

Matěj König

Takhle zní vítězství



mladá fronta

Takhle zní vítězství

Vyšlo také v tištěné verzi

Objednat můžete na
www.mf.cz
www.albatrosmedia.cz

mladá fronta

Matěj König
Takhle zní vítězství – e-kniha
Copyright © Albatros Media a. s., 2026

Všechna práva vyhrazena.
Žádná část této publikace nesmí být rozšiřována
bez písemného souhlasu majitelů práv.

ALBATROS  **MEDIA**

***Takhle zní
vítězství***

Matěj König

Takhle zní vítězství

mladá fronta



ČTI ZA NÁRODÁK!

První stránka – a jste v národ'áku. Každá další nás posouvá blíž k vítězství. Co vám čtení přinese? Zjistíte na www.ctizanarodak.cz. Albatros Media podporuje osvětovou nekomerční kampaň na podporu čtenářství, kterou inicioval Svaz českých knihkupců a nakladatelů.

Můj příběh aneb kde a jak to začalo?

Co tě v téhle části čeká?

Připrav se na start! Dozvíš se, že nikdo z nebe učený nespadol – ani já. Prozradím ti, jak mě rodiče poprvé učili zatáčet na lyžích a jak jsem se ze školních hřišť a tělocvičen postupně prokoušal až k natáčení videí a k překonávání velkých sportovních výzev. Bude to jízda plná pádů, hledání, ale hlavně obrovské radosti z pohybu.

V knížce tě vezmu na cestu od mých úplně prvních sportovních krůčků a archivních fotek z dětství až po natáčení velkých projektů. Ukážu ti, co všechno jsem musel udělat pro to, aby se mi začaly plnit sny. Projdeme si spolu moji cestu od základky až po vysokou školu, protože i když jsem žil sportem, škola pro mě byla vždycky důležitá. Dozvíš se, jak se dá zvládnout

učení i tréninky, jak důležitý je správný tým a podpora rodiny, která mě motivovala, abych to nevzdal. Společně prožijeme radost z prvních medailí, ale podíváme se i na to, co dělat, když se zrovna nedaří – třeba jako při mé první velké přípravě na Ironmana. Ukážu ti, kdo mě v životě inspiruje nebo třeba jak se starat o svoje tělo, aby ti sport přinášel hlavně radost a zdraví.

Hlavním cílem téhle knížky je totiž povzbudit tě k tomu, abys začal/a sportovat, nebo v tom i nadále s chutí pokračoval/a, zkoušel/a nové věci a našel/našla si ten svůj pohyb, který tě bude bavit.

Není to ale jen o čtení. Na mnoha místech v knížce narazíš na QR kódy – jakmile na ně namíříš telefon, otevrou se ti odkazy na videa, kde tě osobně pozdravím nebo ti ukážu nejrůznější sportovní momenty. Podíváme se společně na moje úplně první videa, která jsem natáčel na sociální sítě v době, kdy jsem teprve začínal a všechno se učil. Čekají tě i rozhovory se zajímavými osobnostmi a sportovními mistry, kteří ti prozradí své rady, jak to v životě i ve sportu nevzdat.

A víš, co je na tom úplně nejlepší? Že na to nemusíš být sám/sama! Tyhle QR kódy si klidně načti společně s rodiči. Tvoji mámu nebo tátu totiž bude taky určitě zajímat, jak trénuje olympijský vítěz nebo co říká pan doktor o tom, proč je tak důležité nosit helmu.



Společně s nutričním odborníkem zjistíte, že i fast food se dá jíst docela slušně, když ho dobře nakombinuješ, a že trénovat pětkrát týdně není vždycky úplně to nejlepší. Je to skvělá příležitost probrat spolu, kdy je potřeba dát si pauzu a odpočívat, aby tě sport pořád bavil a neničil ti tělo. Může to být vlastně i taková vaše společná cesta, tak si ji užijte jako tým!





AHOJ,
JSEM
MATEJ.



Ahoj, jsem Matěj. Jdeme na to!



Ahoj! Jsem moc rád, že držíš tuhle knížku v rukách. Už jako malý kluk jsem byl takové to dítě, co chvíli neposedí. Pořád jsem někde skákal, běhal, házel míčem a zkoušel všechny možné sporty, které mě zrovna napadly. Někdy mi to šlo, jindy to byla docela legrace, ale v téhle knize bych ti rád ukázal hlavně to nejdůležitější: jak mě sport naučil mít opravdovou radost z pohybu.

Pohyb je totiž ta nejlepší věc, kterou pro sebe můžeš udělat. Pomůže ti cítit se lépe, mít čistou hlavu a víc energie na

všechno, co tě baví – od školy až po hry s kamarády. Sport tě naučí, jak se nevzdat, když přijde překážka, a dá ti sílu, kterou využiješ úplně každý den, i když zrovna nebudeš na hřišti nebo v tělocvičně. Je to cesta, jak být silnější nejen v těle, ale i v tom, jak přemýšlíš a jak si věříš.

