



JAEEL SCHWARZ



Tennis: Leidenschaft, Leben und Arbeit

Der Mittelpunkt meines **Lebens** ist nebst der Schule das **Tennis**. Ich konzentriere mich voll und ganz darauf und investiere einen grossen Teil meiner Freizeit in meine **Passion**.

Ich mag die positive Anspannung vor den Wettkämpfen und das unbeschreibliche Gefühl, wenn ich mein Vorhaben und **meine Ziele** umsetzen kann.

Vorname	Jael
Name	Schwarz
Geburtsdatum	08. Mai 2004
Stärken	Beidhändige Rückhand / gute Ballbeschleunigung
Ranking	N4 (75), Nr. 4 in der Schweiz in meiner Altersklasse
Mitglied	Swiss Olympic — Talent Card NATIONAL
	Swiss Tennis — Überregionaleskader U15 bis August 2019
	Kadermitglied — Regionalverband Thurgau Tennis

Herzlich Willkommen

Liebe Sportfreunde

Mit diesem Flyer möchte ich bei Ihnen das Interesse für den attraktiven Tennissport sowie für meine Ziele, weiterhin **internationale Turniere** zu bestreiten und **mein Ranking** kontinuierlich zu **verbessern**, wecken.

Um mich seriös und professionell auf meine Ziele vorzubereiten arbeite ich mit **Ralph Zepfel** (Leistungssporttrainer Swiss Olympic und ehemaliger Tennisprofi) und **Guido Dalle Vedove** (Sport- und Mentaltrainer) zusammen.

Leistungssport heute

Im **Leistungssport** verlangen jedoch Faktoren -

wie Training, Trainerentschädigungen, Turniergebühren, Reisespesen, Material, Bessensservice, Ernährung und vieles mehr einen grossen finanziellen Aufwand, welcher grösstenteils selber getragen werden muss.



Über mich

Das Ziel: Gewinnen!

Mein Werdegang bis heute

Ich bin **15 Jahre** alt und eine begeisterte Tennisspielerin. Mit fünf Jahren zeigte ich zum ersten Mal Interesse am Tennis und besuchte den ersten Tennisunterricht in der Gruppe. Meine Fertigkeit und Geschicklichkeit mit dem Tennisschläger umzugehen und mein Ballgefühl bestätigten mein Talent.

Im April 2013 schnupperte ich zum ersten Mal Turnierluft. Seitdem spiele ich regelmässig Turniere.

Wenn ich an einem Turnier teilnehme, möchte ich natürlich gewinnen. Das klingt verständlich - war es aber am Anfang nicht. In der Anfangsphase verlor ich viele Matches und kannte das Gefühl vom **Gewinnen** nur wenig.

Mit dem Erfolg kam dann auch die Lust und das tolle Gefühl immer wieder Matches gewinnen zu wollen! Seitdem habe ich richtig das Verlangen, mehr und mehr zu erreichen.

Ich investiere sehr viel Zeit und Kraft in meinen Sport. So mache ich kontinuierliche Fortschritte und schaffe mich Schritt für Schritt meinen **Zielen** näher.



Sportliche Erfolge

Die Leidenschaft für den **Sport** steht für mich stets im Vordergrund. Doch wie jeder Sportler suche ich natürlich auch nach Anerkennung.



2019

Erste ITF Junior - Weltranglistenpunkte

2018

FROMM Swiss Junior Trophy - Halbfinal (Tennis Europe)

2017

LBS Müller Junior Cup Ulm - Viertelfinal (Tennis Europe)

2016

SCHWEIZERMEISTER - Junioren Interclub 15&U

Schweizermeisterschaften 12&U - direkt im Hauptfeld

2015

Schweizermeisterschaften 12&U - durch Qualifikation im HF

2014

3. Rang Junioren Interclub 12&U

2014 bis heute

Diverse Turniersiege bei nationalen Turnieren in der Schweiz



Ralph Zepfel

Wettkampftrainer A (Swiss Tennis)
Leistungssporttrainer (Swiss Olympic)
WTA- und ATP Tourcoach
Ehemaliger Tennisprofi

Training

Trainingsaufwand

Meine neue Trainingsbasis ist seit dem August 2018 die **NET TENNIS ACADEMY** in Kreuzlingen.

Zur Zeit trainiere ich 8 Einheiten jede Woche bez. 1.5 bis 2 Stunden pro Tag. Dazu kommen ca. 3 Stunden Konditionstraining und Mentaltraining pro Woche.



NET - Nationale Elitesportschule Thurgau in Kreuzlingen

Sekundarschule und Leistungssport

Seit August 2018 besuche ich die nationale Elitesportschule Thurgau. Die NET engagiert sich seit über 17 Jahren für eine individuelle und professionelle Nachwuchsförderung im Schweizer Leistungssport. Die NET ist eine von vier Swiss Olympic Sport Schools schweizweit. Auf Sekundarstufe I ist das Angebot schweizweit einmalig.

Mein Stundenplan ist speziell auf mein Training abgestimmt und bietet mir ein Höchstmass an Flexibilität im Schul- und Trainingsalltag.



Swiss Olympic Talentcard



... for the spirit of sport

Dank meiner Herbstklassierung und den Vorstoss in die **TOP 4** meines Jahrganges gehöre ich nun aufgrund von der JUKON (Juniorenverantwortlichen der 19 Regionalverbände) festgelegten Kriterien der Leistungsstufe 1 von Swiss Tennis an. Darum wurde ich im November zum PISTE-Test (Prognostische Integrative Systematische Trainer - Einschätzung) oder einfacher gesagt zur Talentselektion ins Nationale Leistungszentrum in Biel eingeladen.

