

Kristen Damsgaard

6.10.1938 – 5.5.2011

Kristen Damsgaard var friidrettsutøver på nasjonalt nivå. Han representerte klubbene Kristiansands IF og IK Tjalve, men var lengst involvert i IL Tyrving. Han var også landskjent trener og en kjent figur i friidrettskulissene, samt at han hadde et utall andre prosjekter gående. Han er spesielt kjent for sin innsats for kvinneidrett og mosjonsidrett (uten sammenligning for øvrig), herunder for samarbeidet med Grete Waitz om tallrike bøker og videoer. I tillegg til å være landslagssjef og leder for flere OL-tropper hadde Kristen også viktige administrasjonsverv, som styremedlem og leder av Friidrettsforbundets valgkomite. Han var innvalgt lokalpolitiker for Arbeiderpartiet i Bærum kommunestyre i svært mange år, fra 1987 like til sin død. Tyrving jubilerer med 90 år i 2012 og 100 år i 2022, og når klubbhistorien skal skrives er Kristen Damsgaard i første rekke blant de navn som klubben må se tilbake på. I anledning av at han gikk bort i mai 2011, skal vi nå forsøke oss på et tilbakeblikk på Kristen Damsgaards liv i friidretten.



En person skal takkes spesielt her, og det er Kristens enke Oddny Damsgaard som så elskverdig har invitert forfatteren til flere intervjuer, samt til å kikke gjennom Kristens etterlatte friidrettspapirer. Under disse svært hyggelige leseøktene var det mye uvurderlig stoff å hente.

Tidlig karriere – junior-NM i stav

Kristen skal ha blitt tidlig interessert i friidrett. "Sammen med kamerater og brødre dannet han et lokalt lite idrettslag, der de drev med friidrett i alle former", har Tyrving's tidligere diskoskaster Terje Holm skrevet.¹ Idrettsklubben Falk var denne vennekubbens navn,² og tilholdet var i bydelen Klynga i Kristiansand. For å bli kjent med idretten studerte han Gösta Holmers treningslære for hopp, kast og løp.³ Ifølge Damsgaards kone Oddny ble han også inspirert av sine foreldre, og leste blader hvor idrettsprestasjoner sto i sentrum. Faren var mest engasjert i organisert idrett, særlig i skiklubben Oddersjaa, men moren var også sprek.⁴

Det ble i 1954 naturlig å melde seg inn i Sørlandets store friidrettsklubb, Kristiansands IF (KIF).⁵ Få veit at han løpsutøveren og -treneren Kristen Damsgaard dreiv med de fleste øvelser, spesielt stav før løpinga tok overhånd i tenårene. Han skal selv ha lagd et stavstativ på skolesløyden og lært seg øvelsen.⁶ Mange av hans årsbesteresultater ble satt i skolestevner, etter hvert for Kristiansand katedralskole.⁷ Som 15-åring i Kristiansands IF hadde han 2,60 meter som årsbeste,⁸ i 1954 ble dette forbedra til 2,95.⁹ Den beste stavhopperen i 1938-årsklassen var storturner Åge Storhaug.

1 "Kristen Damsgaard til minne", Terje Holm, Budstikka 10.5.2011

2 Notatbok for styre og stell i Falk og et fotoalbum fra 1950-tallet finnes blant Kristen Damsgaards friidrettspapirer.

3 "Kristen Damsgaard fra Klynga: Han har gjort hobby til jobb". Thor Wennevold, Sørlandske Tidende 12.7.1973 s.14

4 Intervju med Oddny Damsgaard 12.1.2012, epost fra Oddny Damsgaard 4.3.2012

5 "Kristen Damsgaard fra Klynga: Han har gjort hobby til jobb". Thor Wennevold, Sørlandske Tidende 12.7.1973 s.14

6 Intervju med Oddny Damsgaard 12.1.2012

7 Mappe med diplomer blant Kristen Damsgaards friidrettspapirer.

8 <http://www.friidrett.no/stevner/statistikk/arsstatistikk/Documents/gj/Gutter15-1953.pdf>

9 <http://www.friidrett.no/stevner/statistikk/arsstatistikk/Documents/gj/Gutter16-1954.pdf>

Kristen var på sin side marginalt bedre enn en annen Tyrving-kjenning, Erik Odd Espelien. Damsgaard og Espelien skulle seinere møtes – som representanter for forskjellige partier (Espelien for Høyre) – i Bærum kommunestyre! Ett annet kjent navn fra årgangen må nevnes, nemlig klubbkamerat av Damsgaard i KIF, Sven O. Høiby som hadde ganske så flotte resultater i langhekk.

