

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.

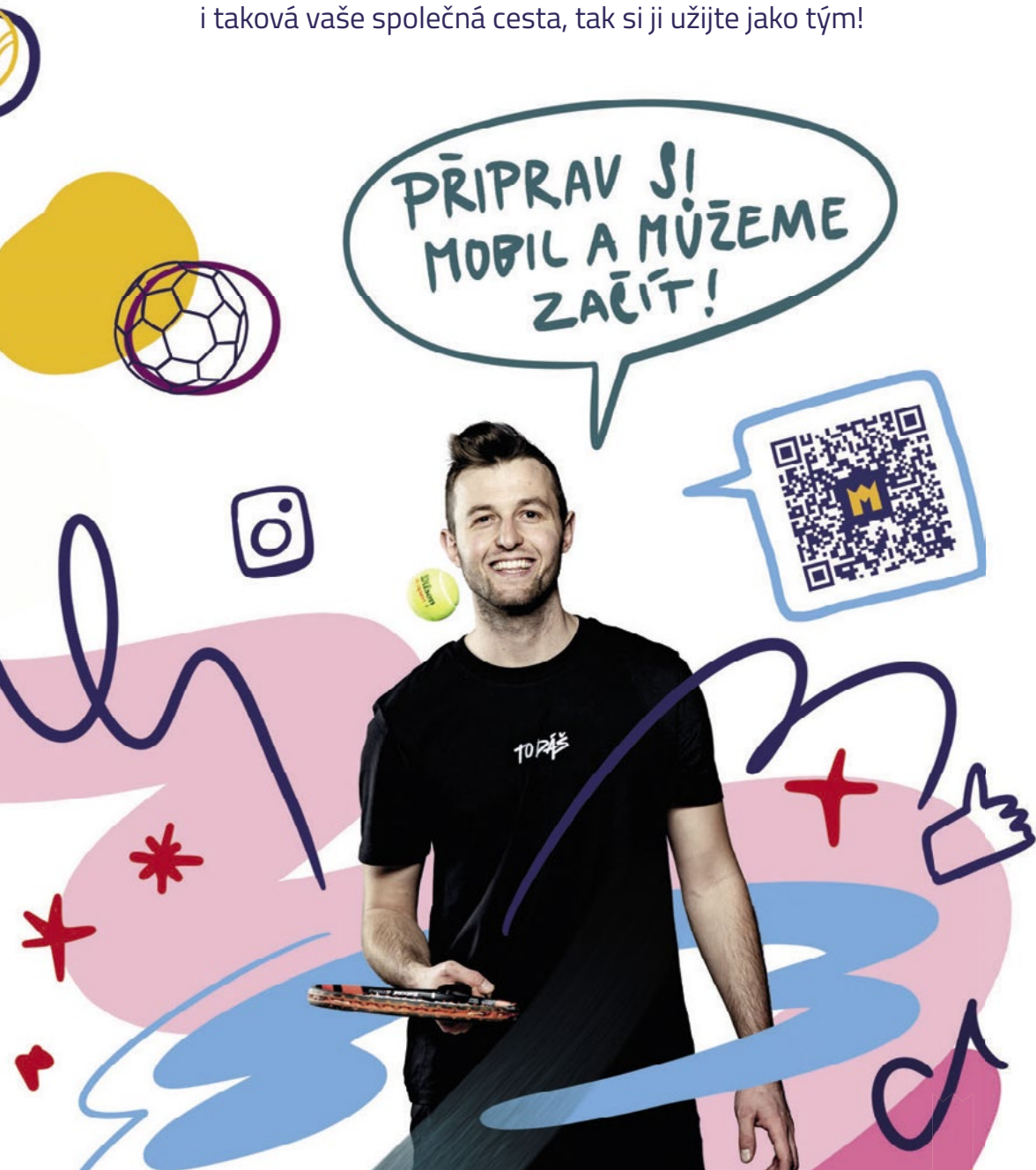
Hlavním cílem téhle knížky je totiž povzbudit tě k tomu, abys začal/a sportovat, nebo v tom i nadále s chutí pokračoval/a, zkoušel/a nové věci a našel/našla si ten svůj pohyb, který tě bude bavit.

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