

Contributo para a história da Ultramaratona em Portugal

Autores: António Belo e João Lima

Índice

Aos leitores	3
Ultramaratonas - um pouco de história	4
Portugueses em ultramaratonas no estrangeiro	6
Primeiras ultramaratonas em Portugal.....	7
Actualidade.....	10
Fotos	13

Aos leitores

Este texto, sobre a ultramaratona em Portugal, não pretende, de modo algum, construir a história das corridas com distâncias que vão para além da maratona, mas, antes, contribuir para que esse registo se faça. Três interessados, praticantes de corrida, de idades e experiências diversas, deram corpo ao texto que disponibilizamos para todos os entusiastas deste “fenómeno” que é a corrida a pé: o Pedro Amorim teve a ideia; o António Belo avançou com a pesquisa e escrita; o João Lima colaborou na feitura do texto e ofereceu o trabalho de estatística sobre o seu riquíssimo histórico, sempre actualizado, das provas realizadas no nosso país.

Este pequeno trabalho tem por base a evolução das provas com distância superior à maratona, e menos os atletas que lhe deram corpo, a não ser numa ou outra referência para enquadramento da exposição. Esta opção não põe de lado a qualidade dos feitos de muitos dos nossos companheiros de aventura, não só pelo pioneirismo, mas também pelos resultados obtidos no quadro competitivo, com a vitória em várias provas, no entanto, acreditamos que tal merecerá tratamento adequado, quando acontecimentos deste tipo vierem a fazer parte do quadro federativo e, assim, dos grandes eventos internacionais como campeonatos europeus, mundiais, etc., como já acontece com os eventos de montanha (maratona).

Ultramaratonas - um pouco de história

Se a descrição de Maratona, como corrida de fundo (42,195 km), não aparece nos dicionários mais antigos, a descrição de Ultramaratona só tem cabimento em referências que não vão para além das últimas dezenas de anos. Enquanto o termo maratona se banalizou, passando a ser usado como algo grande, ou difícil, por exemplo, maratona de leitura, maratona do fado, já o termo ultramaratona se torna difícil de aplicar como medida de grandeza que não seja o total de quilómetros, corridos a pé, que ultrapassam a maratona, aquela que se convencionou medir os tais 42.195 metros, isto porque a distância entre Maratona e Atenas, corrida por Filípides (razão histórica para tal corrida), tinha medida inferior, cerca de 40 km, e os “mágicos” 42,195 km só foram seguidos a partir de 1908 (Jogos Olímpicos de Londres).

Tendo por base a história da Grécia antiga e as várias tentativas de invasão por parte dos Persas, outras corridas houve, sempre com o objectivo de pedir ajuda ou anunciar vitórias, que ultrapassaram, de longe, a distância de quarenta e dois quilómetros, por exemplo entre Atenas e Esparta (246 km), ou seja, foram muitos os mensageiros que correram ultramaratonas, só que esses exemplos não foram escolhidos para figurarem como referências a serem incluídas nos Jogos Olímpicos da era moderna. O que não admira, pois até há poucas dezenas de anos algumas figuras ligadas ao treino de atletismo, consideravam a corrida a pé, na distância da maratona, uma prova “desumana”.

Cobrir grandes distâncias, dezenas ou centenas de quilómetros, para levar mensagens era a rotina daqueles homens (hemeródromos – gregos; Chasquis - Incas) especialmente preparados. Naturalmente que com a melhoria de caminhos e estradas a profissão foi caindo em desuso, mas não como meta a atingir, pois se aqueles, com treino, conseguiram correr tantos quilómetros, certamente outros, de tempos mais recentes, também o conseguiriam. A inclusão da prova de maratona nos Jogos Olímpicos, como competição e, posteriormente, a realização de provas com aquela distância noutros eventos competitivos, e apesar de vários acontecimentos menos agradáveis quanto ao modo como alguns participantes cortaram a linha da meta, veio dar, cada vez mais força, ao crescente número de corredores desejosos de ultrapassarem a linha que marcava o final de tão ousada distância.

