

## 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	Appliquer et varier les mouvements de base			Engagement et/ou compétitions dans une spécialité sportive spécifique				CE, CM, JO		
Card / structure des cadres				U19 CE, U19 CM, WS-YWC*, YOG						
				U15 CE, U15 CM		U17 CE, U17 CM				
				Nationale Youth Team (16-23 ans)				Elite Bronze Cadre B (dès 20 ans)		
				Régionale Talentpool (12-18 ans)				Elite Bronze Cadre C (dès 18 ans)		
Volume d'entraînement (par semaine) en heures	5	6	8	11	13	16	16	20	20	22
	2 3	3 3	3 5	1 3 7	2 3 8	3 3 10	3 3 10	5 2 13	5 2 13	5 2 15
Compétitions par année	3	6	10	12	12	16	16	16	16	16

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

\* WS-YWC = World Sailing Youth World Championship

### 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 :  
 Chef de la relève, Marco Versari et Chef de la formation, Theresa Lagler, youth@swiss-sailing.ch  
 Coordinateur de la fédération nationale pour la planification de carrière :  
 Support d'athlètes, Marco Brunner et Chef de la relève, Marco Versari, office@swiss-sailing-team.ch

### CARDS

**Validité :** Talent Cards (L, R, N) : 01.12.-30.11.  
 Elite Cards (E, B, A, O) : 01.12.-30.11.  
**Tranche d'âge :** Talent Card Régionale : ~12-18 ans  
 Talent Card Nationale : ~12-23 ans

### ORGANISMES PR

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