

Questions à Sergei Aschwanden



Entretien avec Sergei Aschwanden, médaillé de bronze aux Jeux Olympiques de Beijing 2008

Pourquoi avoir choisi le judo?

Quand j'étais petit, je me bagarrais très souvent à l'école. Alors ma mère m'a inscrit au judo pour me donner un lieu où me battre sans causer de problèmes. Au début je n'avais pas beaucoup de plaisir, car cette discipline requiert un à deux ans d'entraînement régulier pour apprendre les bases. Comme j'étais plutôt doué et que je gagnais souvent, j'ai persévéré. À mon arrivée au gymnase, j'ai bénéficié d'un programme sport-études qui m'a permis de continuer à exceller dans ce sport tout en préparant ma maturité. Une solution qui a soulagé ma mère et qui m'a permis de mener ma vie sur deux fronts: le sport et les études.

Huit titres de champion Suisse, deux de champion d'Europe, des médailles aux championnats du Monde comme

aux Jeux Olympiques! Quel est le meilleur souvenir de ce palmarès exceptionnel?

Sans aucun doute ma médaille de bronze aux Jeux Olympiques de Beijing. Un podium olympique constitue le rêve de tout sportif de haut niveau. Pour moi, elle m'a aussi permis de mettre un terme à ma carrière lorsque celle-ci était à son apogée.

D'ailleurs, l'intérêt médiatique après cette performance n'avait rien de comparable à ce que j'avais connu. Mes titres de champion d'Europe ou de vice-champion du Monde n'avaient à l'époque intéressé que la presse spécialisée et les journaux locaux. Par contre, lorsque l'avion de Beijing a atterri, une foule immense nous a honorés à l'aéroport.

Comment avez-vous vécu Beijing 2008?

Avant la compétition, nous étions au Japon pour nous préparer et les médias étaient tenus à l'écart. Je peux dire que j'ai vécu

dans une bulle de concentration jusqu'au moment des combats. Après ma médaille, la vie dans le village olympique était plutôt tranquille. La vraie «folie» a commencé lors de mon retour en Suisse.

Vous avez rangé votre kimono à la fin de l'année 2008. Comment se déroule votre vie aujourd'hui?

J'ai repris mes études. Tout d'abord à Macolin, puis, dès l'automne 2009, je serai sur les bancs de l'Université de Lausanne pour mon bachelier en sport. Vu mon âge, les études n'ont pas été faciles à reprendre. Par contre, fréquenter des plus jeunes me permet de rester au courant des tendances actuelles.

En parallèle, je dois toujours gérer les demandes provoquées par l'exposition médiatique de ma médaille de bronze. Ainsi, en automne, je me réjouis de participer à un projet de cours de judo. Destinés à des enfants d'un quartier sensible de Lausanne, ces entraînements auront lieu à l'école pendant les heures de gym.

Et côté sport?

A l'exception de quelques cours donnés dans mon club, le Mikami Judo Club à Lausanne, je n'ai plus vraiment pratiqué le judo depuis mon arrêt de la compétition. Je me suis par contre lancé un nouveau défi: courir le marathon de New York. Il s'agit juste d'un challenge personnel et non d'une compétition. En fait, je n'aime pas vraiment courir, mais cela me donne une discipline de vie rigoureuse et me maintient en forme. Ces efforts me permettent de compenser les écarts de nourriture, car je suis un épiqueur et je n'ai pas envie de me priver.

On imagine qu'avec les catégories de poids que compte le judo, votre régime devait être assez strict. Aviez-vous droit à un papet vaudois ou une fondue de temps à autre?

Avant les compétitions, le régime d'un sportif de haut niveau est contrôlé de près, car il faut être au mieux de sa forme et de son poids. Entre deux épreuves, je pouvais quand même sortir avec des amis ou me régaler chez ma mère qui fait la meilleure cuisine du monde.

Durant votre carrière internationale, vous avez beaucoup voyagé. Comment se passe votre retour à Lausanne?

Durant les déplacements à l'étranger, nous étions toujours très concentrés sur l'entraînement et les concours, sans avoir le temps de visiter les curiosités ou les musées des alentours. À Beijing, par exemple, j'ai vu la Grande Muraille de Chine parce que les journalistes voulaient y faire des photos. En fait, jusqu'à présent j'ai énormément

voyagé et passé beaucoup de temps dans des hôtels. Je suis donc très heureux de revenir à Lausanne auprès de mes amis d'enfance et de ma famille qui, tous les deux, sont essentiels pour mon équilibre. Lausanne est une ville où je me sens bien: elle a du relief, de la personnalité et me plaît par son mélange d'espaces verts et de centres urbains, entre calme et tranquillité. Sans oublier les brasseries sympathiques que je fréquente volontiers.

Si des amis étrangers venaient vous rendre visite, que leur feriez-vous découvrir?

Évidemment, je commencerais par le Musée Olympique puis par la ville de Lausanne que j'adore. Je leur ferais ensuite découvrir les paysages de Lavaux, qui est sans doute l'un des plus beaux sites au monde.



Sergei Aschwanden en quelques lignes

- Né le 22 décembre 1975 à Berne de père suisse-allemand et de mère kenyane.
- Débute le judo à 7 ans, devient ceinture noire à 18 ans, aujourd'hui 5ème Dan, l'ultime grade à être obtenu suite à un examen.
- Premier titre de champion suisse en 1993, champion d'Europe en 2000 et 2003, sur le podium aux championnats du Monde de 2001 et 2003, il termine sa carrière sportive avec une médaille de bronze aux J.O. de Beijing 2008.
- Titulaire d'une maturité en sciences économiques, il a repris ses études en 2008 dans le but d'obtenir un bachelier en sports.
- Dès la rentrée scolaire 2009, il sera directeur technique du Mikami Judo Club Lausanne.