

# Landhockey Frauen/Männer

## Strukturen des Athlet\*innenwegs im Leistungssport

FTEM	Foundation			Talent				Elite		Mastery
Phase	F1	F2	F3	T1	T2	T3	T4	E1	E2	M
<b>Schlagwort</b>	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
<b>Internationale Wettkämpfe</b>	Verschiedene Sportarten kennen lernen und einen aktiven Lebensstil pflegen			Sich sportartspezifisch engagieren (mit/ohne Wettkampf)				EM (Halle + Feld), WM (Halle + Feld), World League, OS		
<b>Card/Kaderstruktur</b>										
<b>Wochenumfang in Stunden</b>	5	5	9	12	14	15	16	20	20	24
				4 2 6	4 2 8	3 2 10	2 2 12	2 4 14	2 4 14	6 18
<b>Anzahl Wettkämpfe/Jahr</b>		12	12	20	35	40	45	50	50	65

■ Sportartenspezifisch (Training & Wettkämpfe) ■ Athletik (Kraft, Beweglichkeit, Koordination) ■ Allgemein sportliche Aktivitäten (Schulsport, Polysportives, Ausgleichstraining)

### 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 T2**
- Sportklasse/Sportschule (abhängig von Trainings-/Schul- und Wohnort): **ab T3**

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

#### Kontakt Verband:

Mathias Schaeben  
mathias.schaeben@swisshockey.org  
Telefon 076 495 10 61

### Cards

- Gültigkeit:** Talent Cards (L, R, N): 01.10.–30.09.  
Elite Cards (E, B, S, G): 01.10.–30.09.
- Altersrange:** Talent Card Lokal: ~12–14J  
Talent Card Regional: ~13–15J  
Talent Card National: ~14–20J

### NWF-Trägerschaften

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