I 1955 klarte Kristen 3,15 i stavhopp,¹⁰ året etter 3,30 meter. Han deltok da i junior-NM i Trondheim.¹¹ I Tyrvinglekene på Kadettangen tok han andreplass. Det var andre forhold den gang, uten fast dekke, og mot slutten av stevnet var "banen var en eneste stor søledam", het det i avisa.¹² På samme måte avslører et bilde av internasjonalt (!) stevne i Nordkjosbotn, hvor Kristen deltok i 1958, at den banen var litt av en åker.¹³ Deltakelsen i Nordkjosbotn kom i forbindelse med at Kristen tjenestegjorde deler av året i Brigade Nord-Norge.¹⁴

I stav nådde Kristen videre opp til 3,33 meter i 1957.¹⁵ Han deltok på nordisk juniorlandskamp i Danmark 1957 og Island 1958, i stav og hinder.¹⁶ En sjelden kombinasjon, det får sies. Han var også med i korthekk, langhekk, spyd, diskos med mer. Nå er det lengre løp vi først og fremst forbinder Kristen med. Man begynte ikke nødvendigvis med slike øvelser allerede i gutteklassene. En viss Magnar Lundemo var tidlig ute med å løpe 3000 og 5000 meter i gutteklassene (men var langt fra best ennå). Av løpsresultater for Kristen kjenner vi et 1000-meterløp på 2.47,8 som han løp som attenåring.¹⁷ Selv etter at han ga seg med stav, var han forresten engasjert i øvelsen. Han satte opp en minnepremie til den neste fra Kristiansands IF som klarte 3 meter i øvelsen.¹⁸

Gjennombrudd som løper – "nøkkelmann" i HK-stafetten

I 1959 dukker Kristen opp i hinderløp på nasjonal statistikk. Han var han niende best i Norge med tida 9.35,0. Resultatet blei oppnådd da han fikk delta i landskampen Norge B mot Danmark i juli.¹⁹ Av jevnaldrende utøvere var kun Lundemo bedre enn Damsgaard, om lag seks sekunder foran. En annen kjent skiløper, Ole Ellefsæter, var ett år yngre enn disse to, og tida hans var cirka to sekunder foran Lundemos.²⁰

Kristen gikk inn i IK Tjalve da han studerte i Oslo, om enn han benytta seg av ferierepresentasjon for KIF i noen tid.²¹ Da han kom som innflytter til Oslo ble kjennskapet til Tjalves store personlighet, Jan Hemsvik, svært viktig.²²

Kristen satte altså sin årsbestetid på hinder i 1959 som løper på B-landslaget. At han var ung og lovende, ville den som fulgte med i Aftenposten vite. I reportasjen fra Holmenkollstafetten 1959 hadde "Tjalves unge og ennu ferske løper Kristen Damsgaard" nesten holdt unna for BULs finske løper Lauri Punto, og Damsgaards etappetid var nest best.²³ Samme måned fastslo Aftenposten "at det finnes lovende emner. Tjalves Kristen Damsgaard er ett av dem".²⁴

10 <http://www.friidrett.no/stevner/statistikk/arsstatistikk/Documents/gj/Gutter17-1955.pdf>

11 <http://www.friidrett.no/stevner/statistikk/arsstatistikk/Documents/gj/Gutter18-1956.pdf>

12 "Bjarne Unneland over 1,90 i høyde på Kadettangen", Refs., Aftenposten 26.6.1956, s.9

13 Fotoalbum fra 1950-tallet blant Kristen Damsgaards friidrettspapirer.

14 Mappe med diplomer blant Kristen Damsgaards friidrettspapirer.

15 <http://www.friidrett.no/stevner/statistikk/arsstatistikk/Documents/1957.pdf>

16 Mappe med diplomer blant Kristen Damsgaards friidrettspapirer, ett diplom på dansk og islandsk.

17 <http://www.friidrett.no/stevner/statistikk/arsstatistikk/Documents/gj/Gutter18-1956.pdf>

18 KIF, organ for Kristiansands Idrettsforening. Nr 3/1960, s.6

19 "Jankes 5000 m og Carl Fr. Bunæs' sprint blandt høydepunktene på Bislet igår", Jafr., Aftenposten 17.7.1959, s.10

20 <http://www.friidrett.no/stevner/statistikk/arsstatistikk/Documents/1959.pdf>

21 "Minneord Kristen Damsgaard (1938–2011)", Helge E. Refsnes, Fædrelandsvennen 18.5.2011

22 Intervju med Oddny Damsgaard 12.1.2012; "Mosjonsbevegelsens primas!", Kåre J. Grøtta, Friidrett 1/1983 s.3

23 "Helland vendte løpet for BUL – Ødegaard og Nygaard avgjorde det", Jafr., Aftenposten 11.5.1959, s.12

24 "Løfterike vinnerresultater under fri-idrettens åpningsstevne på Bislet igår", Jafr., Aftenposten 22.5.1959, s.10

I 1960 senka Kristen persenen sin til 9.25,2 minutter.²⁵ Til sammenligning gikk bronzen i NM på 9.15 minutter (Lundemo tok sølvet, og Ellefsæter tok gullet).²⁶ I dette NM ble Kristen nummer fem – og på årsstatistikken var han nummer sju. Dette året satte han også persenen 4.00,1 på 1500 meter.²⁷

I stafettseongen 1961 utpekte avisene Kristen til "nøkkelmann" på Tjalves lag i HK-stafetten, men han ble dessverre satt opp mot den finske olympiadeltakeren Simo Saloranta, og slått med over et halvt minutt – "klasseforskjell" ifølge Aftenposten.²⁸ Årsbeste på hinder i 1961 var litt dårligere enn foregående år – nemlig 9.45,8 minutter.²⁹ Han løp en 3000 meter på 8.49,4.³⁰ Persenen på 5000 meter på dette tidspunktet var 15.23.

