

JOHN-JOHN DOHMEN, MÉDAILLÉ D'OR AUX JO DE TOKYO

# « L'excellence comme seul objectif ! »

« Aujourd'hui, nous sommes plus exigeants que les entraîneurs »



« Cette culture de la gagne sera un atout toute notre vie. » © D.R.

## L'interview du dimanche

**R**encontre ce dimanche avec John-John Dohmen, meilleur joueur mondial de hockey en 2016-2017.

Il nous reçoit dans la buvette de l'Orée, le club qu'il a rejoint après avoir quitté le Waterloo Ducks voici un an. Avec sa médaille d'or des JO au cou, John-John Dohmen a gagné des trophées en équipe (champion du monde, vice-champion olympique, médaille d'ar-

gent et de bronze au championnat d'Europe...) mais aussi individuellement avec le titre de meilleur joueur mondial de hockey 2016-2017. En toile de fond de ces succès, un maître-mot, l'excellence !

### ➔ Une recherche de la perfection ?

« Nous venons de très très loin. Nous étions 12 ou 13<sup>e</sup> mondial quand je suis arrivé. Nous perdions 9-10 à 0 contre l'Australie ou l'Allemagne. Nous avons franchi les étapes palier après palier en nous fixant de nouveaux objectifs. Nous avons travaillé physiquement et mentalement. Nous étions très motivés. »

### ➔ Tous les joueurs ont pu adhérer ?

« Nous avons perdu des

joueurs en chemin. Le sport, pour arriver au plus haut niveau, cela demande des traits de caractère et des atouts mentaux que tout le monde n'a pas. Certains joueurs évoluent dans le bon sens et d'autres pas. Cela requiert certaines capacités qui ne sont pas du tout physiques ou techniques. Moi par exemple, avec l'âge, je ne suis plus le joueur le plus technique ou le plus physique mais le mental reste très important. L'expérience aussi. »

### ➔ L'apport des coaches étrangers a tout changé ?

« Au début, nous avions évidemment besoin de coaches étrangers (australiens, hollandais...) parce que le niveau belge n'était pas suffisant. Ils venaient

d'une culture du hockey où il fallait être numéro Un. Ils avaient la mentalité de gagnants et savaient comment s'entraîner pour atteindre les plus hautes marches. Ils nous ont appris à gérer les échecs. Aujourd'hui, nous sommes plus exigeants que les coaches. Nous avons décidé de nous entraîner tout le temps ensemble et d'arrêter de travailler les années des Jeux olympiques. »

### ➔ Comment avez-vous pu financer tout cela ?

« La Fédération a trouvé des sponsors et ils ont vendu le projet d'avoir une médaille olympique. Elle a aussi eu l'appui du comité olym-

pique. Les clubs belges ont commencé à rémunérer les joueurs belges aussi alors qu'avant, ils ne payaient que les joueurs étrangers. C'était mal vu d'être payé à l'époque. Les joueurs ont aussi commencé à avoir des sponsors individuels. »

### ➔ Ce sera plus facile de trouver un travail après leur carrière pour ces joueurs médaillés ?

« Cette culture de la gagne sera un atout toute notre vie. Nous avons aussi la culture de l'apprentissage, de l'évolution. Nous sommes prêts à encaisser des échecs pour poursuivre un apprentissage. »

VINCENT LIÉVIN

## OSTÉOPATHE DE FORMATION

# Il se dirige actuellement vers le coaching

### Il est possible de combiner le travail et le hockey ?

« Je suis ostéopathe, mais je n'ai pas le temps de travailler pour l'instant. Je joue toujours avec les Red Lions. C'est impossible. J'ai entraîné tous les jours à Wilrijk et le dimanche nous avons un match en club. »

### Tu as déjà pratiqué et soigné des patients ?

« J'ai fini mes études en 2017 et j'ai travaillé jusqu'en 2019. Cela m'a beaucoup intéressé de travailler tant en pratique

privée qu'en hôpital. Pour les JO de 2020-2021, j'ai arrêté. Maintenant, je me suis lancé dans le coaching et je continue avec l'équipe nationale. »

### Ce métier t'a toujours attiré ?

« Quand j'étais jeune, je côtoyais des kinés, ostéopathes, médecins... C'est ce métier-là que j'avais envie de faire. »

### Le coaching te plaisait déjà plus jeune ?

« Pas du tout. J'étais quelqu'un de très timide. Je ne me voyais pas du tout là

dedans. Aujourd'hui, cela me plaît beaucoup. Je fais du coaching avec l'équipe féminine de l'Orée. »

### Avec les autres Red Lions, vous devez être des coaches très exigeants...

« Évidemment. Les joueurs actuels ont cette expérience du top niveau. On sait où l'on se situe après un échec. Nous voulons toujours progresser et le transmettre à nos joueurs et joueuses. »

### C'est ce qui manque aux Red Panthers ?

« Elles ont un potentiel, mais elles ne l'exploitent pas encore au maximum. Leur nouveau coach a gagné plusieurs fois le championnat hollandais et pourrait leur faire passer encore un palier. »

### Que penses-tu du développement du hockey dans notre pays ?

« Il y a des clubs qui sont encore trop isolés. Je pense à Arlon, par exemple. Les joueurs doivent effectuer de longs trajets. »

### Faut-il des terrains mixtes foot-hockey pour les petits clubs ?

« Cela existe déjà pour les tout petits clubs, mais ce n'est pas du tout adapté au hockey et les sticks et les équipements s'usent très vite. »

Les joueurs se plaignent parce que la balle n'avance pas. C'est bien pour les 2-3 premières années, mais après, il faut mettre en place des structures adaptées au hockey. »

V.L.I.

