

CYCLISME : CYCLO-CROSS

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								U19 CE, U19 CM (17-18 ans)		CE, CM (dès 23 ans)
Card / structure des cadres					Cadre U17 (15-16 ans) <i>Locale Régionale</i>		Cadre U19 (17-18 ans) <i>Nationale</i>	Cadre U23 (19-22 ans) <i>Elite</i>		Cadre national
					Cadre régional & centres d'entraînement					
Volume d'entraînement (par semaine) en heures*				7-14 / (3-6 T)	10-16 / (4-7 T)	11-18 / (6-10 T)	15-20 / (>7 T)	15-22 / (>7 T)	15-22 / (>7 T)	18-27 / (6-15 T)
				3-4 4-10	3-4 7-12	3-4 8-14	4 11-16	2-3 13-19	2-3 13-19	4-6 14-21
Compétitions par année			8-12	8-15	15-20	15-20 (incl. d'autres disciplines)	15-20 (incl. d'autres disciplines)	15-20	15-20	15-20

■ Spécifique au sport (entraînement et compétitions) ■ Complémentaire (entraînement athlétique)

* E = Nombre d'entraînements par semaine

ÉCOLE / FORMATION / EMPLOI / ÉTUDES

Solution scolaire nécessaire ou recommandée par la fédération nationale dès la phase : T2 (dès 14 ans)
 Coordinateur de la fédération nationale pour les écoles :
 Responsable de la relève, Hans Harnisch, hans.harnisch@swiss-cycling.ch
 Coordinateur de la fédération nationale pour la planification de carrière :
 Responsable de la relève, Hans Harnisch, hans.harnisch@swiss-cycling.ch

CARDS

Validité : Talent Cards (L, R, N) : 01.01.-31.12.
 Elite Cards (E, B, A, O) : 01.01.-31.12.
Tranche d'âge : Talent Card Régionale : ~13-18 ans
 Talent Card Nationale : ~15-18 ans

ORGANISMES PR

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