Men nå hadde han blitt svært så involvert i å trene andre. På 1960-tallet uttalte han til en kristiansandsavis at det "ikke er blitt så veldige muligheter for individuell trening", når han var engasjert i andres trening. Det er illustrerende at da han ble intervjuet, var han på en kort sørlandsferie, men brukte likevel tid på friidretten. Sørlandingenene skulle skaffes innendørs treningstid i en tunnel tilhørende Sivilforsvaret.³¹ Noen år etter å ha nådd toppnivået løp han fortsatt på Tjalves lag i Holmenkollstafetten,³² og som så mange andre distanseløpere gikk han over til maraton, som han løp til 1980-tallet.³³ Men fra tidlig 1960-tall betød trenergjerningen mest.



VEST-TYSKEREN Bert Sumser (i hvit overdel, nærmest fotografen) i spissen for mellomdistanseloperne på Bislet igår. Fra venstre ser vi Kristen Damsgaard, Jan Gulbrandsen (hvit overdel) og Arne Starnes. Ytterst til høyre Jens Chr. Berge og Thor Helland.

25 "Vår nest eldste fri-idrettsrekord ble slått da Kjell Hovik gikk over 4.32 igår", Jafr., Aftenposten 13.7.1960, s.9. [Nasjonal årsstatistikk](#) tar feil angående hans klubb, i og med at resultatet ikke ble oppnådd for Tjalve men på ferierepresentasjon for Kristiansands IF.

26 <http://www.friidrett.no/stevner/statistikk/nm/Documents/m3000h.htm>

27 <http://www.friidrett.no/stevner/statistikk/arsstatistikk/Documents/1960.pdf>

28 "Våre stafettips: BUL vinner foran finnene og Tialve rekorden er i faresonen", Jafr., Aftenposten 12.5.1961, s.13.

"BUL vant – for 3. gang på rad – men finnene 'var med' til Skøyen", Jafr., Aftenposten 15.5.1961, s.14

29 <http://www.friidrett.no/stevner/statistikk/arsstatistikk/Documents/1961.pdf>

30 "Stor friidrettsaktivitet i Oslo – Reisvang kretsmeester i slegge", Aftenposten 2.10.1961, s.13

31 "Kristiansanderen Kristen Damsgaard sjefstrener for det norske damelandslaget i fjor", udatert avisutklipp blant Kristen Damsgaards friidrettspapirer.

32 Program for Holmenkollstafetten 1963 blant Kristen Damsgaards friidrettspapirer.

33 "Mosjonsbevegelsens primas!", Kåre J. Grøtta, Bladet Friidrett 1/1983 s.3

Treneren og treningsbok-skribenten

Etter et kort opphold i militæret etter katedralskolen, gikk Kristen videre til Statens gymnastikkskole (fra 1968 NIH). Han gikk ut fra skolens sivile linje i 1960, og studerte så til adjunkt i norsk og historie ved UiO fram til 1963. Han hadde også et opphold ved Idrettshøyskolen i Mainz i Vest-Tyskland i 1962.³⁴ Han brukte utdanningen i yrkeslivet, som gymlærer, men hadde også et godt faglig grunnlag for å bli friidrettstrener på kveldstid.

Allerede da Kristen i 1959 kom til Oslo for å studere, var innom klubben BFG som trener.³⁵ Samme år ble han ansatt i IL Tyrving, og skulle få betydelig lengre fartstid her.³⁶ Hans inntog representerte begynnelsen på at det kom en mengde sørlendinger til Tyrving, i noen år fra 1961 av. Gerd von der Lippe, Kari Tharaldsen (nå Fasting) og andre kom for å studere på Statens gymnastikkskole. Det samme gjorde Kristens bror Jens Damsgaard, som kom til Oslo i 1962 og hadde sin bror som hovedtrener. De trente sammen i Frognerparken, og ellers på Tyrvings treninger på Kadettangen og på Høvik skole som Kristen leda.³⁷

