

Jiří Martinko

Datum narození: 13. 10. 1999
Herní pojetí: útočné
Dřevo: Yasaka Ma Lin karbon
Potahy: Yasaka Rakza 7
Současný klub: TJ Ostrava KST



Největší úspěch v kariéře: mistr Evropy ve družstvech kadetů 2013, vicemistr Evropy družstev juniorů 2016, vítěz dvouhry juniorů na Serbian Open 2016

Začátky mé stolně-tenisové kariéry: Od šesti let jsem se věnoval tenisu i stolnímu tenisu a postupem času se mi více začal líbit stolní tenis a zůstal jsem u něj. Začínal jsem v Ostravě ve stejném klubu, kde působím dodnes. S podmínkami jsem zde velmi spokojen, bydlím nedaleko od školy i od hery.

Trenéři, kteří nejvíce ovlivnili moji výkonnost: Nejvíce asi Zbyněk Bajger, který mě naučil základní a nejdůležitější věci a jsem mu za to velmi vděčný. Momentálně je mým trenérem Karel Karásek, který s námi jezdí na extraligu, a pod jeho vedením se stále zlepšuji. Nesmím zapomenout ani na reprezentační trenéry Marka Kláska a Josefa Brauna, kteří mi předávají své bohaté zkušenosti.

Sportovní vzory: Roger Federer a Jaromír Jágr

Na stolním tenise se mi líbí: Líbí se mi ten pocit, když se mi něco povede. Například když zaznamenám skvělé vítězství, cítím se opravdu dobře a mám velkou radost.

Na stolním tenise nemám rád: Samozřejmě nemám rád prohry, ale musím se přes ně přenést. Porážky mě nutí pracovat na tréninku tvrději. Také odsuzuji, že někteří lidé nepovažují stolní tenis za důstojný sport. Myslí si, že je to strašně jednoduché a přitom je stolní tenis jeden z nejtěžších sportů, který existuje.

Můj typický „pracovní“ den: Obvykle ráno vstávám tak, abych do školy přišel v osm hodin. Strávím tam dvě hodiny a v půl desáté už hraji za stolem. Po hodině a půl se opět vracím do školy. Jakmile mi skončí studijní povinnosti, mířím opět do haly, kde odtrénuji dvě až tři hodiny. Většinou od pěti do půl osmě nebo od tří do šesti. Daří se mi skloubit studium se sportem, ve škole mám individuální výukový plán a vycházejí mi vstříc.

Můj volný den: Hlavně odpočívám, ani se nesnažím sportovat, protože prostě nemám čas ani energii. Volný čas využiji k učení nebo zkrátka dělám jen to, co se mi chce.

Má největší herní přednost a slabina: Mou předností je bekhend a slabinou naopak forhend. Také si myslím, že mám horší servis, a proto se ho snažím trénovat a zlepšovat.

Můj životní cíl: Chtěl bych být hlavně zdravý a hrát stolní tenis nejdéle co to půjde. Určitě bych se chtěl po juniorské kategorii co nejdříve dostat do reprezentačního kádru mužů.

Mé oblíbené jídlo: svíčková

Na důležité zápasy se připravuji: Když se blíží takový zápas, uberu trochu v tréninku a snažím se zaměřit na věci, ve kterých se necítím úplně jistý. Zkrátka jednoduše ladím formu. Ani bezprostředně před zápasem nevyznávám žádnou speciální přípravu nebo rituály.

Mé současné tréninkové dávky: Zvládám odtrénovat zhruba osm fází týdně, každá má v průměru dvě hodiny.

Nejhezčí místo, které jsem díky stolnímu tenisu navštívil: Kapské město, kde se v roce 2016 konalo mistrovství světa juniorů. Tam se mi opravdu líbilo a jsem opravdu rád, že jsem se tam podíval.

Počet žlutých a červených karet v dosavadní kariéře: Za celou kariéru jsem zatím dostal jen dvě žluté karty a obě za jeden víkend. Bylo to před dvěma lety, když jsem hrál první ligu v Praze.

Má oblíbená kombinace: Forhend ze tří míst. Nejdříve z forhendového rohu, poté ze středu a následně z bekhendového rohu. Tato kombinace je dobrá pro správný pohyb a je také fyzicky náročná.

Můj největší skalp: Alexandr Cassin, kterého jsem porazil ve čtvrtfinále družstev na mistrovství Evropy v Záhřebu 2016.

Stolní tenisté z Asie jsou obecně lepší než Evropané, protože: Mají lepší tréninkové podmínky a celý systém přípravy je na mnohem vyšší úrovni. Jsou prostě ve všem lepší a ví, jak trénovat správně a jak správně vychovat ty nejlepší hráče.

Nejvtipnější stolně-tenisový moment, který jsem zažil: Viděl jsem ho na videu a byl to moment z finále mistrovství Slovenska. Peter Šereda prohrál s Lubomírem Pištějem a hodil pátku strašnou silou o zem a následně ta páuka letěla přes celou halu.

Nejhorší a nejlepší školní předmět: Nebaví mě fyzika, naopak se vždy těším na zeměpis.

Nejsympatičtější hráč/hráčka na okruhu je podle mě: Vladimír Samsonov. Osobně se s ním sice neznám, ale vystupuje velmi sympaticky, příjemně a rozhodně není namyšlený.

Moje nervozita před zápasy a uklidňování: Občas jsem nervózní, ale snažím se na to nemyslet. Většinou když zápas začne, tak ze mě nervozita spadne a hraji uvolněně.

Když vedu 10:0 tak: Kazím, nechávám čestný bod.

Mé oblíbené sporty: Mám rád tenis, badminton, rád hraji fotbal i florbal. Obecně mě baví každý sport, kde se objevuje míč.

Mé koníčky a záliby: Nemám žádné trvalé záliby, spíš pokud mám na něco zrovna chuť. Někdy si zahraju na konzoli PlayStation, někdy zase sáhnu po knížce.