

SKI DE FOND

Swiss-Ski
www.swiss-ski.ch



STRUCTURE DU PARCOURS DE L'ATHLÈTE POUR LE SPORT D'ÉLITE

FTEM	FOUNDATION			TALENT				ELITE		MASTERY
Phase	F1	F2	F3	T1	T2	T3	T4	E1	E2	M
Mots-clés	Découvrir, acquérir et consolider les mouvements de base			Appliquer et varier les mouvements de base				Engagement et/ou compétitions dans une spécialité sportive spécifique		
	Démontrer le potentiel			Confirmer le potentiel		S'entraîner et atteindre les objectifs		Percer et être récompensé		Représenter la Suisse (au niveau international)
	Succès au niveau international			Domination d'une spécialité sportive						
Compétitions internationales				Coupe du monde, CM, JO				CM U23 (21-23 ans)		
				YOG (17-18 ans), CMJ (19-20 ans)						
				EYOF (17-18 ans)						
				Jeux OPA (15-16 ans)						
Card / structure des cadres				Cadres régionaux et Centres d'entraînement (13-20 ans)				Cadre A/B (dès 23 ans)		
				Groupe de candidates (16-18 ans)				Equipe nationale, Cadre A (dès 23 ans)		
				Cadre C (19-20 ans)				Cadre U23 (21-23 ans)		
				Elite, Bronze				Bronze, Argent		
				Nationale				Argent, Or		
				Locale, Régionale						
Volume d'entraînement (par semaine) en heures	6	7	8	9	10	12	14	16	18	20
Compétitions par année			12	14	16	20	25	30	35	35

■ Spécifique à la discipline sportive (entraînement et compétition) ■ Condition physique (force, souplesse, coordination) ■ Autres activités sportives (sport scolaire, activités polysportives, entraînement complémentaire)

ECOLE / FORMATION / EMPLOI / ÉTUDES

Solution scolaire nécessaire ou recommandée par la fédération nationale dès la phase : T2 (secondaire I)

Coordinateur de la fédération nationale pour les écoles :
Responsable de la relève, Edi Zihlmann, edi.zihlmann@swiss-ski.ch
Coordinateur de la fédération nationale pour la planification de carrière :
Responsable de la relève, Edi Zihlmann, edi.zihlmann@swiss-ski.ch

CARDS

Validité : Talent Cards (L, R, N) : 01.06.-31.05.
Elite Cards (E, B, A, O) : 01.06.-31.05.

Tranche d'âge : Talent Card Régionale : ~13-20 ans
Talent Card Nationale : ~15-20 ans

ORGANISMES PR

Il est possible de consulter les organismes responsables PR [ici](#), et de les filtrer par échelon et canton.