Tharaldsen var gift med Jonny Høgseth i en periode. I tillegg kom Jan Ole Ramstad fra Kristiansand, og ble gift med Britt Krohg-Sørensen.³⁸ Ja, "Tyrving-ektepar" er et begrep den dag i dag siden mange fant hverandre i klubben. Snart var Kristen Damsgaard del av et Tyrving-ektepar, han også. I juli 1963 i Tangen (Drammen) ble han gift med Oddny Moum.³⁹ Oddny var turner og svømmer, men ble nå trukket inn i friidretten. Med fullført utdanning og inngått ekteskap var nemlig det store spørsmålet hvor man skal jobbe og bo, og Kristen og Oddny ble tatt under vingene til Tyrvings altmuligmennesker, ekteparet Rolf og Reidunn Staver. Særlig Rolf "Boien" Staver hadde kontakter "overalt", og sammen med kona Reidunn som personlig sekretær la han opp hele livet sitt i forhold til Tyrving. Staver'ne skal ha vært involvert i at Kristen fikk lærerjobb på Ramstad skole i 1963, og paret fikk bopel på Bjørnekollen, seinere i Kirkeveien hvor Oddny fortsatt bor.⁴⁰

Oddny hadde i sin tid kommet inn på gymnastikkskolen, men med både giftermål og fødsel på samme år (1963) og påfølgende småbarnsliv ble ikke skolegangen noe av. Hun tok derimot etterutdanning som gymlærer, og endte opp som rektor på Snarøya skole (1981–2004). Hun var dessuten leder av Tyrvings friidrettsgruppe midt på 80-tallet.⁴¹ Hun fikk også tid til en innsats som medlem av Kvinneutvalget fra 1964 til 1965. Etter eget beskjedent utsagn ble hun tatt med for å fylle et hull.⁴² Datteren Kristin, født 1963, ble forresten en dyktig kaster med personlige rekorder på 45,60 i spyd (1979) og 10,23 i kule (1978).⁴³

Tilbake til Kristen. På forbunds nivå ble han med i Treningsutvalget (nå Toppidrettsutvalget) i Friidrettsforbundet allerede i 1961. Han førte Kvinneutvalgets nasjonale statistikk fra 1962 til 1964, og gikk så over fra Treningsutvalget til å bli leder i Kvinneutvalget (ei undergruppe av toppidrettsutvalget) i 1963. Her satt han til 1972. Landslagssjef for kvinner var han fra 1963 helt til 1978.⁴⁴

Mange talentfulle friidrettskvinner ble tidlig på 1960-tallet løfta opp på et nasjonalt plan. Blant

34 CV blant Kristen Damsgaards friidrettspapirer.

35 "Kristen Damsgaard fra Klynga: Han har gjort hobby til jobb". Thor Wennevold, Sørlandske Tidende 12.7.1973 s.14

36 CV blant Kristen Damsgaards friidrettspapirer.

37 Telefonintervju med Jens Damsgaard 18.2.2012

38 *Tyrving 1922–1997*, s.127; "[Tyrving, et lite stykke Sørlandet](#)" av Helge Refsnes og Morten Haave, Tyrving.no 3.8.11

39 Aftenposten 4.7.1963, s.10

40 Intervju med Oddny Damsgaard 12.1.2012

41 "Nysgjerrig av natur", Anine G. Byles, Budstikka 24.11.2010, s.52-53

42 Intervju med Oddny Damsgaard 12.1.2012

43 <http://www.friidrett.no/stevner/statistikk/alletider/Documents/sen/kd.htm>

44 CV blant Kristen Damsgaards friidrettspapirer.

disse var flere fra Tyrving: Maj-Lena Andersen (innflytter fra Sverige), Ellen Harbitz og Agnes Alkeberg.⁴⁵ I tillegg var flere av sørlendingene som allerede er nevnt, i den norske eliten.

Ja, Kristens oppgave innen friidretten var å åpne opp for dyktige kvinner. Akkurat hvorfor han valgte dette området er litt usikkert. Han uttalte selv at engasjementet kom litt tilfeldig, etter at Rolf Staver i sin tid ansatte ham i Tyrving som trener for nettopp jenter. Etter det "utviklet det seg bare videre", sa han.⁴⁶ Etter å ha blitt med på en trenersamling i forbundet, ble han så "overlatt ansvaret for damene siden han hadde fulgt så godt med", het det i en annen artikkel.⁴⁷ Men innsatsviljen hadde nok mye å gjøre med at Kristen her så et mulig utviklingsområde for friidretten med stort potensial.⁴⁸ Han forsvarte derfor kvinners friidrettsutøvelse så godt han kunne. Fra en tekst Kristen slapp til med i VG tar vi med et lengre utdrag:

Generelt sett ser det i dag ut til å være en positiv innstilling til kvinneidrett. For friidrettens vedkommende skyldes dette sikkert mye den utmerkede propaganda Berit Tøien, Oddru Lange og Maj Lena Andersen har levert – ved sin aktive innsats. [...] Skulle det dukke opp ei jente med talent og ambisjoner, vil man fort oppdage at hun har en vesentlig vei foran seg for å nå til topps – og dette selv om hun fra første stund skulle være så heldig å komme i et godt treningsmiljø. Det vil bl. a. bli problemer med å få konkurrert med jevne mellomrom fordi mange øvelser arrangeres så sjelden. Overveldende publikumsinteresse vil heller ikke drive henne fram. Tvert i mot. Ofte vil publikums – og også pressens – fordommer virke direkte hemmende på hennes idrettslige innstilling.

