

# Artistic Swimming

## Strukturen des Athlet\*innenwegs im Leistungssport

FTEM	Foundation			Talent				Elite		Mastery
Phase	F1	F2	F3	T1	T2	T3	T4	E1	E2	M
<b>Schlagwort</b>	Freudvolles Entdecken, Erlernen und Üben von elementaren Bewegungs- und Spielgrundformen			Potenzial zeigen	Potenzial bestätigen	Trainieren und Ziele erreichen	Durchbruch schaffen und belohnt werden	Die Schweiz (int.) repräsentieren	International Erfolg haben	Sportart dominieren
<b>Internationale Wettkämpfe</b>	Verschiedene Sportarten kennen lernen und einen aktiven Lebensstil pflegen							EM, WM, OS		
<b>Card/Kaderstruktur</b>				Sich sportartspezifisch engagieren (mit/ohne Wettkampf)						
							3IT			
								Jugend EM/WM (13-15J)		
								Elite Bronze		
				Regional National				Elite Kader Silber Gold		
				Regional National				Junior*innen Kader (16-19J)		
				Regional				Jugend Kader (13-15J)		
				Regional				Regional Kids Kader (9-12J)		
<b>Wochenumfang in Stunden</b>	5	6	8	11-13	13-15	16-18	18-20	21-25	25-30	31-40
	5	6	8	8	9	12	13	16	20	30
<b>Anzahl Wettkämpfe/Jahr</b>		2	3	4	4-5	5-6	5-6	6-7	6-7	6-7

■ Sportartenspezifisch (Training & Wettkämpfe) ■ Athletik (Kraft, Beweglichkeit, Koordination) ■ Allgemein sportliche Aktivitäten (Schulsport, Polysportives, Ausgleichstraining)

### Koordination Schule/Lehre und Leistungssport (Sek I und II, inkl. Berufsschule)

#### Der Verband empfiehlt:

- Flexibilität zur Freistellung von einzelnen Trainings/Wettkämpfen (auch in der Regelschule): ab T1
- Dispensationen (auch in der Regelschule): T2
- Sportklasse/Sportschule (abhängig von Trainings-/Schul- und Wohnort): T2

- 📄 [Merkblatt «Schule/Lehre & Leistungssport»](#)
- 📄 [Broschüre «Berufliche Grundbildung und Leistungssport»](#)

#### Kontakt Verband:

Michelle Nydegger,  
michelle.nydegger@swiss-aquatics.ch  
Telefon 031 552 24 00

### Cards

**Gültigkeit:** Talent Cards (R, N): 01.11.-31.10.  
Elite Cards (E, B, S, G): 01.11.-31.10.  
**Altersrange:** Talent Card Regional: ~9-19J  
Talent Card National: ~13-19J

### NWF-Trägerschaften

Die Trägerschaften können [hier](#) aufgerufen und u.a. nach Stufe und Kanton gefiltert werden.