

„DONAT“:

Mark Ingdam

OG HANS „JULELEGE“

*Trænerens Metoder i Træning og Løb - Hans „Udløsercheck“
- løse Sidestrop, Calle på Spången og meget andet.*

Den unge Træner Mark Ingdam blev i den forløbne Sæson atter Træner-Champion paa de københavnske Baner. Det var femte Gang paa 6 Aar, og hans Championat blev denne Gang saa stort som paa 77 Sejre — og hertil kommer, at han i Odense har vundet yderligere to Løb.

Ingdam havde, da Sæsonen begyndte, tre Ønsker paa Spisesedlen: *Derby, Kriterium* og *Sæsonrekord for en Træner*. Derby'et vandt han som bekendt med *Nollo*, Kriteriet med *Olympic*, og det saa en Overgang ogsaa ud til, at det skulde lykkes ham at tage Livet af *Sofus Sørensen's* Rekord for det største Championat. — Den er paa 87 Sejre sat i Aaret 1930, men saa skete det hverken værre eller bedre, end at Ingdam gik i Staa i August, og selv om han senere kom godt i Gang igen, saa naaede han dog ikke Sofus Sørensens Rekord. — Hans Championat i Aar er dog personlig Rekord, og i dansk Travsport har der kun været følgende Championater, der har været større:

| | | | |
|----------------------|----|-------|--------|
| Sofus Sørensen | 87 | Sejre | (1930) |
| N. J. Koster | 85 | » | (1925) |
| Sofus Sørensen | 83 | » | (1931) |
| N. J. Koster | 79 | » | (1934) |
| N. J. Koster | 79 | » | (1938) |

Som nævnt i Begyndelsen blev Championatet Ingdams femte. Flere Championater staar følgende med: *Koster 24*, *Joe May 9*, *Sofus Sørensen 8*. Efter Ingdam følger saa *Max Rabenhorst* med 3 Championater.

Ingdams Sejrheste.

Ingdam har i Aar opnaaet sine Sejre med følgende 28 Heste: *Hetty Volo 1*, *Kaptain Hald 3*, *Lady Hamilton 2*, *Lady O. 3*, *Little Boy 2*, *Logan 7*, *Lydia Bin-*

gen 3, *Major Hammer 1*, *Merete Frisco 2*, *Nap Astute 5*, *Neffo 1*, *Netta 2*, *Nihil sine Labore 3*, *Nick Hanover 1*, *Nilus Boston 3*, *Nollo 8*, *Novice 1*, *Oda Axworthy 1*, *Odin Frisco 5*, *Odin Sus 2*, *Ole Roy 1*, *Ole Rømer 1*, *Olympic 2*, *Onions Sauce 7*, *Onward Eagle 5*, *Orkanen Frisco 2*, *Polonia 2*, *Porto 1*.

Ingdam er „særpræget“

Ingdam har opnaaet sine smukke Resultater i Kraft af Flid, Dygtighed — naturligvis ikke mindst paa Grund af gode Heste — men ogsaa ganske givet paa Grund af hans noget særprægede Arbejdsmetoder og for en Del ogsaa paa Grund af hans mere eller mindre selv opfundne »Julelege« — for at bruge et *Ingdamsk* Udtryk!

Der har gennem de senere Aar i forskellige Julenumre og ordinære Numre af Sportsbladene været flere Interviews med Ingdam, og vi synes derfor, vi denne Gang vil springe det over med, at han legede Travløb paa Løjtegaardsvej o. s. v. — og saa i Stedet faa ham til at fortælle lidt om sine Metoder i Arbejde og Løb.

Ingdam rynker lidt paa Næsen af det og erklærer aabent, at han jo ikke er meget for at udlevere nogle af de Metoder, han opnaar sine Resultater paa, men da vi beroliger ham med, at vi kun vil spørge ham om det, vi selv har observeret i Træning og Løb — saa gaar han til Biddet.