[...]

Når det gjelder kastøvelsene for kvinner, er innstillingen hos publikum på forhånd negativ. Dette skyldes muligens at noen av de beste kasterne fra Øst-Europa neppe vil kunne hevde seg i en missekonkurranse – både på grunn av sin størrelse og sitt utseende ellers. Men [...] De er nemlig ikke, som så mange synes å tro, blitt slik på grunn av treningen for de øvelsene de driver. To av de søtteste i norsk kvinneidrett, Berit Tøien og Oddrun Lange, opererer f. eks. Begge med belastninger på opp til 100 kg i sitt styrketreningsprogram [...] For øvrig skulle jeg tro at det man ser av kvinner på friidrettsbanen rent estetisk ikke ligger noe under det man vanligvis ser på tribunen eller ellers i samfunnet.⁴⁹

I et intervju med Kristen skreiv Aftenpostens faste friidrettsjournalist Jan Fredrik Løchen:

Innstillingen til kvinne-friidretten er vel ikke den mest velvillige og interesserte her i landet, og kan under ingen omstendigheter sammenlignes med den goodwill kvinnelige utøvere har i de øst-européiske land eller eksempelvis i England. Damsgaard er klar over dette, og har nok fått merke det adskillige ganger. Han tar imidlertid motstand og hugg uten å blunke, og gir igjen med samme mynt – på vegne av en sak han tror på. Han fortjener all respekt for det.⁵⁰

Løchen var likevel blant dem som kritiserte manglende framgang i arbeidet:

Reidun Corneliussen har elegansen (og utseendet) på sin side [...] men man kommer likevel ikke ifra at norsk kvinne-friidrett i altfor stor grad er Berit Berthelsen. Uten henne ville den være en dårlig salgsvare. Det omfattende arbeide som nedlegges av forbundets kvinneutvalg, under ledelse av Kristen Damsgaard, bærer nok visse frukter, og vil forhåpentlig fortsatt gjøre det, men det er ikke til å komme forbi at utviklingen er treg, at akselerasjonen mangler i stor utstrekning⁵¹

Løchens klubb Tjalve gikk ikke akkurat foran, da de foreløpig syntes at kvinnene blant annet ikke hadde noe i Holmenkollstafetten å gjøre. Med egen erfaring som løper i Holmenkollstafetten, var

45 "Norsk kvinne-friidrett har flere oppgaver i år", Jafr., Aftenposten 27.5.1966, s.16

46 "Mosjonsbevegelsens primas!", Kåre J. Grøtta, Bladet Friidrett 1/1983 s.3

47 CV blant Kristen Damsgaards friidrettspapirer.

48 Intervju med Oddny Damsgaard 12.1.2012

49 "Bort med gamle fordommer". Kristen Damsgaard, VG 18.4.1964 s.21

50 "Norsk kvinne-friidrett har flere oppgaver i år", Jafr., Aftenposten 27.5.1966, s.16

51 "Berit Berthelsen var som ventet forgrunnsfiguren i damenes hall-mesterskap", Jafr., Aftenposten 3.4.1967 s.19

det da naturlig at Damsgaard tok tak i kvinnes manglende adgang her. Adgang fikk de først i 1975 etter mye styr, og med Tyrving's kvinnelag i spissen. Men nesten ti år før dette hadde en "henstilling" fra Kvinneutvalget ført til at kvinnene i hvert fall fikk slippe til i en "banestafett for damer" som pauseunderholdning i Holmenkollstafetten på midten av 1960-tallet.⁵²

Det gjaldt også å få flere kvinner opp på mesterskapsnivå. Hadde våre beste utøvere noe å sikte etter, ville nye topper vokse fram fra dette.⁵³ 1966 var et nøkkelår i så måte. EM i friidrett dette året var viktig å trene fram mot. Damsgaard var med som landslagsleder til dette EM.⁵⁴ Berit Berthelsen fra Tyrving var da den desiderte topp i norsk kvinnefriidrett. Hun meldte seg inn i klubben nettopp i 1966, og for øvrig arrangerte Tyrving sitt eneste NM samme år til stor suksess.⁵⁵ I EM 1966 tok Berthelsen en sjetteplass i lengde, hennes beste internasjonale plassering til da. Samme år ble også det første europeiske innendørsmesterskapet arrangert, men Berthelsen måtte vente "helt" til det andre innendørs-EM i 1967 med å ta gull. Kristen var for øvrig med i Kongepokal-komiteen og fikk gleden av å tildele Berthelsen Kongepokalen. Hun tok bl.a. pokalen i NM 1968, da Tyrving var mesterskapets suverent beste klubb for kvinner.⁵⁶

Kristen var seinere med i flere mesterskap som leder for kvinnetroppen.⁵⁷ Ved EM i Athen 1969 ble diskutert boikott på grunn av den greske juntaen, og Oddny Damsgaard husker at familien fikk postkort sendt til sin hjemmeadresse med boikottanmodninger.⁵⁸ På europacuplaget hadde Kristen visstnok roller som både lagleder, trener og massør.⁵⁹ Kristen dro også som leder til EM i 1971, ytterligere innendørs-EM samt OL i 1972 og 1976.

