

Basketball Femmes

Structure du parcours des athlètes dans le sport de performance

FTEM	Foundation			Talent				Elite		Mastery
Phase	F1	F2	F3	T1	T2	T3	T4	E1	E2	M
Mots-clés	Découvrir, apprendre et pratiquer des mouvements et des jeux de base			Montrer son potentiel	Confirmer son potentiel	S'entraîner et atteindre des objectifs	Percer et gagner des récompenses	Représenter la Suisse (au niveau int.)	Avoir du succès au niveau international	Dominer son sport
Compétitions internationales	Découvrir différents sports et mener un mode de vie actif			S'engager dans un sport spécifique (avec/sans compétitions)				WNBA		
Cards / structure des cadres				CSJR				CE U20	Qualifications CE	
				CSJC				CE U16	Elite	
								Equipe Nationale Séniors		
								SBLW		
Volume d'entraînement hebdomadaire en heures	5	6	7.5	6	7	8	10	15	20	20
	5	3 3	3 4.5	5	6	6	8	12	15	15
Compétitions par année		12	16	20	25	25	30	50	60	80

■ Spécifique au sport (entraînement & compétitions) ■ Condition physique (force, souplesse, coordination) ■ Autres activités sportives (sport scolaire, activités polysportives, entraînement complémentaire)
CSJC: Championnats suisses jeunesse des clubs, CSJR: Championnat suisse jeunesse des régions, SBLW: Swiss Basket League Women

Coordination entre l'école/l'apprentissage et le sport de performance (Sec. I et II, école professionnelle comprise)

La fédération recommande :

- Souplesse quant à l'octroi d'exemptions au profit de certains entraînements/compétitions (également possible au sein d'une école ordinaire) : **dès T3**
- Dispenses (également possibles au sein d'une école ordinaire) : **dès T3**
- Classe de sport/école de sport (selon le lieu d'entraînement/de l'école/du domicile) : **dès T4**

- [Notice « Coordination entre l'école/l'apprentissage et le sport de performance »](#)
- [Brochure « Formation professionnelle et sport de performance »](#)

Contact au sein de la fédération :

Gianluca Barilari
gianluca.barilari@swissbasketball.ch
Téléphone 026 469 06 00

Cards

Validité : Talent Cards (L, R, N) : 01.11.–31.10.
Elite Cards (E, B, A, O) : 01.11.–31.10.

Age : Talent Card Locale: ~13–16 ans
Talent Card Régionale: ~13–20 ans
Talent Card Nationale: ~15–20 ans

Organismes responsables de la PR

Les organismes responsables peuvent être consultés et filtrés par niveau et par canton [ici](#).