Vi starter fra en Ende og siger: Du kører ikke saa meget langsomt som flere af dine Kolleger, og du bruger næsten aldrig Road-car — hvorfor ikke?

— Ja, det sidste skyldes egentlig et



Interview, jeg engang har læst. Her udtalte Cykletræneren *Schilling* (der har Derksen og van Vliet i Stalden), at han altid til sine Ryttere brugte de samme lette Cykler i Arbejde som i Løb, og det skyldes, at Overgangen ellers er for stor. Jeg vil have, at Hestene skal være vænnet til samme »Træk« i langsomt som i hurtigt Arbejde og Løb.

Jeg bruger derfor i Stedet Longshafts i 70—80 % af Træningen, men praktisk talt aldrig i Løb, saa skal jeg da have en Dobbeltgænger, der tager meget haardt fat.

— Fortæl Læserne om Forskellen paa Longshaft og Speedcar.

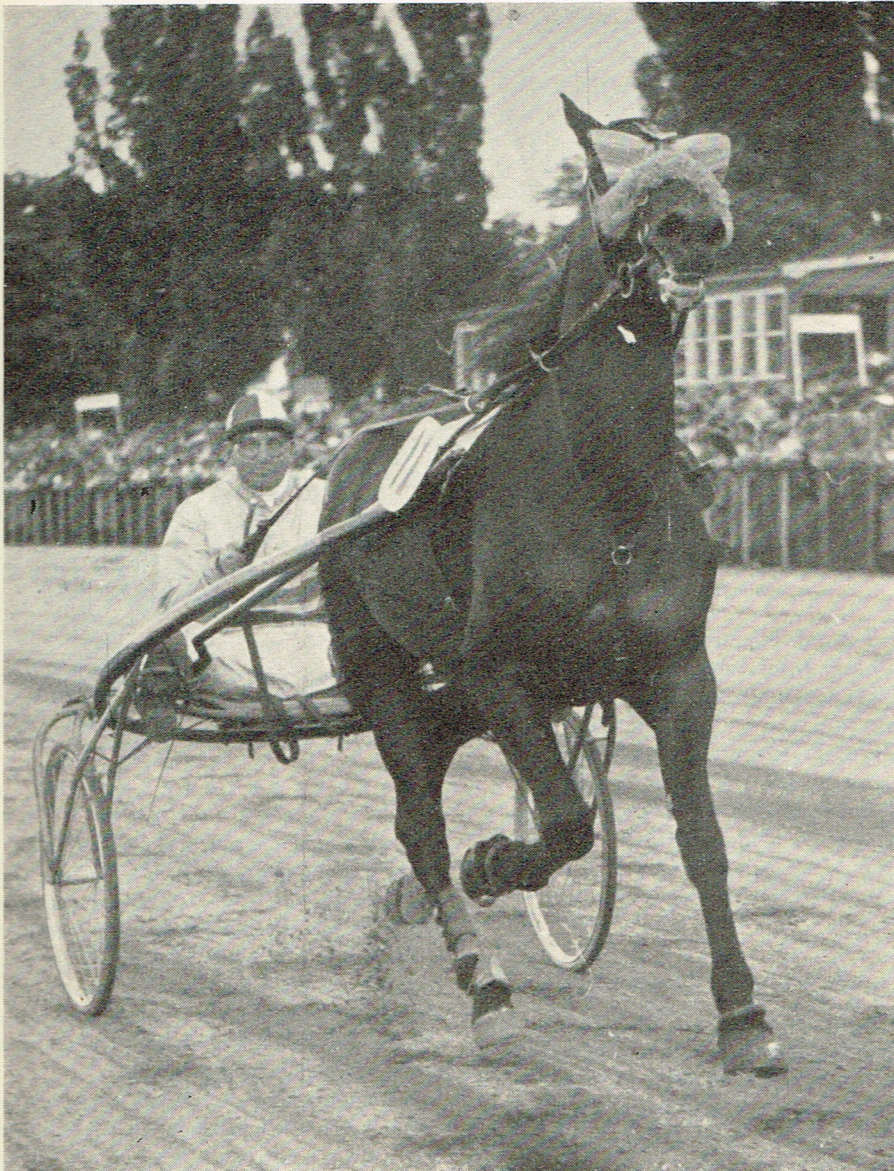
— Ja, Longshaft'en er længere, men ellers er der ingen Forskel. Det er dejlige Vogne til at give Hestene Støtte, og man har et godt Overblik over Hestens Gang.