Et av tiltakene Kristen etter hvert fikk i gang for å bedre forholdene for våre beste kvinner, var spesielle treningsleire for kvinnelandslaget. I særstilling sto noe som ble kalt Frionor-leirene, da selskapet Frionor var tatt inn som sponsor. Leirene ble ledet administrativt av Kristen Damsgaard, Lai Berg og Erling Bjerke. Leirene foregikk i Grimstad i 1971 og i Monastir, Tunisia i februar 1972. På lista over trenerne som var med finner vi blant annet en ung Eystein Enoksen.⁶⁰ Kristen sto også bak en lengre landslagstur til Canada, og på norsk jord jobba han utrettelig for å skaffe treningstid i forskjellige fjellhaller.⁶¹

På slutten av 1960-tallet begynte han også å bygge et forfatterskap rundt trening, jogging og mosjon. Hans først utgivelse ble gitt ut av Friidrettsforbundet i 1968, og omhandler trening på 400, 800 og 1500 meter for kvinner. Flere kortere og lengre utgivelser fulgte, helt opp til hans siste bok i 2009.⁶² Forfatterskapet blir for omfattende til å behandles ytterligere her, så vi får nevne kun et par andre aspekter. Han var blant annet tidlig ute med å teste O₂-opptak. Det skjedde ikke på tredemølle i ordnede former på Olympiatoppen, men ved at utøverne løp etter Kristens bil på Bærumsveien med O₂-slange i munnen!⁶³ Testene ble brukt i Inger Stensvolds artikkel om fysisk prestasjonsevne

52 "Dameløp i pausen under Holmenkollstafetten", Aftenposten 23.4.1966, s.15

53 Litt som Lev Trotskys kjente sitat om mennesketypen under kommunismen, uten sammenligning for øvrig: "Man will become immeasurably stronger, wiser and subtler; his body will become more harmonized, his movements more rhythmic, his voice more musical. [...] The average human type will rise to the heights of an Aristotle, a Goethe, or a Marx. And above this ridge new peaks will rise".

54 "Stor og pompøs åpningsseremoni", Jan Fr. Løchen, Aftenposten 31.8.1966, s.13

55 *Tyrving 1922–1997*, s.134-137

56 "NM sett under ett noe av en skuffelse", Jan Fr. Løchen, Aftenposten 19.8.1968, s.14

57 "Ni menn og fire kvinner uttatt til EM i Hellas", Jafr., Aftenposten 1.9.1969, s.17

58 Intervju med Oddny Damsgaard 18.2.2012

59 "Mosjonsbevegelsens primas!", Kåre J. Grøtta, Bladet Friidrett 1/1983 s.3

60 Mappe om Frionor-leirene, inkludert referat i Asker og Bærums Budstikke skrevet av Oddny Damsgaard, finnes blant Kristen Damsgaards friidrettspapirer.

61 Intervju med Oddny Damsgaard 12.1.2012

62 "Faglig medvirkning – idrett og forebyggende helsearbeid" – vedlegg til CV som finnes blant Kristen Damsgaards friidrettspapirer, samt søk i [BIBSYS](#). Siste bok var en nyttig utgivelse av *I form etter 50* på Kagge forlag.

63 Intervju med Oddny Damsgaard 12.1.2012

hos kvinnelige baneløpere, og Kristen fikk en "spesiell takk" av forfatteren.⁶⁴

Mosjonsinnsats i yrkesliv, fritid og politikk

Første halvdel av 1970-tallet markerer et skille i Kristens karriere. I 1972 ga han seg som formann i Kvinneutvalget i NFIF. Han fortsatte riktignok som landslagssjef for kvinner, og ble i 1973 formann i det overordnede Treningsutvalget. Fra 1976 var han også landslagssjef for menn. Ja, han ble også medlem i Friidrettsforbundets styre i 1977 (hans andre periode; den første var fra 1967–1968). Men i løpet av de to årene 1977/1978 ga han fra seg samtlige av disse fire stillingene.⁶⁵

Han hadde nemlig fått et nytt verv som han via særdeles mye tid og krefter til. I 1974 ble han formann i Mosjonsutvalget i NFIF. Fra 1976 var han også med i Trim- og idrettsmerkeutvalget, samt Idrettsutvalget i Bærum som politisk innvalgt. For å se på dette virket, må vi først spole litt tilbake til 1970. Da forlot han Ramstad skole for å bli avdelingssjef ved Idrettsavdelingen i Studentsamskipnaden (fra 1980 informasjonssjef).⁶⁶ Han arbeida i et tospann med Thormod Moum, som holdt seg "mer ute i marken" mens Kristen var administrator.⁶⁷ Kristen løste oppgavene "til min og styrets fulle tilfredshet" med "administrativ dyktighet i en idrettspolitisk og studentpolitisk turbulent tid", uttalte SiOs legendariske direktør Kristian Ottosen.⁶⁸ Kristen sto blant annet bak Osloløpet som ble arrangert på Ekeberg som et samarbeid mellom SiO, Oslo-Studentenes Idrettslag og Kvinnelige Studenters Idrettsklubb (nå slått sammen til Oslo-Studentenes Idrettsklubb).⁶⁹

