

# Per-Olof Åstrand

*Professor emeritus Per-Olof Åstrand har avlidit i en ålder av 92 år. Hans närmaste anhöriga är maken Irma och barnen Elin och Per med familjer.*

Per-Olof Åstrand föddes i Bredaryd i Småland den 21 oktober 1922 och avled den 2 januari 2015 i Näsby Park norr om Stockholm.

Efter värnplikt och beredskapstjänstgöring i pansartrupperna under andra världskriget kom han 1944 till Kungliga Gym-



nastiska Centralinstitutet, GCI/GIH, för studier till gymnastiklärare. Vid sluttentamen i fysiologi var hans svar så avancerade att den ansvarige läraren bad professorn, Erik Hohwü Christensen, att rätta dem. Kort därefter fick GCI:s fysiologiska institution en ny amanuens.

Efter gymnastikdirektörsexamen 1946 följde läkarstudier, och parallellt med dessa inleddes avhandlingsarbetet *Experimental studies of physical working capacity in relation to sex and age*, som försvarades 1952. Genom detta utvecklades en metodik för att mäta maximal syreupptagning. Det blev en avgörande variabel att relatera till i hans senare forskning om den cirkulatoriska och respiratoriska anpassningen till fysiskt arbete och träning. Det

submaximala konditionstest som P-O och hans blivande hustru Irma Ryhming publicerade år 1954 bidrog till att göra GCI känt över världen. Det finns fog att benämna honom som "den vetenskapligt baserade konditionsträningens fader". 1970 blev han professor i kroppsövningarnas fysiologi vid GIH.

**P-O visade tidigt** ett intresse för undervisning, och många mötte honom i populärvetenskapliga skrifter såsom *Kondition och hälsa* och *Bättre kondition*, men det var genom den omfattande läroboken *Textbook of Work Physiology: Physiological Bases for Exercise*, skriven tillsammans med Kaare Rodahl, som han blev det stora namnet inom internationell arbetsfysio-

logi. Där framträdde holisten Åstrand med en bredd och ett djup som ingen förr hade fångat och skrivit fram.

Hans gärningar gjorde honom till ledamot i många lärda sällskap och hedersdoktor vid ett antal universitet ute i världen. Därtill var han en hedersman, med en personlighet präglad av en omtanke, slagkraftig humor och generös spiritualitet, ofta med inslag av en särpräglad musikalisk förmåga. För oss som studenter och lärare vid GIH kom samvaron med P-O ofta att formas till högtidsstunder. En legendar har nu lämnat oss i djupaste sorg, men också i tacksamhet över allt han bidrog med i våra liv.

**JAN HENRIKSSON, HANS ROSDAHL,  
PETER SCHANTZ, HARRIET WALLBERG**