## UNE VIE 100 % HOCKEY ?

## « J'ai terminé l'écriture de mon livre »

Alors qu'il donne aujourd'hui des conférences en entreprises, il poursuit évidemment les entraînements : « Plus on se rapproche des JO et des grandes compétitions internationales, moins on s'entraîne en club. »

➔ **Vous êtes plus souvent ensemble que les Diables Rouges ?**

« C'est un choix que l'on a fait avant les JO de Rio, avant 2016. Nous avons décidé que l'équipe nationale était notre équipe n°1 et le club est notre équipe n°2. Nous voulions la médaille d'or. »

➔ **Encore le temps pour une vie de famille ?**

« Pas beaucoup. J'ai 33 ans. Je sais que j'aurai plus de temps après. »

➔ **Le temps de partir en vacances ?**

« Nous avons 3 semaines

sur l'ensemble de la saison. Nos congés ne correspondent pas aux congés traditionnels. Nous n'avons pas de week-end et toute notre vie tourne en fonction du calendrier du championnat et des compétitions internationales. Parfois, quand nous sommes en compétition pendant 3 semaines, il arrive que l'on oublie même quel jour on est. Nous nous disons juste : « qu'est-ce qu'on fait demain ? Un match ? Ok. » « Je ne me plains pas du tout. J'aurai une autre vie après. »

➔ **Tu vis pour le hockey depuis toujours ?**

« À partir de mes 15 ans, je n'ai fait que du hockey mais avant, j'ai fait beaucoup de tennis, du cyclisme, de football. Je combinais à chaque fois deux

ou trois sports. J'ai même fait du piano à la demande de ma maman. Je trouve qu'il faut tout essayer et puis choisir ce qu'on aime le plus. »

➔ **Tu as encore du temps pour autre chose ?**

« Après les JO, j'ai terminé l'écriture de mon livre qui sort en novembre. Cela fait deux ans que j'y travaille. J'ai tout relu et retravaillé pendant les deux semaines après les JO. Cela m'a vraiment fatigué. Il sortira à la maison d'édition Chronica. J'ai eu un bon feeling avec l'éditeur. Le livre parle principalement de hockey et un peu de ma vie privée même si je suis quelqu'un qui la protège beaucoup. Cette vie à 100 % pour le hockey a un gros impact sur la vie privée, les études... Il y a de très nombreux mariages



Son livre sortira en novembre. © Photonews

où je n'ai pas pu aller. Certains parfois ne le comprennent pas : ils disaient, « c'est bon, tu joues tous les jours au hockey, tu peux venir à mon mariage. »

➔ **La meilleure réponse, c'est la médaille d'or ?**

« En effet » dit-il en souriant. « Mes proches, mes parents, ma famille m'ont toujours soutenu. »

V.L.I.

## À PROPOS DU HOCKEY

## L'apport de la technologie

➔ **Est-ce un sport éprouvant ?**

« C'est un sport asymétrique. On devrait être plus abîmé que les joueurs de foot. »

➔ **Le suivi médical et sportif est de plus en plus technologique ?**

« Des « GPS » existent évidemment pour mesurer notre activité sur le terrain. J'y suis favorable comme coach, mais pas nécessairement comme joueur. Certaines récoltes de données peuvent être très subjectives sur un match. On peut parfois beaucoup moins courir parce qu'on n'est pas en forme... et en plus, cela coûte beaucoup d'argent. »

➔ **Tu utilises aussi une technologie belge ?**

« J'ai commencé à travailler avec une start-up liégeoise Myocène qui a développé



« Un sport qui abîme plus que le foot. » © Photonews

un dispositif unique au monde de mesure de la fatigue musculaire. Cela nous permet d'optimiser l'entraînement. Soit pour s'entraîner plus parce que les muscles ne sont pas tellement fatigués, soit pour s'entraîner moins parce qu'on est à la limite des blessures. Ce dispositif

calcule en seulement deux minutes la valeur exacte de l'indice de fatigue musculaire par intelligence. Il permet sur le long terme de mettre en lumière la progression et la résistance à la fatigue de l'athlète et ainsi contrôler le programme d'entraînement. »

V.L.I.

## ENGAGEMENT POLITIQUE

## « Favoriser plus le sport à l'école »

➔ **Que penses-tu du sport à l'école ?**

« Aujourd'hui, de nombreux jeunes détestent le sport à l'école. Ce n'est pas normal. Cela devrait être le cours le plus chouette parce qu'ils peuvent se lâcher. »

➔ **Tu as fait de la politique ?**

« J'en ai fait au cdH pour une élection régionale de 2014. André Antoine, à l'époque ministre des sports, avait fait énormément pour le hockey et il m'avait demandé de l'accompagner pour certains projets liés à notre sport. Je l'avais fait bénévolement parce que je voulais faire grandir le hockey dans tout le pays. »

➔ **Et aujourd'hui ?**

« Je m'intéresse beaucoup à

la politique et plus qu'avant. Toutefois, je ne suis pas lié à un parti en particulier. Pour l'instant, je ne referai pas de la politique. Peut-être plus tard... Je pourrais faire de la politique au niveau communal, par exemple, pour avoir un impact concret sur le terrain avec un projet clair. »

V.L.I.

## SCANNEZ-MOI

Retrouvez l'intégralité de l'interview sur nos éditions digitales