Chtěl bych ti vyprávět o tom, jak jsem díky němu postupně poznával, co všechno moje tělo dokáže – a věř mi, že tě tvoje vlastní tělo dokáže kolikrát pořádně překvapit! Sport mi do cesty přivedl hromadu skvělých lidí a kamarádů, které bych jinak nikdy nepotkal, a hlavně mi ukázal směr, jakou cestou můžu v životě jít.

Možná si teď říkáš, že přeci nejsem žádný superhrdina z filmu, který by všechno hned zvládl, ničeho se nebál a všechno mu šlo samo od ruky. A máš pravdu, to opravdu nejsem! Nemusí být totiž každý hned mistr světa. I já jsem musel začínat úplně od začátku a všechno se postupně učit. Byly doby, kdy jsem neuměl vůbec nic, pletly se mi nohy a sporty mi fakt nešly. Ale naučil jsem se jednu zásadní věc: když na to půjdeš pomalu, po malých krůčcích, a budeš dělat to, co tě doopravdy baví, dokážeš nakonec velké věci a dosáhneš úspěchů, o kterých se ti dneska třeba jen zdá.

Moje cesta vedla přes školní hřiště, tělocvičny a nekonečné tréninky až k natáčení videí. Nebylo to vždycky snadné – musel jsem se naučit, jak skloubit učení ve škole, psaní úkolů a sport, který jsem miloval. Kolikrát se mi po škole už nikam nechtělo,

byl jsem unavený a raději bych zůstal u počítače. Ale právě v těch chvílích jsem zjistil, že když člověk překoná sám sebe a vyrazí ven, vrátí se mu to v podobě skvělé nálady a energie, kterou mu nic jiného nedá.

Nebudu ti nic nalhávat – spoustakrát jsem spadl a pořádně si natloukl. Spoustakrát jsem prohrál zápas a mockrát se mi něco nepovedlo tak, jak jsem si naplánoval. Ale právě díky tomu jsem zjistil, že nejdůležitější není mít na krku zlatou medaili a být vždycky první. Nejdůležitější je se nevzdat, i když se ti zrovna nedaří a nejraději bys s tím přestal/a.

Proto věřím, že ti tahle kniha pomůže najít tvou vlastní cestu. Věřím, že tě bude bavit a ukáže ti, jaké kouzlo v sobě sport schovává. Napsal jsem ji proto, abych s tebou sdílel svoje skutečné příběhy – svoje chyby, pády, ale také ty největší radosti. Budu moc rád, když tenhle příběh prožiješ se mnou a třeba v něm najdeš kousek sebe. Ať už jsi nadšený sportovec nebo sportovkyně, nebo jsi prostě jen obyčejný kluk či holka, které baví sledovat moje videa a chceš se dozvědět něco víc o mém světě, jsi připraven/a? Tak jdeme na to!

Moje první sportovní kroky: K chaloupce a k vleku!



Sport mě provází v podstatě od chvíle, co jsem se naučil chodit. Moje úplně první sportovní vzpomínka sahá do doby, kdy mi byly teprve tři roky. Tehdy jsem se poprvé postavil na lyže. Možná si říkáš, že ve třech letech je člověk ještě prcek, ale mě to tehdy hrozně chytlo. Stalo se to v našich nejvyšších horách, v Krkonoších. Konkrétně v Modrém dole pod Studniční horou, kousek od Pece pod Sněžkou.

Nebyla tam ale žádná sjezdovka s moderní lanovkou – museli jsme šlapat hodinu pěšky z Pece až nahoru na jednu louku, kde stála horská chalupa, ve které jsme byli ubytovaní. Byl tam takový malý svah, mohl mít kolem 200 metrů. Pro dospělého

nic moc, ale pro tříletého kluka to byla regulérní velehora! Právě tam jsem se učil dělat první obloučky a s tím se pojí jedna hláška, kterou na mě rodiče pořád volali: „K vleku! K chaloupce!“ Ten kopeček byl totiž přesně mezi vlekem a naší chatou. Takže instrukce byly jasné: „Ted' zatoč doleva k vleku, ted' doprava k chaloupce!“

Kromě toho na mě ale táta a ostatní dospělí volali ještě něco: „Matěji, neseď v tom jako na záchodě!“ Měl jsem totiž váhu moc vzadu, což znamená, že jsem byl na lyžích až moc pokrčený, jako bych si chtěl na tom sněhu dřepnout. Vypadalo to zkrátka tak, jako by si tam člověk zrovna na chvíli odskočil na toaletu. Vždycky mě to velmi rozcílilo a snažil jsem se jim dokázat, že to tak není, ale marně. Až později jsem pochopil, že se musím víc narovnat a váhu přenést dopředu, abych tenhle svůj „lyžařský záchod“ konečně opustil.

I když si ze mě dospělí dělali trošku legraci, lyžování jsem si hrozně užíval. Miloval jsem ten pocit, když se rozjedeš z kopce, všude kolem je bílý sníh a ty prostě jenom letíš dolů. Tenhle pocit mi mimochodem zůstal dodnes. Samozřejmě jsem si ale musel dávat velký pozor. Pamatuj, že jsem byl fakt malý kluk a v té době hory vypadaly jinak – nebylo tam tolik lidí a bezpečnosti se nevěnovalo tolik pozornosti jako dneska. Proto jsem se vždycky musel držet tátovy rady: jezdit opatrně a mít dospěláka na dohled. Máma s tátou mě sice docela drilovali a musel jsem se poctivě učit každý oblouček, ale ta radost z pohybu byla silnější.

