

# TRIATHLON

Swiss Triathlon  
www.swisstriathlon.ch

FTEM-Poster Verband



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

FTEM	FOUNDATION			TALENT				ELITE		MAS-TERY	
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	
							CE, WTS***, JO				
Compétitions internationales							Coupes du Monde, CISM				
							Coupes d'Europe, WUC**				
							CE U23, CM U23				
							YOG (16-17 ans), CEJ, CMJ (16-19 ans)				
							Coupes d'Europe juniors (16-19 ans)				
Card / structure des cadres							Tri YECF* (16-17 ans)				
							Elite Bronze		Cadre B		Argent Or
							Elite Bronze		Cadre C (de 20 ans)		
Volume d'entraînement (par semaine) en heures							Cadre national de la relève (17-19 ans)				
							Cadres régionaux (14-19 ans)				
	5-8			7-10	10-12	14-16	17-21	21-23	23-25	25+	
	4-6			5-8	8-10	12-14	15-18	18-20	20-22	20-22+	
Compétitions par année	5-8			8-12	10-14	10-14	12-16	12-16	12-16	12-16	

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

\* Youth European Championships Festival \*\* World University Championships \*\*\* World Triathlon Series

### ÉCOLE / FORMATION / EMPLOI / ÉTUDES

**Solution scolaire nécessaire ou recommandée par la fédération nationale dès la phase : T2 (au plus tôt dès 15 ans)**

Coordinateur de la fédération nationale pour les écoles :

Responsable de la relève, Frédérique Rol, [frederique.rol@swisstriathlon.ch](mailto:frederique.rol@swisstriathlon.ch)

Coordinateur de la fédération nationale pour la planification de carrière :

Responsable sport de performance, Tamara Mathis, [tamara.mathis@swisstriathlon.ch](mailto:tamara.mathis@swisstriathlon.ch)

### CARDS

**Validité :** Talent Cards (L, R, N) : 01.11.-31.10.  
Elite Cards (E, B, A, O) : 01.02.-31.01.

**Tranche d'âge :** Talent Card Régionale : ~15-19 ans  
Talent Card Nationale : ~17-19 ans

### ORGANISMES PR

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