

## 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			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	Engagement et/ou compétitions dans une spécialité sportive spécifique			Tournois Ranking, Tournois internat.				Masters, OS		Grand Slam, CE, CM	
				Cadres cantonaux				Cadre national U18/U21			Cadre national Elite
Card / structure des cadres	Appliquer et varier les mouvements de base			Cadre de la relève U18/U21				Grand Slam Team		Grand Slam, CE, CM	
				Cadres cantonaux				Cadre national U18/U21			Cadre national Elite
Volume d'entraînement (par semaine) en heures	4			9				20		24	
	6			12				22		24	
Compétitions par année	7			14				14		8	
	8			15				10		8	

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

\* E0 = European Open

### ÉCOLE / FORMATION / EMPLOI / ÉTUDES

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

Coordinateur de la fédération nationale pour les écoles :

Responsable de la relève, Jenny Gal, chefnachwuchs@sjv.ch

Coordinateur de la fédération nationale pour la planification de carrière :

Encadrement des athlètes, Clemens Strub, athletenbetreuer@sjv.ch

### CARDS

**Validité :**

Talent Cards (L, R, N) : 01.02.–31.01.

Elite Cards (E, B, A, O) : 01.02.–31.01.

**Tranche d'âge :**

Talent Card Régionale : ~11–20 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.