As provas, cada vez mais participadas, e a constatação que, com preparação adequada, era possível completar a distância da maratona,

colocava outros desafios, correr distâncias que fossem para além da maratona, tal como tinham feito os antigos mensageiros. Assim surgiram vários “aventureiros” que, isoladamente, correram distâncias superiores à maratona, por exemplo, em 1861, Edward Weston, correu entre Boston e Washington (716 km) e, mais tarde, em 1867 percorreu 2.135 km entre Portland e Maine. Ainda participou (1874) em corridas de 6 dias, em pistas de 200 ou até de 80 metros, muito em voga na época, juntamente com Daniel O’Leary, chegando às 500 milhas. Como as disputas movimentavam altos valores, foi oficializado o Campeonato Mundial de Pedestrianismo que, ao contrário do que acontece agora, chegava a ser disputado três vezes por ano!

Após um interregno, já nos anos 70/80 várias proezas individuais tiveram lugar, mas por amadorismo e pelo desafio: 4.800 kms (Atlantic City a Passadona); Pequim a Hong Kong; Volta à Austrália (Ron Grant), 13.800 kms em 217 dias; e como último exemplo Kanchan Stott, provavelmente a primeira mulher nestas distâncias, correu 7.000 km na Travessia Canadiana.

Portugueses em ultramaratonas no estrangeiro

A distância da maratona, a partir dos Jogos Olímpicos de Londres em 1908, estava definida, 42.195 metros, mas, o mesmo não acontecia para a distância da ultramaratona, no entanto, como o nome diz, teria de ser superior à maratona, nem que fosse somente mais um quilómetro.

Assim, numa primeira fase, as provas de 12 horas e 24 horas, foram das mais frequentes, principalmente pelo espectáculo, uma vez que se disputavam em pista, ainda que o total de quilómetros percorridos, naquele espaço de tempo, pudesse não ultrapassar a maratona, mas tal estava salvaguardado, primeiro porque só se classificava quem fizesse um mínimo estabelecido pela organização e, também, porque os concorrentes eram poucos e preparados para bater recordes. Na fase seguinte, as provas de 100 km passaram a ter o papel principal, contando até para campeonatos da Europa e do Mundo.

Em Portugal, as ultramaratonas, tal como aconteceu com as maratonas, “chegaram” mais tarde, ainda que haja algumas referências sobre provas do género, mas anunciadas como maratonas, que tanto podiam ter quilómetros a mais como a menos - em 1906, Artur Santos bateu o recorde das 24 horas e em Novembro de 1907 Matias Carvalho foi segundo numa corrida com cerca de 70 quilómetros, no percurso, Lisboa, Cascais, Sintra, Lisboa (livro de António Manuel Fernandes, Cem anos de Maratona em Portugal). No entanto, e na falta de provas por cá, vários portugueses participaram em ultramaratonas no estrangeiro, a partir da década de 70. Vejamos alguns exemplos:

Em 1978, João Camarada, a viver na África do Sul, participou na “Comrades Marathon”, prova com cerca de 89 km (10h16m00), entre Pietermaritzburg e Durban;

Em 1982, Mário Machado, director da Revista Spiridon, concluiu os “100 km de Santander” em Espanha (8h15m22s);

Em 1984, João Camarada correu 5.200 km, nos Estados Unidos, entre as duas costas (Los Angeles a N. York) à média diária de 61,5 km, ou seja, uma ultra por cada dia de corrida!

Primeiras ultramaratonas em Portugal

Correr ultramaratonas em Portugal foram, na fase inicial, objectivos individuais, não se tratando de provas participadas, mas, mesmo assim, com apoios de clubes e câmaras municipais e a colaboração de pessoas entusiastas de tais proezas e muito menos de organizações ligadas ao atletismo.

