



<http://www.diva-portal.org>

This is the published version of a paper published in *Idrottsforum.org/Nordic sport science forum*.

Citation for the original published paper (version of record):

Yttergren, L. (2015)

Engelsk träningshistorik som manar till efterföljd: recension av boken *Professionals, Amateurs and Performance: Sports Coaching in England, 1789–1914* av Dave Day.

Idrottsforum.org/Nordic sport science forum, (16 april)

Access to the published version may require subscription.

N.B. When citing this work, cite the original published paper.

Permanent link to this version:

<http://urn.kb.se/resolve?urn=urn:nbn:se:gih:diva-3818>

Engelsk träningshistorik som manar till efterföljd

Leif Yttergren

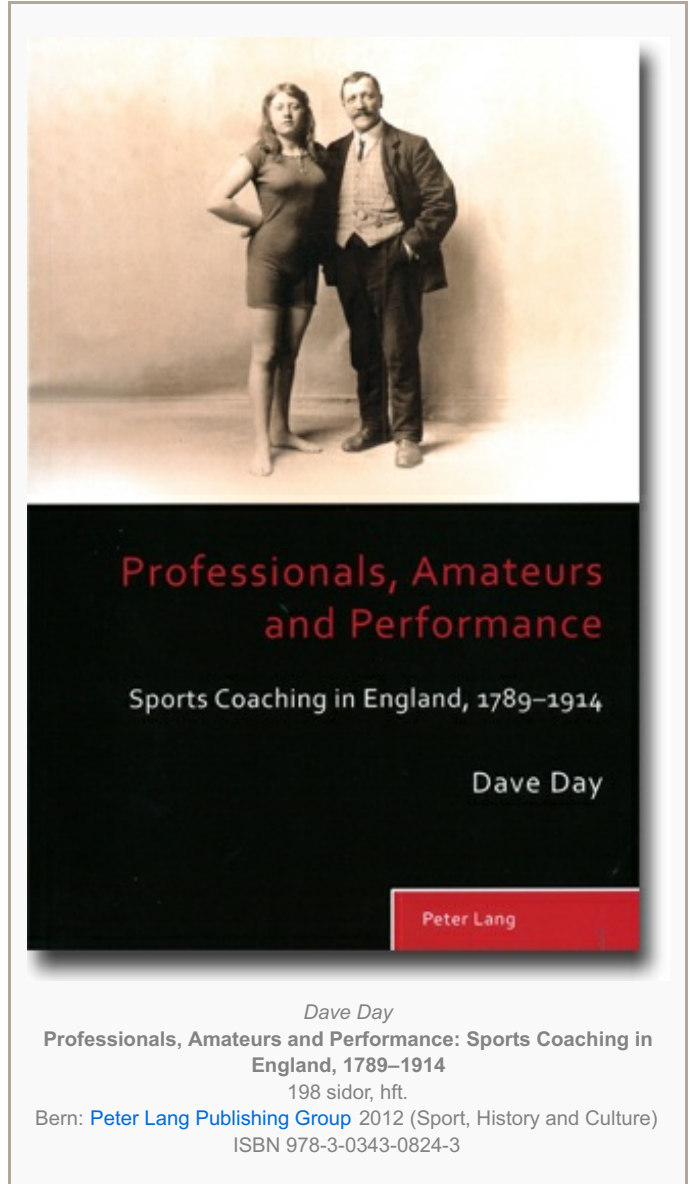
Gymnastik- och idrottshögskolan GIH, Stockholm

Jag har ett hatkärleksförhållande till engelsk historievetenskaplig litteratur. Å ena sidan beundrar jag dess skönlitterära touch och smått lättsinniga förhållande till det vetenskapliga "oket" samt inte minst deras eleganta språkhantering. Engelska historiker berättar en historia – som även den allmänhistoriskt intresserade kan ta del av, och så gör i stor utsträckning. Å andra sidan blir jag irriterad på den i det närmaste totala avsaknaden av "vetenskaplig kosmetika". Läsaren får till och med leta efter syfte och frågeställningar och ytterst sällan diskuteras källor, källkritik, metod, forskningsläge, teoretiska utgångspunkter med mera. Även klagörande kapitelsammanfattningar saknas ofta. Och ibland kan det till och med vara svårt att klura ut huvudresultaten i textflödet. "Kosmetikan" ser vi som självklarheter i alla vetenskapliga texter i Sverige, men så är vi också skolade i den hårda, stela formalistiska tyska vetenskapliga traditionen.

