

## L'ACTIVITAT FÍSICA I L'ESPORT A ROMA

- Roma és una ciutat-estat fundada en el 753aC pels etruscos
- 3 grans etapes:
  - Monarquia (753aC al 510aC)
  - República (509aC al 27aC)
  - Imperi (27aC al 476dC)



# L'EXPANSIÓ DE L'IMPERI ROMÀ

## Expansión del imperio romano



## CANVI SUBSTANCIAL EN TRACTAMENT MOTRICITAT

- Roma basa el seu imperi en valors d'austeritat, sobrietat i eficàcia
- **Helenofília** entre els patricis i classes dirigents (Jocs Actians, Jocs Capitolins)
- La motricitat en Roma es concreta en triple vessant. Espectadors (Ludi); Preparació militar i higiènica (termae)



## JOCS ROMANS (LUDI ROMANI)

- Foren jocs i espectacles públics que es realitzaven a la ciutat de Roma i en diferents llocs de l'imperi romà
- L'objectiu era distreure al poble romà (populus romanus)
- ***Panem et circenses***: ús polític dels espectacles físic esportius
- Grans instal·lacions: Colosseum i Circ Màxim

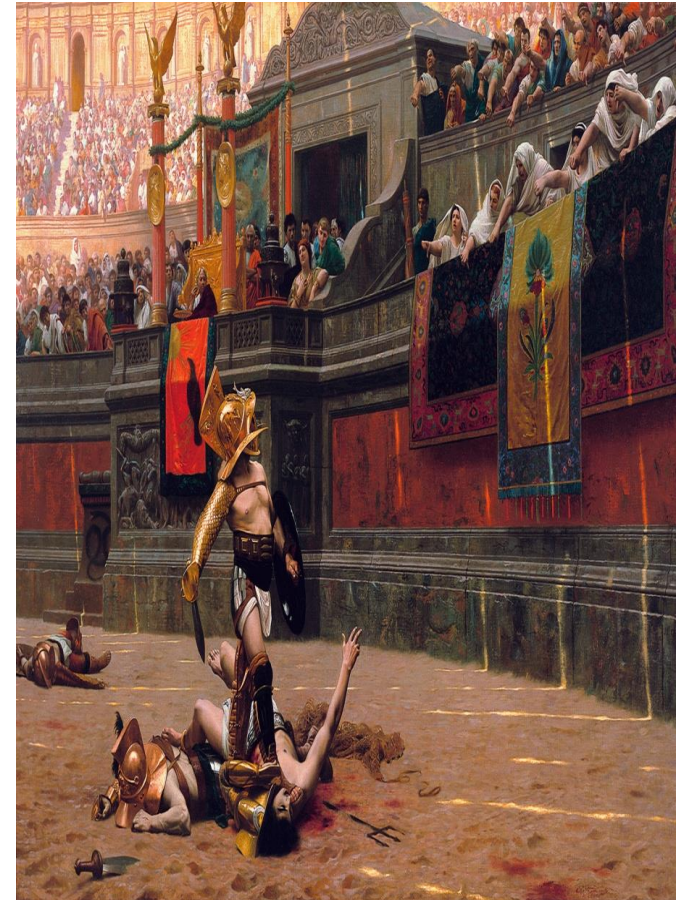


## LLUITES DE GLADIADORS (LUDI GLADIATORII)

El Colosseo es va construir al s. I pels emperadors Vespasià i Tito

- Capacitat :50.000 espectadors aprox
- Lluites de gladiadors, venationes, naumàquies i representacions teatrals
- Últims jocs al s. VI

Immensa popularitat i mai criticades per la societat romana



# CARRERES DE CARROS (LUDI CIRCENSES)

- [Circ Màxim actualitat](#)
- VII aC rei etrusc Tarquini Prisc
- Més de 250.000 espectadors  
621m llargària i 118m d'amplària
- [Carreres de quàdrigues](#)