— Du bruger aldrig høj Sulky, kan du ikke faa Brug for den, hvis Hesten har en meget stor Bagaktion?

— Nej, saa spænder jeg bare Hesten længere fra Vognen. — En høj Sulky er et Fortidsuhyre, den gør, at Kusken yder for megen Modstand mod Vinden.

— Jeg ser, at du giver dine Heste hurtigt Arbejde — Heats — om Vinteren. Kunde du ikke tænke dig, at de kunde have godt af at faa Fred og Ro i det mindste een Gang om Aaret?

— Bestemt Nej; vi tager *Frances Bulwark*, hun er i konstant Træning, og kan du ikke huske Myten om de amerikanske Heste, der hvert Aar blev sendt sydpaa, naar Vinteren kom. Et Aar blev



Mark Ingdam med Kriteriumsvinderen Olympic, der ogsaa gaar med »Briller«.

saa *Walter Cox* nordpaa, arbejdede sine Heste i Kulden, og da Foraaret kom, gik han ud og vandt næsten alle Løbene, medens de sydfra kommende stod og maabede! Jeg giver dog tit Hestene Ferie i Sæsonen.

Den tidligere Verdensmester i Lande-vejsløb *Henry Hansen* (Olympic) siger ogsaa: Der findes ikke daarligt Vejr, men kun forkert Tøj.

— Vil du fastholde, at det kan være godt at køre Heats i fugtigt taaget Vejr her i Danmark?

— Bestemt ja, det eneste, der er galt, er at vi ikke har opvarmede Stalde. Det vilde hjælpe kolossalt, hvis vi fik det. Du ser jo ogsaa, at Finner, Nordmænd og Svenskere trods Klimaet og Træning Aaret rundt er nogle af Verdens bedste Sportsfolk. Nej, man faar nu ikke noget ud af det ved at pakke Sportsfolk eller Heste ind i Vat og Bomuld, men selvfølgelig vil man helst have tør Luft.

Vi lader Vintertræningen ligge og siger: Hvor mange Heats fik nu Derbyvinder *Nollo* og Kriteriumsvinder *Olympic* forud for de store Løb?

— Ikke under 8—10 Heats om Ugen. Jeg kører hurtigt hver 3.—4. Dag og giver ikke under 3 Heats.

— Kan alle Heste taale to Heats?

— Kan de ikke taale to, ja saa er de ikke morsomme at køre Travløb med!

— Hvor hurtigt kører du saa dine Heats, Mark?

— Hvor hurtigt og hvor hurtigt, ja der er saadan set ingen Regler, men jeg kan maaske bedst forklare det paa følgende Maade: Først kører jeg et Heat i ca. 2 Min. Tempo for at »linde dem op«, derefter 2. Heat i 1,45—50, 3. maaske i 1,35—40, og saa et 4., hvor Hesten er løbspaaklædt, og hvor jeg prøver den med ny Balance o. s. v. — eventuelt tager jeg til en Unghest en eller to Pace-makere paa Siden.

— Du forlanger meget stor Speed af

dine Heste og paa et hvilket som helst Tidspunkt?

— Aah ja, jeg speeder fra Start, lunter saa lidt, sætter maaske pludselig Knald paa gennem et Sving, sætter Farten ned og giver dem saa en Speed til Slut igen.

— Hvorfor i Svingene?