Det var således med blandade känslor som jag gav mig i kast med engelsmannen Dave Days *Professionals, Amateurs and Performance. Sports Coaching in England, 1789-1914*. Bokens ämne, träningshistoria, lockade mig. Träningshistoria attraherar fler och fler forskare både i Sverige och utomlands. Inte minst Day själv bidrar till detta genom att anordna återkommande konferenser och seminarier vid Manchester Metropolitan University där han är verksam. Snabbt kunde jag konstatera att Days framställning var en lightversion av den engelska traditionen med vissa "tyska" inslag, vilket var en bra kombination.

Träningshistoria väcker intresse även hos andra idrottsvetare då ämnet behandlar många frågor som är relevanta för dagens tränare och forskare i jakten på den optimala träningsmetoden. Generellt sett är kunskapen om hur gårdagens toppidrottare och lag tränade begränsad och ibland undrar man om inte det var bättre förr. Kanske kan man lära av historien? I många grenar blir resultaten sämre trots högutbildade tränare och omfattande forskning. Som ett exempel kan nämnas att 1970-talets svenska löparstjärnor, Ulf Högberg och Anders Gärderud, är vida överlägsna dagens 1500-meterslöpare. Högberg sprang på 3.36.6 kring 1970 och Johnny Kroons svenska rekord på 3.36.5 från 1985 är ohotat. Idag är det ytterst sällan någon svensk springer 3.40. SM-vinnaren 2015 sprang på 3.55.9!

Som titeln antyder undersöker Day 1800-talets träning och coaching, men han gör även utflykter tillbaka till 1700-talet och vidrör också situationen i det tidiga 1900-talets i England. Days val av tidsperiod är inte ovanlig bland brittiska idrottshistoriker. Tvärtom finns det en uppsjö av böcker och artiklar som slutar just 1914. Forskningsläget är med andra ord gott. Det unika och spännande med Days studie i relation till tidigare forskning är att han har



fokus på träning och coaching, samt kopplar detta till den komplicerade amatörfrågan (s. 3).

Day menar dock – med rätta – att det även finns behov av forskning om träning och coaching för senare delen av 1900-talet (s. 264). Han pekar särskilt ut utvecklingen under kalla kriget som särskilt intressant. Träningen fick då ökad betydelse då den blev ett viktigt medel för öst-respektive västblocket i medaljjakten vid olympiska spel och andra stora mästerskap.

I likhet med många av sina engelska kollegor hamnar Day i återkommande och nödvändiga resonemang om skillnaderna mellan den engelska amatöridrotten och den professionella idrotten; det finns verkligen skäl att prata om två disparata idrottskulturer. Amatörismen ligger som en våt filt över engelsk idrott långt in på 1900-talet och dess enorma påverkan på idrotten och dess utövare är svår att förstå för en icke-britt. Day menar amatörismen va i sig konserverande och gjorde att nya träningsmetoder, teknik och stilar hade svårt att få gehör inom den konservativa engelska amatöridrotten. Längre höll exempelvis engelska simmare kvar vid simsättet "trudgen" och ett "livräddningstänk" inom simsporten medan övriga världen anammat crawl och ett mer sportifierat förhållande till simsporten. Detta ledde till att engelsk simsport halkade efter stora simnationer som USA och Australien kring sekelskiftet 1900. Efter Stockholm-OS 1912, då engelska simmare erövrade medaljer dröjde det till 1964 innan en engelsman åter vann en OS-medalj.

Efter en kort tillbakablick på träningen under antiken kastar sig Day in i 1700-talets många gånger våldsamma engelska idrott och dess träning.

Day visar med flera exempel att amatörismen och det rigida engelska klassamhället ledde till märkliga situationer i mötet mellan tränaren och dennes adept. Tränaren, ofta stammad ur arbetarklassen, stod i den idrottsliga praktiken över idrottaren (gentlemanen och amatören) i hackordningen, vilket var en fullkomlig omöjlighet i det engelska klassamhället. Man kunde således som professionell coach träna amatörer, vilket också skedde i stor utsträckning.

Det fanns en arbetsmarknad för engelska coacher utanför England. Inför Stockholm-OS 1912 anställdes flera engelska tränare för att träna den svenska truppen, bland annat i simning, fotboll och tennis. Day konstaterar med rätta att länder utanför England hade ett mer liberalt förhållande till amatörfrågan, vilket också gjorde att England halkade efter i den internationella konkurrensen, något som tydliggjordes inte minst vid olympiska spel. Det ansågs inte politiskt korrekt av en gentleman och amatör att vid tävling enbart fokusera på resultatet och prestationen utan även stilen var av avgörande betydelse. Med det synsättet är det förstås inte lätt att vinna mot sportifierade amerikaner. I engelsk media kritiserades professionella tränares inställning för att vara för tävlingsfokuserad, "in order to win international victories" (s. 99).

