

Mārtiņš Blūms: "Mani iedvesmo cilvēki, kuri seko līdzīgi maniem sasniegumiem un rezultātiem."



Turpinām lepoties un iepazīt mūsu novadniekus. Šī gada vasara ir bijusi aktīva un panākumiem bagāta mūsu novadniekiem, tādēļ, pamazām tuvojoties 2022.gada noslēgumam, uz sarunu aicinājām mūsu novadnieku, riteņbraucēju Mārtiņu Blūmu, lai uzzinātu, kā aizvadīta 2022.gada kalnu riteņbraukšanas sezona.

Mārtiņš Blūms ir Cēsu novadnieks, kurš sportista karjeru sācis BMX trasē, tomēr, izmēģinot dažādus sporta veidus, palicis pie kalnu riteņbraukšanas, kļuvis par Latvijas vienīgo profesionālo MTB riteņbraucēju un šogad sasniedzis lieliskus rezultātus pasaules labāko braucēju konkurencē.

Sveiks, Mārtiņ! Pirmkārt, apsveicu ar sezonas beigām. Pastāsti, kā pavadi pirmās atpūtas dienas pēc garās sezonas un kas vēl jāpaspēj, pirms sākas gatavošanās jaunajai sezonai?

Sveika, ja godīgi, tad pirmās dienas ir tādas kādas ir. Sākotnēji sports nebija nolikts malā, tomēr tikko veicu operāciju, no kuras man kādu brīdi būs jāatlabst. Drīzumā dodos ceļojumā, lai atpūstos un iegūtu lielāku motivāciju nākamās sezonas sasniegumiem.

Pastāsti, kuru komandu Tu šogad pārstāvēji un kā Tev šogad sekmējās?

Jau piekto gadu pārstāvu "CST PostNL Bafang" komandu. Tās nosaukumi laika gaitā ir mainījušies un, visticamāk, mainīsies arī nākamajā sezonā. Katru gadu, startējot šajā komandā, redzu savu progresu un attīstību. Arvien labāk iejūtos komandā un varu pilnvērtīgi izmantot visas komandas nodrošinātās iespējas, kas palīdz sasniegt vairāk un gūt labākus rezultātus.

Kāda ir pēcgārša pēc sezonas?

Esmu apmierināts ar to, ko paveicu šajā sezonā. Maija vidū guvu atslēgas kaula lūzumu un domāju, ka tas ļoti ietekmēs šīs sezonas sniegumu. Nebiju drošs, cik veiksmīgi varēšu startēt sacensībās, tomēr arī šogad esmu guvis panākumus un varu būt priecīgs.

Pastāsti, lūdzu, sīkāk kas ir MTB un kas Tevi riteņbraukšanā aizrauj visvairāk?

MTB ir kalnu divriteņu olimpiskais kross. Tas ir ļoti dinamisks un daudzpusīgs sporta veids. Sacensībās piedalās vairāk nekā 140 pasaules labākie braucēji un sacensību ilgums ir aptuveni pusotra stunda. Sacensības notiek augstā intensitātē un norisinās trasē, kurā ir gan kāpumi, gan nobraucieni, kā arī līdzenāki posmi, tostarp akmeņu sekcijas un lēcieni.

Šajā disciplīnā pats aizraujošākais ir nemitīga sava ķermeņa attīstīšana un iepazīšana. Katru gadu mācāmies dažādas treniņu metodes, pētām sevi un iegūtos datus analizējam, lai sasniegtu labākos rezultātus. Treniņu daudzveidība sniedz gan pozitīvas emocijas, gan, pats galvenais – labākus rezultātus.

Pastāsti, kāda ir MTB riteņbraucēja ikdiena. Cik reizes nedēļā trenējies?

Nometnēs notiek divi treniņi dienā, 12 treniņi nedēļā, kas kopumā veido no 20 līdz 35 treniņu stundām nedēļā. Savukārt sacensību nedēļās treniņos aizvadītais laiks ir mazāks, lai paspētu atgūt spēkus nākamajiem startiem. Šādās nedēļās treniņos tiek aizvadītas aptuveni 15 stundas.

Kā ar nesezonu? Vai arī šajā laikā trenējies tikpat daudz?

Nesezonā varu vairāk trenēties pēc savas sirds patikas. Daru vairāk to, kas man sagādā prieku. Uz riteņa pavadu mazāk laika. Nesezona, manuprāt, ir kā mentālā atpūta. Taču no otras puses, tieši šajā laikā notiek lielākais treniņu darbs, lai sagatavotos gaidāmajai sezonai.

Kas ir Tava komanda un cik tajā ir cilvēku?

Kā jau minēju, pārstāvu Nīderlandes komandu un pārsvarā komandā ir Nīderlandes apkalpojošais personāls. Komandā ir seši braucēji, trīs mehāniķi, trīs fizioterapeiti,

komandas menedžeris, direktors, fūres šoferis un sociālo tīklu profilu veidotājs. Vēl komandā darbojas treneris un sporta ārsts, kas katram braucējam ir individuāls. Kopumā esam salīdzinoši liela komanda.