— Jo, ærlig talt, det er Overtro, at man ikke kan speede i et Sving. Normalt skal det vel undgaas, da Hesten jo skal løbe længere der, men det kan være af meget stor Betydning netop at kunne speede gennem et Sving.

— Hvad kan du speede med dine Heste?

— Forskelligt naturligvis, men jeg vil sige, at *har jeg en Hest med Rekord omkring 1,25, saa skal den kunne speede 1,14—15*, men det forudsætter naturligvis, at jeg kører meget langsomt den øvrige Del af Træningen, og saadan kan man naturligvis ikke speede i et Løb!

— Den Dag med *Nilus Boston*?

— Ja, det saa mere drabeligt ud, end det var, men jeg kan sige, at jeg, inden jeg fandt ud af ham, altsaa medens han løb og lavede Ballade for mig, en Dag i Arbejde kørte første Kilometer i 24, derefter tog den med Ro paa 1,30, og saa speedede en Kvarbane i 15½. Da fik jeg Respekt for ham. *Den Dag, du tænker paa, speedede jeg vel 17—18 med ham*, men jeg ved godt, at det saa drabeligt ud. Om han bliver noget særligt? Jeg ved det ikke, han er jo ikke større end en *Kattekillling*.

— For en halv Snes Aar siden saa man aldrig Trænerne give deres Heste Heats herhjemme før Løbene — allerhøjest kørte man »af« i roligt Tempo, men nu vrimler det med Heats-Heste før Løbene.

— Ja, det er efter amerikansk System. Jeg holder paa, at en Hest skal helst have et å to Heats, før den startes. Ogsaa her er Tempoet individuelt, en Hest skal nærmest have Lov til at gaa af Lyst. Det skal i Reglen være saadan, at naar man i Heat'et ser, at Hesten er bedst tilpas — saa hjem med den. Nogle skal have Heats, for at de ikke skal lave »Ballade« i Løbene, og atter andre skal bare »lindes op«.

— Nogle giver Heats fra Morgenstunden; det bruger du ikke?

— Nej, jeg mener, at de naar at blive stive i Lemmerne, indeh det saa skal gaa løs for Alvor.

☆

— Se, det var det egentlige Arbejde, men jeg kunde tænke mig, at Læserne ogsaa kunde have Lyst til at høre nærmere om, hvad du har paa Hestene i Løb og specielt dine egne »Julelege«. Først Hovedlaget, der bruger du jo i Reglen det helt aabne?

— Ja, jeg benægter ikke, at der kan være Grund til at bruge lukkede Hovedlag, maaske specielt for lidt vaagne Hingste, men ellers synes jeg, at Hesten med det lukkede Hovedlag maa gaa i en evig Skræk for, hvad der skal dukke op. Tænk dig selv paa Cykle i københavnsk Trafik med Skyklapper paa!

— Jordblænderen?

— Ja, den bruger jeg ikke meget, men naar jeg bruger den, skyldes det i 90 % Tilfælde Skrækken for Startsnore, og det er min faste Overbevisning, at de elektriske Hegn er Aarsag til mange Hestes Skræk for Startsnoren.

— ?

— Jo, husk paa Foldene ude fra Landet, der er Føllet og Plaggen vænnet til, at det gør ondt, naar den rører en Traad, der er udspændt foran den, og jeg tror bestemt, at Hesten allerede dér faar Skrækken. Under alle Omstændigheder gaar en Hest mindre anspændt, naar den ikke har Jordblænder; den gaar ikke op i foranliggende Konkurrenter, og havde vi Startvognen, behøvede vi heller ingen Jordblændere, for man skal nok faa Hestene til at gaa efter Startvognen uden Jordblænder.

— *Mange af dine Heste bruger Brillen, er de nærsynede?*

— Nej, det er for *Gruset*. Man har tidligere ment, at en Hest hoppede, naar den fik Grus paa Næsen, og man anvendte derfor en Næserem med Strimler, der daskede Hesten paa Næsen. — D. v. s. jeg tror ikke, at den dasker Hesten paa Næsen, for naar Tempoet øges, blæser Strimlerne til Side, og det skulde være det bedste Bevis paa, at den Rem ikke du'er. Nej, Hestene er bange for deres Øjne, og derfor har jeg givet dem Brillen paa.

