

# TRABAJO PRACTICO DE EDUCACION FISICA

Bustos Celeste

5 A

2024

Tema: Maratón

¿Que es una maratón?

En atletismo, carrera de resistencia en la que se recorre una distancia de 42 kilómetros y 195 metros, o también se puede decir, competición de resistencia.

## HISTORIA DE "MARATON"

Su origen se encuentra basado en la historia sobre el soldado griego Filípides, quien en el año 490 a. C. murió de fatiga tras haber corrido 40 km desde Maratón hasta Atenas para anunciar la victoria sobre el ejército persa. En realidad, Filípides recorrió el camino desde Atenas hasta Esparta para pedir refuerzos,[2] lo que serían unos 213 kilómetros.

## REGLAS DE LA MARATON

1. Todos los participantes deben estar detrás de la línea de largada al empezar la carrera.
2. Ninguno de los participantes debe hidratarse con bebidas que no sean las que ofrezcan los puestos en el trayecto.

3. Todos los participantes deben poseer la pechera o camiseta oficial del evento.

RECORD MUNDIAL:

en octubre de 2023 apareció la explosión de Kevin Kiptum hizo los 42,19 km del maratón de Chicago en **2h y 35s.3**, convirtiéndose en el récord mundial.

**¿LAS MUJERES NO PODIAN PARTICIPAR DE LAS MARATONES?**

No, las mujeres no podían participar de las maratones ya que se consideraba un deporte "masculino".

En la actualidad, las mujeres ya pueden participar y hasta la fecha el récord mundial a etíope Assefa, ganadora en Berlín hace unos años, cronometró **2 horas, 11 minutos y 53 segundos** .

# LOS 3 MARATONES MAS FAMOSOS DEL MUNDO:

- Maratón de Nueva York (Estados Unidos) - World Marathon Majors.
- Maratón de Boston (Estados Unidos) - World Marathon Majors.
- Marathon Berlín (EUROPA) - World Marathon Majors