I Dagbladet publiserte Kristen treningsopplegg som spesielt var beregna på dette løpet, siden avisa i 1975 hadde adoptert Osloløpet som "sitt". Kristen var en "meget nyttig støttespiller for Dagbladet i arbeidet med å utbre interessen for mosjonsidrett", het det i et brev der Dagbladets redaksjonssekretær også fortalte om Kristens person: "Ved siden av sine administrative evner og omfattende kunnskaper om idrett generelt, er Kristen Damsgaard usedvanlig behagelig å samarbeide med". Han mente at disse egenskapene kunne tilskrives det "rolige og vennlige sørlandske lynne".⁷⁰

Mosjonsutvalget hadde mange artige prosjekter. Det mest kuriøse prosjektet var kanskje *I form på plattform*, et treningsopplegg for oljearbeidere som munns ut i bok sammen med Jon B. Fjeld. Slike bokutgivelser kom som et resultat av Kristens bånd fra NFIF og sin nye jobb som hovedkonsulent for idrettsbøker i Universitetsforlaget, fra 1983 til 1990.⁷¹ Kristen arbeida også mye med Grete Waitz' bøker, treningsvideoer og arrangementer, blant annet som formann i Grete Waitz-løpet.⁷² Samarbeidet varte inn i det tjuetførste århundre, og i 2004 skreiv de kapittelet *Idrett* i boka *Norge. Portrett av en nasjon*.⁷³ Både Waitz selv og Waitz' konkurrenter som Joan Benoit ble familievenner av Damsgaard. Én annen samarbeidspartner av Kristen må framheves spesielt, medisinprofessor Peter F. Hjort. Disse hadde et omfattende samarbeid innen folkehelse. Kristens omfattende virke innenfor mosjonsidretten blir ellers for omfattende til å tas opp ytterligere her. Noe av det dukker kanskje opp i ei bok av Thor Gotaas, ettersom Kristen før sin død snakka en del med ham.⁷⁴ Kristen fikk for alt dette arbeidet NFIFs fortjenstmedalje i gull i 1983.⁷⁵

64 Stensvold, Inger C (1972). Fysisk prestasjonsevne hos kvinnelige baneløpere (400 m og 800 m). Særtrykk av Kroppsøving 1/1972

65 CV blant Kristen Damsgaards friidrettspapirer.

66 CV blant Kristen Damsgaards friidrettspapirer.

67 "Kristen Damsgaard fra Klynga: Han har gjort hobby til jobb". Thor Wennevold, Sørlandske Tidende 12.7.1973 s.14

68 Attest fra adm.dir. Kristian Ottosen i SiO, 18.4.1990

69 Mappe med SiO-dokumenter blant Kristen Damsgaards friidrettspapirer.

70 Attest fra redaksjonssekretær i Dagbladet, 31.8.1981

71 CV blant Kristen Damsgaards friidrettspapirer.

72 Intervju med Oddny Damsgaard 12.1.2012

73 *Norge. Portrett av en nasjon*. Dinamo forlag, 2004

74 Intervju med Oddny Damsgaard 12.1.2012

75 "Mosjonsbevegelsens primas!", Kåre J. Grøtta, Bladet Friidrett 1/1983 s.3

I 1987 gikk Kristen fra Idrettsutvalget i Bærum til folkevalgt medlem av Bærum kommunestyre.⁷⁶ I stor grad valgte hans parti, Arbeiderpartiet, å overlate idrettssaker til Kristen som spesialfelt. Hans kontaktnett var bredt, og hans spesielle var å få med de andre partiene, særlig det dominerende partiet Høyre, på å fremme fellesforslag og omforente løsninger. Blant disse prosjektene, som gikk over mange, mange år, var en egen friidrettshall for Tyrving. I hvert fall fra Bærumsmessens glansdager på 1980-tallet, som innbrakte en del penger i klubbkassa, var det snakk om å investere i friidrettshall.⁷⁷ Hallen måtte gjennom uendelige politiske runder før gravemaskinene kunne rulle inn, men Damsgaard var blant sakens pådrivere. Blant annet fortalte Tyrving-Nytt 4/2004 om at nettopp Kristen fremmet et fellesforslag om hallen, med tilslutning fra alle unntatt Pensjonistpartiet.⁷⁸ Kristen var også involvert i at Bærum Idrettsråd fikk en rådgivende rolle overfor politikerne, samt ei lønna stilling for å ta seg av dette.⁷⁹ Bærum Arbeiderparti skreiv i sitt minneord: "Treningsløyper for skiskyttere, trialbane for motorinteresserte, løsning for skytebanene på Skytterkollen og [...] god drift til beste for brukerne av Nadderudhallen og andre svømmehaller opptok ham".⁸⁰ At en lokal naturverner så har kalt Bærum Arbeiderparti for "helt idrettsgale",⁸¹ ville nok ikke Kristen ha tatt spesielt tungt?