När jag läser Day och andra brittiska idrottshistoriker slås jag av att de enbart studerar några få individuella idrotter (fotboll och cricket undantaget). Day fokuserar på rodd, boxning, löpning och simning och menar att det är i dessa idrotter "that change and continuity can be identified" (s. 3). För en svensk läsare kan det uppfattas som märkligt att Day skriver så mycket om rodd. Visserligen hade roddsporten en stark ställning i den svenska idrottskulturen i slutet av 1800-talet; för övrigt en position man aldrig återtagit. Tyvärr gör Day ingen ansats att lyfta fram och diskutera grenspecifika särdrag eller likheter.

I Sverige håller begreppen coach och coaching på att vinna terräng även om tränare och träning fortfarande dominerar det praktiska språkbruket. I England användes begreppet coach första gången 1556, och det kom senare att betyda "a private tutor who prepared candidates for examinations" (s. 6). Day för ett intressant resonemang kring begreppens användning i olika idrottsliga sociala och kulturella kontexter. Till exempel användes "trainer" länge främst i arbetarklassporter, men över tid har skillnaden mellan begreppen coach och trainer suddats ut.

Days källgenomgång imponerar. Samtida tidningar och tidskrifter dominerar, i synnerhet för tiden före 1870. Författaren har även gått igenom några förenings- och förbundsarkiv. Uppenbart är tillgången på förening- och förbundsarkiv väldigt begränsad i England, åtminstone i svensk jämförelse.

Efter en kort tillbakablick på träningen under antiken kastar sig Day in i 1700-talets många gånger våldsamma engelska idrott och dess träning. Han visar att inte bara idrottare tränade systematiskt utan även djur av skilda

slag så som tappar, hundar och hästar. Djursport var stort i England och vadslagningen omfattande, stora pengar stod på spel. Träningen av djur omfattande inte bara fysiska övningar utan även "daily bath and massages... while it was fed a special diet to increase stamina and aggressiveness" (s. 23). Diet, teknik, psykologi och "exercise" viktiga och självklara delar i träningen under hela den studerade perioden.

Det fanns således tidigt en helhetssyn kring hur prestationsförmågan skulle förbättras. Kropp och knopp hörde ihop. Kring sekelskiftet 1900 fanns det till och med de som framhöll vegetarisk kost vid träning. Ett komplement till specialkosten utgjorde dopning. En rad olika preparat användes enligt Day för att höja prestationsförmågan, och detta var fullt legalt. Stryknin, kokain, koffein, alkohol, opium, nitroglycerin var några av de substanser som nyttjades. Nitro används fortfarande mot kärlekskramp inom sjukvården då det vidgar blodkärlen! Day menar att den mest spridda drogen i cykelkretsar var så kallade "'speed-balls' of heroin and cocain" (s. 157). Först kring 1920 försökte engelska myndigheterna stävja missbruket av olika stimulantia genom att införa receptkrav.

Kunskapsinhämtning om skilda träningsmetoder skedde främst genom beprövad erfarenhet. Många aktiva blev tränare efter karriären, och tog med sig kunskaper och idéer från sin karriär (s. 52, 99). Denna tradition fortlevde länge och hade länge tolkningsföreträdare över formell utbildning och teoretisk kunskapsförmedling. Nämnas bör dock att det i England tidigt, sent 1700-tal, etablerades en tradition av att ge ut instruktionsböcker, men även tidningar och tidskrifter som innehöll information om träning.

En av Days huvudteser är att träningsmetoder kan beskrivas som sega strukturer; det fanns en tröghet i viljan att förändra träningen från tränarna. Vidare menar Day – och där håller jag helt med honom – att boken utgör en plattform för vidare studier kring "coaching history" som dessutom slår ett slag för att mycket kunskap kan inhämtas genom att studera enskilda tränare och eller idrottares träningsmetoder. Själv ser jag att vidare studier i svensk "coaching history" gärna studerar och jämför idrotter med olika karaktär: individuella idrotter vs lagidrotter, uthållighetsidrotter vs kampsporter och så vidare, men även belyser sambandet, relationen mellan forskning, träning och idrottare. Days studie belyser männens träningshistoria; kvinnorna lyser i stort med sin frånvaro med undantag för inom simsporten i början av 1900-talet. Här finns ett vitt fält för forskningen att ta sig an: kvinnornas träningshistoria.

Copyright © [Leif Yttergren](#) 2015