

Orientierungslauf

Strukturen des Athlet*innenwegs im Leistungssport

FTEM	Foundation			Talent				Elite		Mastery					
Phase	F1	F2	F3	T1	T2	T3	T4	E1	E2	M					
Schlagwort	Freudvolles Entdecken, Erlernen und Üben von elementaren Bewegungs- und Spielgrundformen			Potenzial zeigen	Potenzial bestätigen	Trainieren und Ziele erreichen	Durchbruch schaffen und belohnt werden	Die Schweiz (int.) repräsentieren	International Erfolg haben	Sportart dominieren					
Internationale Wettkämpfe	Verschiedene Sportarten kennen lernen und einen aktiven Lebensstil pflegen			Sich sportartspezifisch engagieren (mit/ohne Wettkampf)				CISM, World Games, WM							
								Euromeeeting, Weltcup, EM							
Card/ Kaderstruktur	Freudvolles Entdecken, Erlernen und Üben von elementaren Bewegungs- und Spielgrundformen			Verschiedene Sportarten kennen lernen und einen aktiven Lebensstil pflegen			Sich sportartspezifisch engagieren (mit/ohne Wettkampf)			Jugend-EM (EYOC)					
										JEC*, JWM (JWOC)					
										U25-Kader		B-Kader		A-Kader	
										Elite		Elite		Elite	
	Freudvolles Entdecken, Erlernen und Üben von elementaren Bewegungs- und Spielgrundformen			Verschiedene Sportarten kennen lernen und einen aktiven Lebensstil pflegen			Sich sportartspezifisch engagieren (mit/ohne Wettkampf)			Nationale Leistungszentren					
										Regionalkader		Nationales Juniorenkader			
										Lokale Talent Stützpunkte		National			
												Regional			
Wochenumfang in Stunden	5	6	8	10	11	12	13	14	16	18					
	5	3	3	3	3	3	2	3	3	3					
		3	3	2	2	2	3	3	3	3					
		2	4	5	6	7	8	10	12	14					
Anzahl Wettkämpfe/Jahr		5-10	15	20	25	30	30	30	30	30					

■ Sportartenspezifisch (Training & Wettkämpfe) ■ Athletik (Kraft, Beweglichkeit, Koordination) ■ Allgemein sportliche Aktivitäten (Schulsport, Polysportives, Ausgleichstraining) * JEC = Junior European Cup

Koordination Schule/Lehre und Leistungssport (Sek I und II, inkl. Berufsschule)

Der Verband empfiehlt:

- Flexibilität zur Freistellung von einzelnen Trainings/Wettkämpfen (auch in der Regelschule): ab T1
- Dispensationen (auch in der Regelschule): ab T3
- Sportklasse/Sportschule (abhängig von Trainings-/Schul- und Wohnort): ab T4

- 📄 [Merkblatt «Schule/Lehre & Leistungssport»](#)
- 📄 [Broschüre «Berufliche Grundbildung und Leistungssport»](#)

Kontakt Verband:

Sabrina Meister
sabrina.meister@swiss-orienteeing.ch
Telefon 078 619 61 56

Cards

- Gültigkeit:** Talent Cards (L, R, N): 01.01.–31.12.
Elite Cards (E, B, S, G): 01.01.–31.12.
- Altersrange:** Talent Card Lokal: ~12–18J
Talent Card Regional: ~14–20J
Talent Card National: ~18–20J

NWF-Trägerschaften

Die Trägerschaften können [hier](#) aufgerufen und u.a. nach Stufe und Kanton gefiltert werden.