

# TRAMPOLIN

## STRUKTUREN DES ATHLETENWEGS IM LEISTUNGSSPORT

FTEM	FOUNDATION			TALENT				ELITE		MASTERY
Phase	F1	F2	F3	T1	T2	T3	T4	E1	E2	M
Schlagwort	Entdecken, erwerben und festigen der Bewegungsgrundformen			Potenzial zeigen	Potenzial bestätigen	Trainieren und Ziele erreichen	Durchbruch und belohnt werden	Die Schweiz (int.) repräsentieren	International Erfolg haben	Dominieren der Sportart
Internationale Wettkämpfe	Anwenden und variieren der Bewegungsgrundformen Sportartenspezifisches Engagement und/oder Wettkampf								OS	
								WC, EM, WM		
								YOG		
							JEM			
							World Age Group Competitions (WAGC)			
							Internationale Turniere			
Card/ Kaderstruktur								Elite Bronze Silber Gold Nationalkader		
							Regional National Bronze Juniorenkader			
				Lokal Regional Nachwuchskader B	Regional National Nachwuchskader A					
Wochen- umfang in Stunden	2-4	5-7	7-12	10-13	12-14	13-16	15-20	18-24	18-24	16-22
	1 2	2 2	3 2	4 4	4 4	4 4	6 6	8 8	8 8	7 7
Anzahl Wett- kämpfe/Jahr		2-4	4-6	5-7	6-8	6-10	7-12	6-10	8-12	8-12

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

### SCHULE / AUSBILDUNG / BERUF / STUDIUM

**Schullösung notwendig bzw. vom nationalen Verband ab dieser Phase empfohlen: T1 (spätestens ab Sekundarstufe I)**  
 Koordinationsstelle für die Schulen beim nationalen Verband:  
 Athletenbetreuerin, Nathalie Wüthrich, [nathalie.wuethrich@stv-fsg.ch](mailto:nathalie.wuethrich@stv-fsg.ch)  
 Koordinationsstelle für Karriereplanung beim nationalen Verband:  
 Chef Spitzensport, David Huser, [david.huser@stv-fsg.ch](mailto:david.huser@stv-fsg.ch)

### CARDS

**Gültigkeit:** Talent Cards (L, R, N): 01.01.-31.12.  
 Elite Cards (E, B, S, G): 01.03.-28.02.  
**Altersrange:** Talent Card Regional: ~10-17 J  
 Talent Card National: ~11-17 J

### NWF-TRÄGERSCHAFTEN

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