Assim, não erramos muito se apontarmos 1982 como o ano em que tiveram início tais aventuras entre nós, pois foi nesse ano que José Moutinho, um jovem de 24 anos de idade, correu a “Volta a Portugal” em 29 dias e, logo no ano seguinte, 1983, João Camarada correu 100 milhas, entre Vila Real de Santo António (sua terra natal) e Sagres, a que se seguia nova proeza por parte de José Moutinho que, em 1984, correu entre Paris e Maia durante 34 dias.

Quase como uma resposta, João Camarada, em 1985, correu 24 horas, em Vila Real de Santo António (percurso rectangular com cerca de 8 kms, entre V. R. Sto. António - EN125 e Monte Gordo), num total de 173.990 metros, com a companhia de alguns estreadores em tais aventuras, tendo um deles corrido até às 10 horas e outro até às 12.

Ainda nesse ano, nos 100 km de Genebra, Suíça, estiveram três portugueses, Paulo João (7h33m48s – recorde nacional), António Jesus (7h59m58s) e Rocha (11h26m01s). Em 1986, José Moutinho correu entre Lisboa e Maia, gastando 60 horas.

Com estes feitos individuais, por cá e em provas no estrangeiro, estavam lançadas as sementes para a realização de provas, onde coubessem mais adeptos da corrida e entusiastas desejosos de pertencerem a tão restritos grupos. Assim, em 29 de Março de 1986, fruto do entusiasmo de João Camarada e Mário Machado, realizou-se o que poderemos considerar a primeira prova de ultramaratona em Portugal, as “12 horas de Vila Real de Santo António”, no percurso usado, no ano anterior, nas 24 horas. Foram 12 (10 homens e 2 mulheres) os participantes que correram mais que a distância da maratona, sendo António Matias o vencedor (121,985 km) e Ana Camarada (73,325 km) a décima e primeira mulher.

Em 1987, 21 de Agosto, teve lugar a segunda Ultramaratona, realizada entre nós, o “Raid Tróia – Melides”, num percurso corrido, obrigatoriamente, pela praia, na distância de 45 km e em auto-suficiência, influenciado, certamente, da “Marathon des Sables”, em Marrocos, onde Mário Machado concluiu, no sexto lugar, essa aventura no deserto,

gastando 25h15m13s. Ainda nesse ano, Francisco Augusto e Rodolfo Martins, completaram os “100 km de Santander”, que era campeonato do mundo e, por isso, a Analice Silva, brasileira, veio participar na prova (era recordista sul americana na distância) ficando a viver entre nós e participando em inúmeras provas de maratona e ultra, referência maior da corrida para todos!

Apesar de começarmos tarde a realizar este tipo de provas, no final do segundo ano já contávamos 45 ultramaratonistas, sendo 8 senhoras!

A prova de 12 horas repetiu-se por 4 anos, até 1989, enquanto o Raid se manteve até 1991. Seguiu-se mais um longo interregno, 5 anos, na realização deste género de provas!

Em 1997, incluída no “Desafio 97”, troféu de montanha, com várias provas, que se vinha realizando desde 1995 (Desafio 95), teve lugar a ultra “Nocturna da Serra da Malcata”, entre o castelo de Penamacor e o castelo de Sabugal, na distância de 50 km, com partida às 00.00 horas de 13 de Julho. Prova que teve 9 edições.

Em 2001, na Grécia, Alzira Lários venceu a Spartathlon, 246 km, corrida entre Atenas e Esparta.

Viana do Castelo, 2003, foi palco da primeira prova de 100 km, experiência que não se repetiu. Em 2005 realizaram-se 2 ultras, a última Nocturna da Malcata e a “regressada” ultra na areia, agora em sentido contrário, de Melides para Tróia (denominada Ultra Maratona Atlântica), na distância de 43 km e ainda em auto-suficiência, mas agora saltava à vista a diferença de equipamentos usados pelos participantes, elaborados sistemas de hidratação, protecção nos pés para evitar a entrada de areia nos sapatos, enfim, uma montra da grande variedade de soluções, contrastando com as primeiras edições em que cada um exibia as suas invenções, uns levavam as pequenas garrafas usadas nos iogurtes (só havia garrafas de água de 1,5 litros) numa “cartucheira” improvisada, outros levavam duas ou três garrafas de água numa mochila, outros na mão e ainda alguns, poucos, nada levavam. Uma areada aventura!