— *Du har Snor i de Vattampon'er, Hestene har i Ørene, og paa et eller andet Tidspunkt trækker du i Snoren, saa Vattet kommer ud; hvornaar »trækker du i Snoren«?*

— Det er forskelligt, somme Tider trækker jeg Vattet ud, naar Hesten er gaaet fra Start, somme Tider, hvis jeg pludselig skal bruge Speeden og somme Tider først, naar jeg mærker, at Hesten er rigtig godt halvtræt. Virkningen er ofte overraskende, ja i mange Tilfælde virker det bedre, end hvis jeg lagde Pisken paa Ryggen af Hesten.

— Før i Tiden kunde du godt være lidt vel ivrig med Pisken!

— Naar man bliver ældre, lærer man bedre at vurdere, hvornaar det overhovedet kan nytte noget at anstrenge sig i den Retning!

— Du bruger ikke meget Næserem til dine Heste, og det var vist derfor, du kom i Vinden med *Little Boy*!

— Næseremmen gør jo normalt, at

Hesten ikke kan gabe saa højt, idet man til en vis Grad spænder Munden sammen paa Hesten. Hvis en Hest nu tager meget haardt og har Næserem paa, saa puller den faktisk med hele Hovedets og Halsens Muskler. Har en Hest nu *ikke Næserem*, saa kommer Trækket ikke over Næseryggen, men kun i Underkæben, og saa skal Hesten jo nok før eller senere blive træt i sin Underkæbe og pulle mindre.

— *Martingalen?*

— Ja, det er som bekendt en Anordning, der gaar fra Gjorden mellem Hestens Forben, deler sig i to Ringe, der slutter i to Ringe, og gennem disse Ringe føres Kørelinerne. — Da jeg er Modstander af Næserem, bruger jeg meget Martingalen, den gør, at det er lettere at holde Biddet paa Plads i Hestens Mund. Martingalen bruger jeg i 70—80 % Tilfælde.

— *Stigrem?* (En Rem, der gaar fra Gjorden mellem Forbenene op til Næseremmen).

— Ja, men kun naar jeg har en Hest, der er tilbøjelig til at stikke Næsen i Vejret i Starten. Stigremmen holder Hovedet nede.

„Udløser-Checken”

Enhver Travgæst ved, at en Traver bliver check'et op ved Hjælp af en Læderrem, der gaar fra et Checkbid (der virker mod Hestens Overmund) mellem

Ørene og ned til en Krog paa Selens Rygstykke. Der har Ingdam gjort en lille privat Opfindelse, der gør, at han midt under et Løb pludselig kan forlænge Check'en med 15—20 cm., og vi beder ham derfor fortælle om Opfindelsen.

— Jo, efter vort nugældende noget forældede Startsystem skal man jo pludselig kunne sætte en Hest fra Skridtgang op til fuld Hastighed paa 10—15 Meter, og til dette er det nødvendigt at give Hesten en kort Check, idet Hesten saa er mere sikker paa Benene. Naar den saa har løbet et Stykke Vej, altsaa er i Gang, vil jeg gerne give den lidt friere Bevægelse med Hovedet, saa den kan arbejde »selv«, og jeg trækker saa i en Snor, der udløser en Pal, saaledes at Checken pludselig forlænges efter Ønske, op til 15—20 cm.

— *Risikerer du ikke, at Hesten gaar lige paa Hovedet, naar du giver los?*

— Naturligvis skal jeg have mægtig godt fat i Hesten, naar Udløsningen kommer, og derfor ser du mig ofte tage noget af Farten af Hesten, naar den har løbet et Stykke Vej fra Start.

— Du bruger ikke de samme Seler i Træning og Løb?

— Nej, de til Løbene er lettere bygget.

