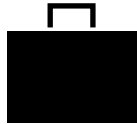


CHARTER-MARTIN: Med fullt fokus på Kickstart-prosjektet blir det lite tid til skirenn for Martin Johnsrud Sundby denne sesongen. I tillegg skal han lede en treningsreise til Kypros for charterarrangøren Ving.



Dubai er helt rått. Jeg liker meg også godt i New York. Det er noe med de grandiose, store greiene som appellerer

 FAVORITTLAND Italia	 BESTE FERIE TYPE Strand og storby	40-50 ANTALL LAND JEG HAR VÆRT I	 DRØMMER OM New York	 ALLTID I KOFFERTEN Treningsstøy
---	---	--	--	---

FÅR FOLK I FORM PÅ FERIE

Han har lagt skikarrieren på is. Nå skal Martin Johnsrud Sundby hjelpe charterturister med å finne formen på en solrik ferieøy i Middelhavet.

Tekst: RUNAR LARSEN *Foto:* VING

Hva er ditt forhold til Syden?

– Før jeg fikk barn var det totalt fraværende. Jeg var aldri på charterferie i min egen oppvekst, og første reise av denne typen gikk til Ocean Beach Club på Kreta i 2017. Det var kona som booket. Jeg var skeptisk av natur, og midt i min aktive karriere. Men det var faktisk midt i blinken, med gode treningsfasiliteter og aktivitetstilbud. Året etterpå var vi tilbake på et lignende konsept på Kypros.

Og nå blir det chartertur med treningsfokus. Fortell!

– Dette er en «spinoff» fra Kickstart, som kort forklart er et livstilsendningskonsept jeg driver sammen med klinisk ernæringsfysiolog Anette Skarpaas Ramm. Vi hjelper dem som har behov for å endre livsstil av ulike grunner, og er med på hele reisen fra helsescreening til oppfølging, treningsplaner og kosthold underveis. Dette er for dem som har behov, og ikke for å bli litt bedre på ski eller perse med 10 min på Birken. Treningsreisen til Kypros sammen med Ving er litt annerledes, og åpen for alle. Men vi synes det hadde vært superkult om vi fikk med folk som ikke har vært på sånne reiser før.

Hva håper du selv kan bidra med?

– Jeg er rimelig god på å motivere folk. I tillegg har jeg en iboende glede av å se at de lykkes, og så har jeg jo masse erfaring med trening og fysisk aktivitet.

Nå blir det også mer tid til egne ferier?

– Ja, og ikke minst mer samvittighet til å reise på ferie. Nå var jeg nettopp på høstferie for første gang. Vanligvis har jeg jo jaget snø på denne tiden, men vi kommer

Martin Johnsrud Sundby (38) er tidligere langrennsløper. Driver livstilsendningskonseptet Kickstart, og skal samarbeide med Ving om treningsreiser til Kypros i vinter.

helt sikkert til å reise mye mer framover, som familie.

Har du fått sett verden på dine reiser?

– Jeg har alltid vært veldig fokusert, og fått lite igjen for turene sånn utover langrenn. Det er trening og konkurranse, og så komme seg så raskt til liggende stilling som mulig. Så det er litt kjipt å ha reist verden rundt uten å se så mye, men opplevelsene har aldri vært ambisjonen. Det kan sikkert sammenlignes med å jobbe i næringslivet, hvor man ikke gjør noe annet enn å sitte i møter.

Hva slags feriemenneske er du?

– Jeg liker strand og sol, og skal jeg på ferie må det være til et sted med varmere klima enn i Norge. Og det er slike ferier jeg kommer til å prioritere framover. Men det kan jo være så mangt, som Sør-Europa og Middelhavet. Dubai og Mauritius var også fantastisk. Jeg har egentlig ikke feriert på så mange eksotiske steder, så jeg har en del sjekkpunkter der. Særlig i Asia.

Går ferie og trening hånd i hånd?

– Trening går hånd i hånd med hverdagen! Jeg har et mentalt behov for å røre meg, og blir i dårlig humør om jeg ikke får en

treningsøkt. Behovet for å trene er der alltid, men jeg kan være effektiv – en time for meg selv er fint. Nå har jeg tre aktive gutter mellom to og ni år, så jeg kommer aldri i faresonene for å få legge meg ned på stranda i mer enn 3-5 minutter av gangen. Men jeg trives best når jeg kan være aktiv, om det er fotball med gutta, tennis eller bare svømme, bade og herje.

Tips til spennende skiparadis?

– Da skal du sette deg på flyet og komme deg til USA. Nærmere bestemt Sun Valley, Idaho.

Beste ferieopplevelse?

– Italia og Frankrike. Vi reiste rundt med bil fra hotell til hotell. Det var gøy. Særlig Gardasjøen var fint.

Verste reiseopplevelse?

– Jeg koser meg alltid på tur. Hovedproblemet er at jeg ikke er så glad i å fly, og kjenner alltid at jeg må jobbe litt med egen irrasjonalitet for selve flyturen.

Hvor får du servert den beste maten?

– Jeg er ganske altetende, og ikke veldig kresen. En god hotellbuffet er alltid bra.

Hvilket sted ute i verden gjorde størst inntrykk?

– Dubai er helt rått. Jeg liker meg også godt i New York. Det er noe med de grandiose, store greiene som appellerer til meg.

Hva med Norge som reisemål?

– Jo villere, jo bedre. Jeg er glad i Jotunheimen. Ellers er det fort Nord-Norge og Lofoten som tiltrekker meg som ferie-destinasjon her til lands. ■