

QUI SUIS-JE ?

Jessica Chavanne, ma passion, le jet-ski et plus précisément le jet à bras.

J'en fais depuis l'âge de mes 19 ans.

Je n'ai jamais pu en redescendre !!

Très admirative lorsque je regardais les magazines de jets avec tous ces grands champions et toutes ces grandes championnes.

Je rêvais de faire de la compétition, sans pour autant faire du haut niveau (enfin... je ne m'autorisais pas à rêver de ça...).

Par manque de moyens, il était quasi impossible pour moi de faire des courses de jet.

J'ai donc lâché mon travail de l'époque pour passer mon monitorat de jet.

Comme je ne pouvais pas faire de compétitions j'ai fait de mon métier, ma passion.

J'ai décidé aussi de devenir commissaire de courses sur les championnats de jet-ski.

Même si je ne pouvais pas être pilote, ça me permettait de graviter autour du monde de la compétition.

Je regardais très admirative tous les pilotes, sans vraiment oser me dire qu'un jour je pourrais être à leur place.

Quelques années plus tard, j'ai pu gravir doucement les échelons et faire de la compétition.

Et me voilà en 2012 en championnat de France.

Sur les épreuves je subissais toujours un sentiment de stress paralysant, une peur de ne pas être à ma place, peur de ne pas être à la hauteur, peur de ne pas mériter d'être là.

Je me sentais inférieure à mes concurrentes, j'avais peur du jugement des autres.



**PROPULSION
MENTALE**

Où tes objectifs n'ont plus de limite

J'arrive sur une saison à être tout de même vice-championne de France.

En 2018 un nouveau sponsor me fait l'énorme surprise d'un jet tout neuf, moi qui roulais avec un jet très vieux (oui je dis « rouler en jet » même si on est sur l'eau, LOL).

Une opportunité, s'offre à moi...

La possibilité d'aller courir en Championnat du monde, moi qui pensais que je ne pourrais jamais y aller.

Une nouvelle aventure commence et aussi d'énormes challenges...

J'avais de très bonnes sessions d'entraînement en jet, active, agressive, stratège, tenace !!

J'arrive sur ma première course du championnat du monde et là je me retrouve PARALYSÉE d'être au plus haut niveau, face à toutes ces grandes pilotes, ces grandes championnes...

Je perds tous mes moyens, je suis obligée d'aller me cacher dans le camion tellement mes émotions me submergent.

Je ne suis plus moi sur le jet, plus moi sur les paddocks, j'ai le sentiment de ne pas être à ma place, de ne rien avoir à faire ici.

Je me trouvais pourtant à l'endroit dont j'avais toujours rêvé, et ma seule envie c'était de fuir, partir !!

Dans ma tête, mes émotions, mes peurs et mes questions défilent à toute vitesse et je n'arrive plus à gérer.

Mon chéri se demande ce qu'il se passe, il ne me reconnaît pas dans mon pilotage, mon comportement, je suis verrouillée, je fais des erreurs de débutante.

Tout cela ne fait que renforcer mon sentiment JE SUIS NULLE !



**PROPULSION
MENTALE**

Où tes objectifs n'ont plus de limite

Je me suis dit : « Jess, tu ne peux pas continuer comme ça, il va falloir trouver une solution. C'est ta passion, tu travailles dur pour ça, tu commences à faire ce dont tu as toujours rêvé et tu fous tout en l'air !! Il faut te faire aider, tu n'y arriveras pas seule »

C'est à ce moment que j'ai compris que certaines choses que je pensais avoir réglé, n'était en fait pas réglée en profondeur. Cette expérience m'a mise en face à face avec moi-même et a fait remonter des blocages inconscients que j'avais, mais je ne savais pourtant pas d'où ils venaient.

Sur la route du retour de cette course, j'ai commencé à chercher des solutions sur internet, je trouve pleins de coaches, de préparateurs mentaux, de concepts, et là, je tombe sur cette mystérieuse technique qu'est la dépolarisation®.

Après quelques mois d'hésitations (et de peur il faut l'avouer), je fonce et j'attaque le programme de dépolarisation®.

Mon but étant de vivre avec plaisir mes compétitions et ne plus avoir de regrets.

Je voulais qu'à la fin de chacune de mes courses, être sûre d'avoir tout donné, et d'avoir exprimé à 300% mon potentiel.

Après 3 mois de travail je m'autorise à être moi et je me connecte enfin à mes réelles capacités !!!!

En plein milieu du programme de dépolarisation®, je fais même un podium aux Émirats Arabes Unis en championnat du monde.

Je n'imaginai même pas ça possible, moi qui étais abonnée à la 8ème place, voir la 12ème...



**PROPULSION
MENTALE**

Où tes objectifs n'ont plus de limite

Je termine le programme de dépolarisation® et juste après je pars au Koweït pour le premier Grand Prix de 2020 en championnat du monde.

Je suis malade depuis trois semaines, avec de la fièvre, mais je décide d'y aller quand même, juste pour marquer des points pour la saison.

En étant malade, je n'avais plus grand-chose à perdre...

Et puis j'ai appris avec la dépolarisation® que pour me faire évoluer, la vie m'envoie sans cesse des challenges.

Et si c'était un entraînement que la vie m'envoyait ?

J'ai eu du mal à rentrer dans la compétition, étant de plus en plus malade et fiévreuse chaque jour.

Je fais de mauvaises pôles positions, mais je reste quand même très focus.

Aussi incroyable et inimaginable que cela puisse paraître, je remporte deux des trois manches et je gagne le Grand Prix !!

Me voici Championne du monde !!

Moi, il y a quelques temps, qui ne m'autorisais pas à me dire "Jess tu peux être championne du monde" car je me disais que les gens allaient penser que je me la pète, et surtout que je ne le méritais pas !

Au-delà de tout ça, et au-delà du côté sportif, c'est ma perception de la vie qui à complètement changé, mes réactions, mes objectifs.

Je m'autorise de plus en plus et dans tous mes domaines de vie.



**PROPULSION
MENTALE**

Où tes objectifs n'ont plus de limite

Avant la dépolarisation®, j'étais loin de penser que, un peu plus d'un an après, j'allais oser créer mon entreprise PROPULSION MENTALE en tant que coach et formatrice pour la performance.

Loin de penser que j'allais vous écrire ces lignes afin de vous accompagner à exploser vos limites, à vivre une vie qui VOUS ressemble et qui vous rends heureux.

Maintenant je vis en fonction de mon système de valeur et j'adore ça !!

Même mon entourage a changé positivement.

Certaines relations pouvant être compliquées sont bien plus fluides.

J'attire bien plus à moi ce que j'ai envie d'être et de faire car j'ai déjà tout en moi.

Peu importe ce que pensent les gens, je vis heureuse, en accord avec mes valeurs hautes.

Est-ce que ça vous dit d'enfin vivre une vie sans limites, qui vous ressemble, et vous fait kiffer la vie ? VOTRE vie :)

EXTRAIT DE MES VIDÉOS D'ACTIONS (frissons garantis !)

• 2020 Championne du monde Kuwaït :

https://youtu.be/Y_D2uhLdKh0

• 2022 2ème à la 1ère épreuve du championnat du monde à Ibiza :

<https://youtu.be/fPSTT7sUzQQ>

• 2019 3ème à la dernière épreuve du championnat du monde à

Sharjah : <https://youtu.be/w7ZLAW6oNSw>

• 2021 Comment performer rapidement :

<https://youtu.be/Fk7tEaOWswI>



**PROPULSION
MENTALE**

Où tes objectifs n'ont plus de limite