— Ur?

— Ja, det har jeg altid med, baade i Træning og Løb, ellers vilde jeg være skidt kørende!

KØBENHAVNS FRUGTIMPORT

G. WEIRUM

AHLEFELDTSGADE 18

— Bringstykket plejer du at se stort paa?

— Ja, jeg bruger det egentlig kun, naar Hesten er mager, og der er Fare for, at Selen skal glide ned i Lysken.

Løse Stænger og Stropper.

Mange eller de fleste Trænere kører nogle af deres Heste med Sidestænger, der er spændt fast i en bestemt Stilling. Disse Stænger skal rette en skævt gaaende Hest af eller støtte den i Svingene.

— Den faste Sidestang?

— Den har jeg ikke brugt de sidste 5—6 Aar, *nej*, jeg erstatter den med en *bevægelig*. Den er indrettet saadan, at jeg med Knæet kan skubbe Stangen paa Plads og støtte Hesten, naar den har Brug for Stangen, men ellers give den frit Løb, saa den ikke er hæmmet af Stangen, naar den ikke har Brug for den.

— *Er det ikke omtrent det samme med den løse Sidestrop?*

— Aah, jo. *Den* var jeg længe om at finde paa, og det er egentlig Logan, der er Skyld i, at jeg fandt ud af det. Jeg

kunde først ikke faa Logan til at gaa højre rundt, men saa prøvede jeg med en almindelig Sidestrop, der var løs; den strammede jeg saa med Knæet i Svinget, hvor Hesten havde Brug for Støtte. Det virkede, og jeg gik saa videre med den. Jeg spændte den til modsat Side, og stiver Hesten af ved at trykke paa den løse Strop med Laaret, og jeg synes, det har en udmærket Virkning. Undertiden kan man bruge to af den Slags Stropper, hvor f. Eks. Hesten krænger ud paa Langsiderne og ind i Svingene.

— Den løse Strop og den løse Stang virker altsaa paa samme Maade?

— Ja, men naturligvis er Stroppen blødere for Hesten end Stangen, der jo ikke retter sig efter Hestens Facon.

— Hvilke *Sko* bruger du til dine Heste?

— Jeg bruger alt muligt, lige fra Aluminiumsko til »Calle på Spången«. Det sidste er en *Sko* med Stang og to Knopper. Stangen fortil og Knopperne bagtil. Altsaa en *Manfieldsko*, hvor den bageste Stang er savet bort. Til »Calle« bruger jeg en kort *Taa* paa Hestene;

det er nødvendigt, hvis de skal gaa hurtigt fra Start.

— Hvis man nu arbejder en Hest meget paa haard Bane med »Calle«, risikerer man saa ikke, at Hesten gaar i Stykker ved at faa et Vrid i Kodeledet?

— Jo, det gør man, men jeg holder ogsaa dem med »Calle« i Arbejde paa Amager, hvor baade Stang og Knopper gaar ned i Banen.

— Hvad har Nollo haft paa?

— *Til Derby'et havde Nollo glatte *Sko*, men da jeg skulde til Odense med ham, vidste jeg, at her drejede det sig nok bare om at faa Hesten til at gaa fejlfrit, og derfor gav jeg ham en tynd *Sko* med Stang og Knopper, for at jeg kunde være sikker paa, at han fik fat i Banen.*

— Nu tror jeg, Læserne er blevet indviet lidt i *Mysterierne*; skal vi slutte af med et *Juleønske*?

— *Startvognen!* Med den følger flyvende Startafgang, mindre Spat, mindre Vægt, længere Check, ingen Jordblænder, alle faar lige Chance og sidst, men ikke mindst: *Bedre Rekorder!* — *Og flere tilfredse *Spillere!**



Janco
PRÆSENTERER DE NYE BLUSER

Gredana

Aarets Ladies Cup- og Hubertus-Vinder,
Frk. Elmeskov, rider i Janco-Gredana-Ridebluser