

12.03.2024.

Sportista komentārs

Leons Kozlovskis gatavojas sezonai

2023. gada MX Open 450 klases līderis, nepārspētais, pieredzējušais motosportists, treneris un motokluba “MX Ādaži” vadītājs **Leons Kozlovskis** šogad vēl aktīvāk gatavojas gaidāmajai 2024. gada motokrosa sezonai.

“Pēc pagājušā gada sezonas esmu mainījis savu treniņu plānu. Daudz vairāk trenējos fiziski. Atzīšos, ka pēdējos divus gadus biju “palaidies”. Kā treneris sporta zālē vairāk uzmanību pievērsu bērniem, tad tie treniņi man pašam vairāk vai mazāk izpalika. Šogad katru dienu eju Ādažos uz sporta zāli. Ar motociklu braucu treniņus divas reizes nedēļā. Daudz braucu ziemā arī ar “šipotām” riepām. Strādāju ar sevi. Ir arī audzēkņi, kurus trenēju, bet grafiks ir savādāks, kā iepriekšējos divos gados. Redzēšu, kā jutīšos. Man savos 50 gados ir jābūt labā tonusā. Pagājušajā gadā, kad braucu, bija brīži, ka spēki bija jātaupa. Nevarēju braukt uz visiem 100. Zināju, ka mājas darbu neesmu līdz galam izdarījis. Šogad gatavojos. Jūtos labi. Sezonā redzēsim, kā ies. Nevienā brīdī negrāso riskēt. Skatīšos, kā būs sagatavojušies konkurenti. Ja sezonas laikā jutīšu, ka vajag pielikt pie fiziskās sagatavotības vai motocikla braukšanas, tad to darīšu, jo sezona ir pietiekami gara. Kā pagājušajā gadā pierādījās, jaunieši un bijušie Pro klases braucēji, kas pārnākuši uz MX Open klasi, sāka mani “spaidīt”, kaut arī ir viņi ir jaunāki par mani. Man ir jānotur latiņa. Man ir tāds raksturs, cīnos, cik varu,” saka Leons Kozlovskis.

Ir visādas nianšes, kas saistītas arī ar tehniku, pie kurām sportistam ir jāpierod. “Šobrīd ar motociklu viss ir kārtībā, zinu, kas ir vajadzīgs. Gatavošanās process ir vieglāks. MX Open klasē trīs reizes esmu uzvarējis, esmu sevi pierādījis. Šosezon braukšu Latvijas čempionātā MX Open klasē un Latvijas kausā motokrosā 50+ klasē.

Visiem novēlu veselību, bez traumām, tiekamies pie starta un domājam līdzī. Sezona ir gara, nevajag neko pierādīt pirmajās vai otrajās sacensībās. Jānobrauc visa sezona un tad tik būs gala rezultāts,” tā Leons Kozlovskis.

Informāciju sagatavoja Luīze Vīksna (LaMSF preses sekretāre)