O número de ultramaratonas teimava em não crescer, apenas duas provas em cada ano (2006 e 2007), “Ultra Maratona Atlântica” e “Ultra Serra da Freita”, esta na distância de 50 km, até que no ano seguinte, 2008, por influência das corridas em montanha e trilhos, realizaram-se 4 ultras (Ultra Trail da Geira Romana – 45 km, Madeira Island – 53 e 100 km, e os repetentes Melides-Tróia e Serra da Freita).

Em 2009, foram 5 as ultras, as 4 referidas em 2008, e “Caminhos do Tejo”, de Lisboa a Fátima, na distância de 146 km, e em 2010, o número não sofreu alteração, surgiu O Trail Amigos da Montanha (55 km), mas não se realizou a prova da Madeira (Madeira Island).

2011 foi o ano em que o número de ultras disparou, com a realização de 9 provas. As designações, mais comuns, foram os “Ultra-Trail”, e das provas realizadas só duas se correram fora de trilhos, a já habitual corrida na areia, a Melides-Tróia e, por estrada, os Caminhos do Tejo.

As Ultras nesse ano foram: Oh Meu Deus – Serra da Estrela; Madeira Island Ultra Trail; Ultra Trail Geira Romana; Ultra Maratona Caminhos do Tejo; Ultra Trail de Sesimbra; Trail Nocturo da Lagoa de Óbidos; Ultra Trail Amigos da Montanha; Ultra Maratona Atlântica Melides-Tróia; Ultra Trail Serra da Freita.

Actualidade

A partir de então, devido ao crescimento do número de provas de trail que, de uma maneira geral, contemplam várias distâncias por cada organização, as ultras, finalmente, atingiram números interessantes, e em 2012, para confirmar a tendência de crescimento, realizaram-se 15 provas: Ultra Trail Território Centro – Proença-a-Nova; Ultra Trilhos dos Abutres; Ultra Território Centro – Vila de Rei; Ultra Trail de Sesimbra; Ultra Trail Oh Meu Deus; Ultra Trail Serra de São Mamede; Ultra trail Geira Romana; Ultra Maratona Caminhos do Tejo; Madeira Island Ultra Trail; Ultra Trail Sintra Monte da Lua; Ultra Trail Serra da Freita; Ultra Maratona Atlântica Melides-Tróia; Trail Nocturo da Lagoa de Óbidos; Ultra Trail Aldeias de Xisto; Ultra Trail Amigos da Montanha. Ora se nesse ano o número de ultras chegou à dezena e meia, também o número de ultramaratonistas cresceu, pois algumas das organizações têm duas ou três ultras com o mesmo nome, por exemplo: A Ultra Território Centro – Proença-a-Nova teve duas distâncias – Longo 45 km e Ultra 60 kms, assim como o Ultra Trail Oh Meu Deus, com as distâncias de 50 km e 100 km. Nesse ano houve duas provas com 100 km, uma com 102 km e outra com 146 km!

Neste renascer das provas com 100 km, vejamos quantos ultramaratonistas cortaram a linha de meta nas distâncias mais longas:

Oh Meu Deus – 23 (21 masculinos e 2 femininos);

Madeira Island – 66 (64 masculinos e 2 femininos)

Caminhos do Tejo – 27 (26 masculinos e 1 feminino).

Serra de S. Mamede – 159 (152 masculinos e 7 femininos)

A classificação da prova mais participada, 159, mostra que em Portugal havia, pelo menos, 145 portugueses a completar os acidentados 100 km, dado que 14 eram estrangeiros.