Hvordan fikk så Kristen tid til Tyrving midt oppe i alt dette – landslagstrener, kvinneutvalgsleder, forfatterskap og politikk? Svaret er at etter hvert fikk han det ikke. Han trakk seg tilbake som Tyrving-trener fra august 1980.⁸² De andre oppgavene tok mye tid, og hittil er ikke engang nevnt at han fra 1989 til 1991 var med å bygge opp det som i dag er treningskjeden SATS. Han fortsatte sitt arbeid med å kvalitetssikre treningsbransjen nesten helt til det siste. Han forlot også Trim- og idrettsmerkeutvalget i 1981 og Mosjonsutvalget i 1984. I 1991 vendte han tilbake til læreryrket og Bjørnegård skole.⁸³

Etter mange års pause som Tyrving-trener dukka Kristen imidlertid opp igjen. En gammel treningsselev, Gunnar Landgraff, spurte om ikke Kristen kunne hjelpe datteren Ida med treningsopplegg.⁸⁴ Ida Landgraff fikk 2.11,04 på 800 meter som pers (2005).⁸⁵ Det er slik undertegnede husker ham, gående med stoppeklokka på Nadderud i Jan Erik Dahlers periode som mellomdistansetrener. Et annet minne er selvsagt fra talerstolen i Bærum kommunestyre. Det tredje minnet denne forfatter har av ham, er at han hjalp til å få i gang Fornebuløpet. Det snakkes om en ny bølge for utholdenhetsidrettene, og nyetableringen Fornebuløpet er ment for å forlenge denne bølgen ut til oss utafor bygrensene. Også nå hjelper avisene til med treningsopplegg til dette mosjonsløpet.⁸⁶ Så kanskje ringen er slutta fra Kristens pionerarbeid for mosjonsløp.

Siste fase

Året 2011 begynte ikke spesielt bra for Kristen. Den nære vennen og samarbeidspartneren Peter F. Hjort døde av kreft allerede 1. januar. Damsgaard skreiv selv minneord om Hjort i flere aviser.⁸⁷ I april gikk Grete Waitz bort, samme dag som tidligere Tyrving-medlem og leder i

76 CV blant Kristen Damsgaards friidrettspapirer.

77 Intervju med Oddny Damsgaard 12.1.2012. Selvsagt gjorde også andre i Tyrving en stor innsats. I mange år lå denne jobben på Svein Erik Pedersen, som i likhet med Kristen aldri fikk se hallen bygges.

78 [Tyrving-Nytt 4/2004](#)

79 Intervju med Oddny Damsgaard 12.1.2012. Stillingen innehas av Tyrving's orienteringsguru Eystein Weltzien.

80 "Kristen Damsgaard til minne", Kari Seljelid m.fl, Budstikka 23.5.2011 s.32

81 Epost til forfatteren 21.4.2010

82 *Tyrving 1922–1997*, s.220

83 CV blant Kristen Damsgaards friidrettspapirer.

84 Intervju med Oddny Damsgaard 12.1.2012

85 <http://www.friidrett.no/stevner/statistikk/alletider/Documents/sen/KL.htm>

86 "Slik kommer du i form til Fornebuløpet", intervju med Eystein Enoksen, Budstikka 17.2.2012

87 "Peter F. Hjort til minne", Kristen Damsgaard, Budstikka 7.1.2011 samt Dagsavisen 12.1.2011

Friidrettsforbundet, Aage Møst.

Seinere på året ble imidlertid den andre utgaven av Fornebuløpet ble en suksess, og ikke minst ble det lagt ned grunnstein for friidrettshallen på Rud. Nok en kommunestyreperiode for Kristen skulle snart avsluttes, og Kristen hadde sagt ja til å stå på 11. plass til kommunevalget høsten 2011, 24 år siden han først ble innvalgt.⁸⁸ Det kunne ikke regnes som sikker plass, men det skulle ikke forundre meg om Kristen hadde fått nok personstemmer til å bli gjenvalgt, denne katastrofesommeren uten like i norsk politikk.

Men Kristen fikk altså ikke oppleve verken Fornebuløp, hall eller valg. Den 5. mai 2011 var livet slutt, kun tjue dager før Fornebuløpet, og under en måned etter at Grete Waitz' død.

Denne artikkelen er et lite bidrag fra oss i IL Tyrving til å belyse Kristen Damsgaards virke.

88 http://baerum.arbeiderparti.no/-/bulletin/show/633696_baerum-arbeiderpartis-kommunestyreliste-for-2011-2015