

Chyby se stávají, ale nejdůležitější je reakce. Kinský o mentalitě i novém partákovvi

25.6.2026 - Dominik Jarka | Česká olympijská

Turbulentní sezonu má za sebou triadvacetiletý brankář Antonín Kinský. V anglickém Tottenhamu dlouho čekal na šanci, a když ji konečně dostal, prožil dost možná nejtěžší zápas kariéry. Z pomyslného dna se ale dokázal odrazit. Zpátky vybojoval místo v sestavě a pomohl týmu k záchraně v nejvyšší soutěži. O mentální odolnosti i cestě na vrchol se rozpovídal na setkání sportovců, které se konalo v rámci Olympiády dětí a mládeže na pražském Výstavišti.

Vy jste se ODM zúčastnil v roce 2017 se Středočeským krajem. Tehdy se vám v týmu sešla silná generace - Adam Karabec, Martin Vitík či Patrik Vydra. Jak na turnaj vzpomínáte?
Byli to kluci, se kterými se znám od dětství, takže mám hezké vzpomínky. Jeli jsme tam s nastavením, že to bez větších potíží vyhrajdeme, ale nakonec jsme vypadli už na pomezí skupiny. Nevyšlo to podle plánu, ale i to ke sportu někdy patří.

Pro mladé sportovce je ve vztahu ke sportu často klíčová rodina. Jinak tomu nebylo ani u vás - váš otec je bývalý vynikající brankář a český reprezentant. Proto jste se rozhodl stát profesionálním fotbalistou?

Měl jsem jasno už od dětství. Chtěl jsem mít podobný život jako táta a žít se fotbalem. Vyrůstal jsem v době, kdy ještě aktivně hrál, takže jsem s ním trávil spoustu času v tréninkových centrech. Přemýšlel jsem o tom, jaký bych chtěl mít život, a postupně jsem měl jasno, že bych chtěl jít stejnou cestou.

Na jakou jeho radu nejvíce dáváte?

Vždycky mi říkal, že na každou věc existují dva úhly pohledu - negativní a pozitivní. A je pouze na mně, jaký přístup si vyberu. Tuhle radu mám v sobě hluboce zakořeněnou a pomáhá mi v těžkých chvílích. Mladým sportovcům bych chtěl vzkázat, ať si volí ten pozitivní pohled.

"Mladým sportovcům bych chtěl vzkázat, ať si volí pozitivní pohled."

Váš otec často sehrával důležitou roli při zásadních rozhodnutích ohledně vaší kariéry. Nastal někdy moment, kdy jste se mu postavil a řekl, že to vidíte jinak?

Takový zásadní moment asi ne. Byly chvíle, kdy jsem si myslel, že můj pohled je lepší. Většinou ale stačil další trénink nebo zápas a zjistil jsem, že pravdu měl on. Když se to opakovalo znovu a znovu, uvědomil jsem si, že ví, o čem mluví. Proto jsem mu vždycky věřil, i když jsem si občas myslel opak.

Ve vrcholovém sportu, jako je fotbal, už často pouze talent nestačí. Co všechno mohou mladí fotbalisté dělat, aby si svůj sen splnili?

Pokud máte opravdu velký sen, musíte se mu oddat úplně. Ve sportu je obrovská konkurence. Dnes je všechno mnohem rychlejší, silovější a zároveň pod daleko větším tlakem. Možností, kde se zlepšovat, je strašně moc - od techniky přes fyzickou přípravu až po mentální stránku. Každému navíc sedí něco jiného. Někdo potřebuje víc pracovat na dovednostech na hřišti, jiný má přirozený talent, ale musí víc posílit hlavu a naučit se zvládat klíčové momenty. Podle mě je důležité se soustředit na svou cestu a neustále hledat prostor ke zlepšení.

Je to často mentalita, která odděluje ty nejlepší sportovce od ostatních. Sám o tom dobře víte - letos vás po nepovedeném duelu v osmifinále Ligy mistrů vystřídali už po čtvrt hodině,

přesto jste se vrátil do sestavy a výrazně jste pomohl k záchraně Tottenhamu. Jak na tohle období vzpomínáte?

Tehdy přišel trenér Tudor, kterému se můj styl líbil. Rok jsem nehrál, ale cítil jsem, že se můžu vrátit do brány. Na zápas jsem se hrozně těšil. A najednou se během dvaceti minut všechno obrátilo vzhůru nohama. Večer jsem si volal s rodiči a druhý den ráno si pustil sestřih. Řekl jsem si: tady bych asi nic jiného neudělal. Teď to bolí, ale časem to přejde. Chyby se staly, ale nejdůležitější je vždycky reakce. A pokud se snažíte, šance zase přijde. Tak jsem šel znovu makat. Hodně mi pomohli také kamarádi, kondiční trenér i přítelkyně, kteří při mně stáli v těžkých chvílích.

Do Tottenhamu čerstvě zamířil slovenský brankář Martin Dúbravka. Co říkáte na novou konkurenci?

Je to výzva, v přípravě budu bojovat o místo. Probíhají jednání s klubem, jak by to mohlo vypadat dál. Mám zájem zůstat a bojovat, protože anglická liga je skvělá. Jestli budu jednička, nebo dvojka, mi řekne až trenér. Já jsem ve své hlavě byl vždycky jednička, i když jsem seděl. Se stejným přístupem půjdu i teď a věřím, že to vyjde.

V kabině tak bude i někdo, s kým si můžete popovídat v mateřském jazyce. S kým jste doteď v šatně mluvil nejvíc?

Sedím v kabině vedle Mickyho van de Vena, takže určitě s ním. A potom asi s Lucasem Bergvallem a Archiem Grayem, protože mi jsou věkově nejbližší.

Příprava na novou sezonu se už pomalu blíží. Jaký máte aktuálně program?

Byli jsme s přítelkyní čtyři dny na dovolené na řeckém Korfu. Hezké počasí, pěkné moře, skvělé jídlo. Moc jsem si to užil, protože jsem byl na dovolené po sedmi letech. Teď už ale zase fokus zpátky na fotbal. Chystám se s kondičním trenérem na další sezonu, abych byl co nejlépe připravený a posunul se tam, kam chci.

Autor: Dominik Jarka

<https://www.olympijskytym.cz/article/chyby-se-stavaji-ale-nejdulezitejsi-je-reakce-kinsky-o-mentalite-i-novem-partakovi>