αυτή με τον Herbert ήταν τραυματισμένοι και αν και πρώτη στις γυναίκες 20 χλμ. πριν το τερματισμό έπρεπε να εγκαταλείψει λόγω του ότι ο τραυματισμός της ήταν σοβαρός. Μετά συνέχισα πάλι τον αγώνα.

Για το ζεστό καιρό οι διοργανωτές είχαν μεριμνήσει και εκτός από τα cps συνάντησα ακόμη 5 σημεία υδροληψίας με παγωμένο νερό που μπορούσαν να πάρουν από μόνοι τους οι δρομείς. Επίσης τα αυτοκίνητα της οργανωτικής επιτροπής πηγαινοέρχονταν και πρόσφεραν βοήθεια εάν χρειαζόταν.

Στα επόμενα χλμ. έτρεξα αργά και προσεχτικά γιατί υπήρχαν χωματόδρομοι με πέτρες, κάτι που δεν προτιμώ ιδιαίτερα και έχανα συνεχώς χρόνο λόγω της διαδρομής αυτής. Επίσης η φιλοδοξία

μου για το τερματισμό μειωνόταν. Το υπόλοιπο του αγώνα μέχρι το τερματισμό ήταν λιγότερο από 2 ώρες αλλά ήθελα να τερματίσω. Οι πολλές ώρες σε αργό ρυθμό είχαν εξουδετερώσει το λόξιγκα. Περίπου 10 – 12 χλμ. πριν το τερματισμό το έδαφος γίνεται καλύτερο και θέλω να τερματίσω βελτιώνοντας το βηματισμό μου. Στις 4:15 μετά από 25:42 φτάνω στο τέρμα στη 31^η θέση ανάμεσα στους 58 τερματίσαντες. Δεν είχα πασχίσει ποτέ τόσο πολύ για να τερματίσω.

Μετά από το τερματισμό μου δίπλα στο αρχαίο ολυμπιακό στάδιο πήρα δάφνινο στεφάνι και έλαβα τα συγχαρητήρια από τους παρευρισκομένους και την οργανωτική ομάδα. Εκεί υπήρχαν καθίσματα για ξεκούραση και μου προσφέρθηκαν υγρά και σάντουιτς. Μου είπαν εάν ήθελα να κάνω το γύρο του αρχ. Σταδίου αλλά απέφυγα δεδομένου ότι δεν ήταν η πρώτη φορά που ήμουν στην Ολυμπία.

Αυτοκίνητο της οργανωτικής επιτροπής μας μετέφερε σε ένα 5άστερο ξενοδοχείο. Τα δωμάτια ήταν όλα έτοιμα και ένας υπάλληλος μας μετέφερε τις αποσκευές μας στο δωμάτιο. Το service ήταν εξαιρετικό. Στο σύγχρονο και περιποιημένο δωμάτιο είχε πάει ο Jan. Και για αυτόν ο αγώνας δεν είχε πάει τόσο καλά. Αυτός μαζί με το Vanni χρειάστηκαν 2,5 ώρες περισσότερο από τη προηγούμενη φορά. Μετά από ένα ντουζ και 2 ώρες ξεκούραση ξεκίνησαν πόνοι στα γόνατα. Ο Jan μου έδειχνε το ξενοδοχείο από το μπαλκόνι. Το ξενοδοχείο ήταν πάνω στο βουνό και μπορούσες να δεις το τοπίο της Πελοποννήσου. Μια θαυμάσια εγκατάσταση με πισίνα, ξαπλώστρες και αρκετή βλάστηση. Το ξενοδοχείο ήταν και αυτό ένα επίτευδο παραπάνω από το 2010.

Το βράδυ ακολούθησε μια ωραία τελετή απονομής στις εξωτερικές εγκαταστάσεις του ξενοδοχείου με τραπέζια εορταστικά στολισμένα. Μετά από ένα λογικό αριθμό ομιλητών τιμήθηκαν κατ' αρχήν οι 3 πρώτοι άνδρες και μετά οι 3 πρώτες γυναίκες.

Όλα ήταν εορταστικά και σε φιλική ατμόσφαιρα και σε καμιά στιγμή βαρετά.

Μετά δόθηκαν μετάλλια και στους υπόλοιπους τερματίσαντες και κατόπιν ξεκίνησε το δείπνο.

Όλα ήταν πολύ επιτυχημένα και εξελίχτηκαν σε μια όμορφη βραδιά. Αργότερα και μετά από ένα χαλαρό ποτό στο μπαρ πήραμε τα μεσάνυχτα το δρόμο για τα δωμάτια.

Το πρωί μας περίμενε ένα πλούσιο πρωινό με πολλές επιλογές. Μετά από αυτό επισκεφθήκαμε και ξεναγηθήκαμε στο αρχαιολογικό μουσείο της Ολυμπίας.

Μετά το μεσημεριανό γεύμα οι ξένοι αθλητές πήγαμε στη Νεμέα και επισκεφθήκαμε ένα οινοποιείο. Είμαστε προσκαλεσμένοι στη γιορτή προς τιμή των αθλητών με παραδοσιακά φαγητά και γλέντι. Εκεί παρευρίσκονταν και κάτοικοι της Νεμέας. Στο τέλος μας έδωσαν δώρα και μας προσκάλεσαν να ξαναέρθουμε στην Ελλάδα. Παρόλη τη γενική κινητοποίηση και αναστάτωση των κατοίκων το αίσθημα της φιλοξενίας ήταν ενισχυμένο.

ΕΠΙΛΟΓΟΣ

Τον αγώνα τον γνώριζα από τη τελευταία διοργάνωση του 2010 ως μια φιλική, εγκάρδια, πολύ καλά οργανωμένη και άξια συστάσεων διοργάνωση.

Επίσης τα ξενοδοχεία στη Κόρινθο και Ολυμπία ήταν πολύ καλά και φέτος η οργάνωση ήταν ακόμη καλύτερη.

Η σήμανση, η φροντίδα, τα ξενοδοχεία ήταν ακόμη πιο βελτιωμένα.

Σε αντίθεση με τις εσφαλμένες δημοσιεύσεις του γερμανικού τύπου σε καμιά περίπτωση δεν υπήρχαν προκατάληψη ή ενδοιασμοί των Ελλήνων απέναντι στους Γερμανούς παρότι μας αναγνώριζαν στη διαδρομή του αγώνα από τη σημαία δίπλα στο Νο συμμετοχής.

Επίσης κακώς κατηγορούνται στη Γερμανία οι Έλληνες ως υπερόπτες.

Τέτοια φιλοξενία και εγκαρδιότητα δεν την έχω συναντήσει σε καμιά άλλη χώρα. Μας αναγνώριζαν σαν Γερμανούς και πολλές φορές κουβεντιάζαμε με τους κατοίκους στα γερμανικά και είμαστε πάντα καλοδεχούμενοι.

Οι Έλληνες οργανωτές μπορούν να είναι υπερήφανοι για όλα αυτά που κατάφεραν να πραγματοποιήσουν για τον Ολύμπιο Δρόμο και ο πήχης έχει τεθεί πολύ ψηλά για άλλες διοργανώσεις τέτοιου είδους.