Kuras no sacensībām Tev palikušas atmiņā visvairāk un kādēļ?

Visspilgtāk atmiņā paliks šī gada UCI kalnu ritenbraukšanas pasaules čempionāts Francijā. Šajās sacensībās diezgan neveiksmīgi iesāku saīsinātās distances startu. Tajā brīdī bija sajūta, ka turpināt sacensības nav vērts, varbūt ir jāizstājas no tām un jāgatavojas pamata sacensībām, kas norisinājās divas dienas vēlāk. Tomēr saņēmos un sapratu, ka braukšu līdz galam. Lēmums bija pareizs un finišēju ar līdz šim labāko rezultātu saīsinātajā distancē. Šis brīdis man pašam liekas īpašs un motivējošs.

Kādi ir turpmākie mērķi, kurus vēlies īstenot?

Nākamajā sezonā mans mērķis ir tikt uz pasaules čempionātu, lai iegūtu kvotu dalībai Olimpiskajām spēlēm Parīzē. Viss mans turpmākais darbs un treniņi principā tiek pakārtoti šim mērķim un tā realizēšanai.

Kas Tevi iedvesmo sasniegt vairāk?

Iedvesmu ir grūti definēt. Man pašam ir vēlme izzināt to, kur ir manas robežas, tam papildus mani iedvesmo cilvēki, kuri seko līdzī maniem sasniegumiem un rezultātiem. Cilvēki, par kuriem pat nenojaušu un atbalstītāji, kuri uzslavē un sniedz pozitīvas emocijas.

Vai kādreiz ir bijušas šaubas par izvēlēto karjeru?

Sports vienmēr ir bijusi daļa no manas dzīves. Iepriekš esmu nodarbojies ar dažādiem sporta veidiem, tomēr mana nākotnes vīzija vienmēr ir bijusi saistīta ar MTB. Man patīk atrasties dabā, mani aizrauj daudzveidība un savas dzīves apgūšana no cita skatupunkta, tā kā varētu teikt, ka par izvēlēto ceļu neesmu šaubījies.

Esi Latvijas vienīgais profesionālais MTB ritenbraucējs. Kas ir tā atbildība, kas Tev šajā tēlā ir jānes?

Atbildība, viennozīmīgi, ir liela. Mani atbalsta olimpiskā vienība un man ir jāasniedz attiecīgi rezultāti, lai gūtu šo valsts atbalstu. Izjūtu atbildības sajūtu arī pret komandu, jo man ir jāstartē ar atzinīgiem rezultātiem, jo šis tomēr ir atalgots darbs. Man vienmēr sevi ir jāuztur labā formā un jābūt vienam no labākajiem sacensībās.

Kura, Tavuprāt, ir Latvijā labākā trase, kur jaunie sportisti uzsākt treniņu gaitas?

Grūti teikt, tomēr viena no labākajām trasēm varētu būt Ogres zilie kalni. Šī ir krosa trase, kurā notiek krosa seriāls un kopumā teritorijā esošā trase laika gaitā ir uzlabota un kļuvusi interesantāka. Tomēr jāatzīst, ka arī Cēsis ir ļoti laba vieta, kur trenēties.

Mums ir pateicīgs reljefs un apkārtējā vide, lai brauktu, trenētos un gūtu iemaņas.

Kādi dabas elementi veido ideālu trasi un kuri no tās posmiem Tevi aizrauj visvairāk?

Mani aizrauj lēcieni, tomēr ļoti interesantas ir arī akmeņu sekcijas, kuras pie mums Latvijā ir ļoti maz, jo tās nav Latvijas dabai raksturīgas un ir jāveido mākslīgi, tādēļ ir svarīgi trenēties arī ārpus Latvijas robežām. Savukārt lēcieni mani aizrauj jau no pašiem karjeras pirmsākumiem.

Kādas ir Tavas intereses ārpus profesionālās sportista karjeras?

Tie viennozīmīgi ir dažādi hobiji. Ziemā nodarbojos ar slēpošanu. Ārpus sporta mani ļoti interesē kafijas pasaule. Mani aizrauj dažādie kafijas veidi un specifika, kā arī gatavošana, kuru esmu apguvis ceļošanas laikā.

Vai Tev ir kāda mīļākā vieta Cēsu pilsētā vai Cēsu novadā?

Mana mīļākā vieta ir Priekuļu biatlona trase un tās apkārtnē. Ja esmu Latvijā un man ir brīvais laiks, tad dodos tur gan slēpot, gan pavadīt brīvo laiku.

Mārtiņ, liels paldies par sarunu. Vai vēlies ko novēlēt Cēsu novadniekiem uz valsts svētkiem?

Jā, protams! Turpināsim kopīgi un ar degsmi darboties Latvijas un Cēsu novada labā. Attīstīsim jaunas vietas, Cēsis un novadu kopumā, kā arī novēlu nepadoties pie grūtībām. Būsim vienoti un pavadīsim šos nozīmīgos svētkus kopā!