

JONATHAN SCHINDLER

Newsletter – Saison 2015



Mes débuts dans le haut niveau

C'est au mois de mai de cette année que j'ai commencé à m'entraîner deux fois par jour au centre national de performances à Brugg en Argovie. Je me suis très rapidement senti à ma place et intégré avec le groupe d'athlètes. Les entraîneurs m'ont rapidement préparé un programme qui m'a permis de faire de grands progrès dès les premières semaines. Le fait de devoir communiquer en anglais avec les entraîneurs et en allemand avec la grande majorité des athlètes m'a également permis de faire des progrès en langues.

Après 1 mois seulement, j'ai eu l'opportunité de pouvoir participer à ma première Coupe d'Europe à Celje (Slovénie). Je gagne mon premier combat par ippon, mais m'incline malheureusement au tour suivant. J'ai pu, grâce à ce tournoi, prendre conscience du travail qu'il me restait à accomplir pour pouvoir m'imposer dans ce genre de compétitions. Nous nous sommes ensuite rendus à Londres, puis à Sindelfingen en Allemagne pour deux autres manches de Coupe d'Europe. Mon niveau n'était pas encore suffisant pour pouvoir prétendre à une médaille, mais j'ai quand même réussi à gagner plusieurs combats et obtenir deux bons classements (respectivement 5e et 7e).





Au pays du soleil levant

Cet été j'ai eu la chance de me rendre au Japon avec une partie de l'équipe suisse de judo pour 3 semaines intensives de stage d'entraînement. Au programme : 2 à 3 sessions d'entraînement par jour. Nous étions à la très réputée université de Tsukuba, située à environ une heure de Tokyo. C'était la seconde fois que je me rendais au Japon pour m'entraîner, et j'en garde à nouveau de très bons souvenirs, tant sur le plan judo pour les progrès que sur le plan expérience de vie.

J'ai également fait d'autres stages à l'étranger au cours de l'année (Allemagne, Italie, Slovénie).



Première médaille européenne

Lors de la Coupe d'Europe de Lund en Suède en fin octobre, j'ai réussi à confirmer ma bonne forme du moment ainsi que les progrès fait au cours des derniers mois. Ceci m'a permis de me hisser jusqu'en finale du tournoi où je me fait battre par le double champion de France en titre. Ce fut une très grande satisfaction de monter sur un podium à ce niveau, et surtout une grande source de motivation pour la saison suivante.



Bilan de la saison 2015 et objectifs pour 2016

Dans l'ensemble, je suis très satisfait de cette première saison en tant que « pro ». J'ai beaucoup progressé dans tous les domaines et je finis l'année avec 2 médailles en tournois internationaux (les 2 en Italie), une médaille de bronze au championnat national (ça reste ma seule déception de l'année, car je visais le titre) et surtout une première médaille en Coupe d'Europe (l'argent en Suède).

Je repars donc encore plus motivé que jamais pour entamer cette nouvelle année 2016. Nous recommencerons très tôt et fort avec notamment plusieurs stages à l'étranger dès les premières semaines de l'année (Italie, Autriche, Belgique). Je me rendrai également en Mongolie l'été prochain pour 3 semaines intensives de stage d'entraînement.

Mes objectifs seront de continuer les bonnes performances au niveau Coupe d'Europe et gagner des médailles, ainsi que de participer et gagner des combats au niveau Coupe du Monde, sans oublier le titre national en fin d'année.



Podium du Championnat Suisse 2015

Résultats 2015 :

- 3^e tournoi Ranking national Altstätten (mars)
- 1^e tournoi Ranking national Bellinzona (mai)
- 5^e tournoi Coupe d'Europe Londres (juillet)
- 7^e tournoi Coupe d'Europe Sindelfingen (GER) (juillet)
- 9^e tournoi Coupe d'Europe Belgrade (septembre)
- 2^e tournoi international Spilimbergo (ITA) (octobre)
- 2^e tournoi Coupe d'Europe Lund (Suède) (octobre)
- 3^e tournoi international Bergamo (ITA) (octobre)
- 3^e Championnat Suisse Macolin (novembre)

Remerciements

Par cette Newsletter, je tiens à remercier sincèrement tous mes sponsors, car sans vous, rien de ceci ne serait possible. C'est grâce à vous, que je peux m'entraîner dans les meilleures conditions, afin d'atteindre mes objectifs.

Merci de croire en moi.

Sponsors actuels :



Amicalement,

Jonathan Schindler

Grandval, le 24 novembre 2015

Suivez mon actualité sur les pages suivantes :

- www.judo-moutier.com
- www.judo-jura.ch
- www.facebook.com/judojura