Em 2013 confirma-se o crescimento do número de ultras com a realização de 30 provas, o dobro do ano anterior, 5 na distância de 100 km ou mais, sendo uma de 100 milhas, “Oh Meu Deus – 100 milhas”, a mais longa prova realizada em Portugal, e que registou na meta 18 presenças (16 masculinos e 2 femininos)!

Certamente que a divulgação, principalmente através da imprensa e televisão, das várias passagens por Portugal do americano Dean Karnazes - O Homem da Ultramaratona, e da participação de ultramaratonistas

portugueses em difíceis provas no estrangeiro, pela distância e condições atmosféricas (em 2013, Carlos Sá venceu a Badwater, 217 km, no Vale da Morte com temperaturas que chegam aos 54 graus centígrados), contribuiu para que em 2014 se realizassem, em Portugal, 45 ultras e que uma delas – 24 horas a Correr, Vale de Cambra, com os 193 km percorridos pelo vencedor (estrangeiro) passasse a ser a prova mais longa.

Em 2015 realizaram-se 70 ultras, mais 25 que no ano anterior e a mais longa, 281 km, passou a pertencer à prova “PT281-Ultramaratona” (Beira Baixa) que registou na meta 6 atletas!

Os números de 2016 corresponderam ao ano anterior, com a realização de 78 ultras, extraordinário para o nosso país, pois se englobássemos as provas com a distância de maratona e as ultras da mesma organização, que não contabilizámos (exemplo: Madeira Island teve 3 distâncias, 43, 85, e 115 e só contámos uma, a mais longa), teríamos 113 provas!

2017 não se afastou dos números do ano anterior, 74, mas a “Algarviana Ultra Trail”, pela sua extensão, colocou a fasquia no ponto mais alto – 300 km, onde se classificaram 17 participantes.

Em 2018 voltámos às 78, que já tínhamos contabilizado em 2016. 2019, com 74 ultras, aponta para a estabilização à volta desse número extraordinário, principalmente se tivermos em linha de conta que o total de ultras, devido à realização de várias no mesmo local, chegou, em 2019, às 98!

Ainda que o nosso objectivo principal seja “as Ultras Maratonas em Portugal”, as mesmas não existem só por si, ou seja, se num ano se realizam mais de 100 ultras é por que há participantes, ultramaratonistas, a responderem às sugestões dos organizadores e, mesmo assim, poderíamos pensar que as provas longas (ultras) não teriam mais que algumas dezenas de corredores na linha de chegada, mas o exemplo do ano de 2019 mostra que nestas 98 ultras passaram o risco desejado cerca de 10.000 (dez mil!) participantes e a prova mais concorrida (Trilhos dos Abutres) registou 762, onde se incluíram 68 mulheres! Estes números respondem à enorme aderência verificada nas provas longas, corridas fora da estrada (só duas provas não se disputaram nesse piso) e com um número crescente de participantes do sexo feminino, certamente que a divulgação, através das imagens televisivas, dos feitos de portugueses em provas consideradas das mais exigentes, embora fora do país, caso de Carlos Sá e Carla André, na Badwater (217 km) e João Oliveira e Jorge Serrazina, na Transpyrinea (895 km), de entre outros, foram contributos importantes. Também as condições actuais nada têm a ver com as dos primeiros ultramaratonistas,

melhor nível de vida, mais facilidades de transportes e, principalmente, melhores opções de equipamentos (calções, camisolas, meias, sapatos) e de segurança (telemóveis, relógios com GPS, etc.), quando nas primeiras Ultras, como se disse, as "soluções" eram individuais e artesanais, quando existentes, embora as características das provas tivessem exigências diferentes, uma vez que eram disputadas em estrada e com apoio, abastecimentos, ao longo do percurso.

Fotos

Agosto de 1988, partida para a prova, em auto-suficiência, “Raid Tróia-Melides” (2ª. Ultra em Portugal).