Wegen den guten Testresultaten erhielt ich von Swiss Olympic eine **Swiss Olympic Talent Card NATIONAL**, welche mein sportliches Potential anerkennt.



Meine Ziele

Meine Ziele; Meine Wünsche; Meine Träume

Meine **Ziele**...

Ab dem Sommer 2020 möchte ich gerne mit der 4-jährigen Ausbildung am SportKV beginnen. Das SportKV bietet mir eine sehr hohe Flexibilität im Schul- und Trainingsalltag. Nach Abschluss der Ausbildung erwerbe ich den Eidgenössischen Fähigkeitsausweis Kauffrau EFZ.

Meine **Wünsche**...

Ich möchte mich im Tennis kontinuierlich weiter entwickeln und die Möglichkeit haben, Internationale ITF Junior U18 Turniere zu spielen um mein Potential ausschöpfen zu können.

Meine **Träume**...

Ich träume von einer Profikarriere als Tennisspielerin. Ich möchte einmal an einem Grand Slam teilnehmen und mich mit den ganz „GROSSEN“ messen.



Sponsoring

Werden Sie einen Teil von meinem gelebten Traum

Ich bin für jedes **Sponsoring** sehr **dankbar**. Jede noch so kleine Spende, ob Geld, Material oder Dienstleistung unterstützt meine Tenniskarriere und verhilft mir an die Spitze zu kommen.

Kontoverbindung:

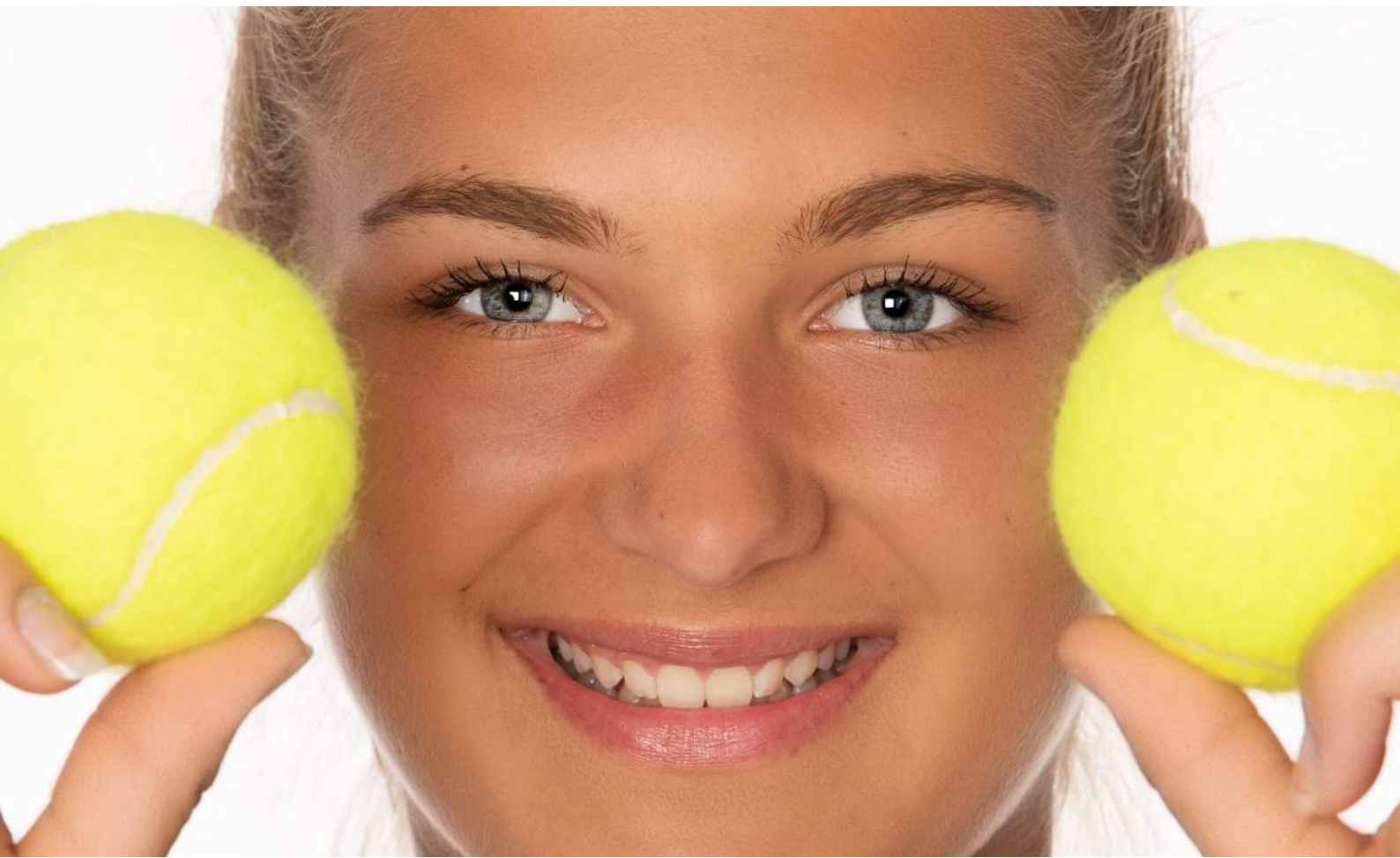
IBAN: CH65 0078 4014 6908 5200 2

Kontoinhaber:

Barbara Schwarz

9548 Matzingen

 - **LICHEN DANK !**



Budget

**Jael Schwarz
Lauchefeld 4
9548 Matzingen**



www.jaelschwarz.com

info@jaelschwarz.com

www.facebook.com/jaelschwarz04

https://www.instagram.com/jael_schwarz_tennis/

Fotos: fotoprisma.ch by Kirsten Oertle

Ausgabe: 01.2020