Musím ti ale něco říct na rovinu – ne vždycky se mi chtělo. Občas byla hrozná zima, mrzly mi prsty u nohou a já bych radši zůstal v teple na chatě, hrál nějakou hru nebo si prohlížel knížku. Přiznejme si to: i když nás rodiče někdy do sportování trochu „tlačí“, myslí to s námi vážně dobře. Člověk to v tu chvíli třeba úplně nedocení, ale bez toho poštouchnutí od mámy nebo táty bys ty nejlepší zážitky v životě nikdy neměl/a.

Tohle byly moje úplně první sportovní začátky, které pak pokračovaly dál. Když mi bylo šest, začala škola a s ní přišla i moje nejoblíbenější věc: tělocvik. Na každou hodinu jsem se těšil jako na Vánoce. Postupně jsem zjišťoval, že mi ty sporty celkem jdou, a začal jsem reprezentovat školu v čemkoliv, co se dalo – od školních fotbalových turnajů až po vybíjenou, kde jsem byl dokonce kapitánem!





V těch šesti letech jsem taky poprvé zkusil tenis a vydržel jsem u něj neuvěřitelných 15 let. Trénoval jsem v areálu na Hamru klidně třikrát týdně, ale nebylo to vždycky růžové. Někdy jsem si na kurtu připadal jako neporazitelný stroj a míčky lítaly přesně tam, kam jsem chtěl. Ale jindy? Jindy jsem se cítil, jako kdybych držel raketu v ruce poprvé. Byl jsem naštvaný a frustrovaný, že mi to nejde. Tenis mě ale naučil jednu zásadní věc: na tom obrovském kurtu jsi úplně sám/sama a musíš se spolehnout jenom na sebe. Nikdo jiný ti v tu chvíli nepomůže, a i když se ti zrovna nedaří, musíš to zvládnout.

Když konečně skončil školní týden, tak víš, co na tom bylo úplně nejlepší? Jasně, přišel víkend a žádná škola, ale taky ten nejlepší čas strávený venku s kámošema! Všichni jsme se sešli na hřišti kousek za domem na pražských Vinohradech. Dorazili kluci a holky z celého okolí a sváděli jsme nekonečné souboje o každé vítězství. V našich hlavách jsme nebyli jen děti, co si hrají kousek od domu. V tu chvíli jsme byli nejlepšími fotbalisty světa, hvězdnými basketbalisty nebo florbalovými šampiony. Představovali jsme si, že kolem nejsou žádné známé ulice ani stromy, ale obrovské tribuny plné lidí, kteří skandují naše jména a sleduje nás úplně celý svět.

Já jsem byl většinou ten, kdo to celé domlouval. Nechtěl jsem ztrácet čas, tak jsem se snažil co nejrychleji sestavit týmy. Moje role byla rozdělit hráče tak, aby to bylo spravedlivé a byli jsme si rovnocennými soupeři. Chtěl jsem, aby si hru všichni užili

a aby to byl pro obě strany pořádný sportovní zážitek. Většinou jsem hrál v útoku, snažil jsem se dávat góly nebo koše a pořád jsem někde běhal. A když už jsem fakt nemohl? Tak jsem šel do brány, udělal ze sebe pomyslnou zed' a snažil se nepustit žádnou střelu. Bavilo mě zkrátka sportovat na jakémkoliv místě v týmu.

Hrály s námi i holky – někdy nám fandily, ale často se do hry zapojily s námi. Museli jsme pak hrát ještě líp, abychom před nimi nevypadali, že nám to nejde! Na hřišti jsme sice byli jako dva nepřátelské týmy, které mezi sebou soupeří o zlatý pohár a nechtějí si nechat dát ani jeden gól zadarmo, ale jakmile zápas skončil, byli jsme zase ti nejlepší kamarádi a těšili se, že se uvidíme hned další víkend.

A teď, když už víš, jak to všechno začalo na krkonošských loukách a tenisových kurtech, pojďme se podívat, co se stalo, když se tyhle sportovní sny začaly měnit v něco úplně jiného...

Možná tě teď rodiče taky občas do něčeho trošku nutí a tobě se zrovna nechce od rozehrané hry nebo videa. Zkus jim pro tentokrát věřit a jdi do toho! Uvidíš, že ty nejlepší zážitky začínají přesně tam, kde končí tvoje „mně se nechce“. Pamatuj, že každý mistr světa totiž kdysi začínal jako malý prcek na louce nebo na úplně obyčejném hřišti, které máš možná právě teď za domem i ty. Stačí jen vyrazit ven!



TADY
POPRVÉ
LYŽUJI



TENIS
JSEM HRÁL
15 LET



Vážení čtenáři, právě jste dočetli ukázkou z knihy Takhle zní vítězství.
Pokud se Vám ukázka líbila, na našem webu si můžete zakoupit celou knihu.