

SKI FREESTYLE : SKICROSS

Swiss-Ski
www.swiss-ski.ch

Lien FTEM fédération



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 | | | Compétitions Ski alpin | | | | Compétitions FIS | | | | EC/CoC (dès 16 ans), CMJ (16-21 ans), YOG (17-18 ans) | | | | CdM, CM, JO (dès 16 ans) | | | | | | | | | |
| Card / structure des cadres | Appliquer et varier les mouvements de base | | | Cadre régional (dès 16 ans) | | | | Cadre des talents (dès 16 ans) | | | | Cadre C | | | | Cadre B | | | | Cadre A | | | | Equipe nationale | |
| Volume d'entraînement (par semaine) en heures* | 6 | 10 | 14 | ÉTÉ 10 HI 9 | | ÉTÉ 12 HI 12 | | ÉTÉ 16 HI 16 | | ÉTÉ 19 HI 18 | | ÉTÉ 21 HI 18 | | ÉTÉ 21 HI 18 | | ÉTÉ 21 HI 18 | | | | | | | | | |
| Compétitions par année | 0 | 2 | 3 | 5 | | 8 | | 10 | | 14 | | 16 | | 18 | | 18 | | | | | | | | | |

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

* HI = hiver

ECOLE / FORMATION / EMPLOI / ÉTUDES

Solution scolaire nécessaire ou recommandée par la fédération nationale dès la phase : T3 (secondaire II)

Coordinateur de la fédération nationale pour les écoles :

Responsable sport de performance, Christoph Perreten, christoph.perreten@swiss-ski.ch

Coordinateur de la fédération nationale pour la planification de carrière :

Responsable sport de performance, Christoph Perreten, christoph.perreten@swiss-ski.ch

CARDS

Validité : Talent Cards (L, R, N) : 01.06.-31.05.
Elite Cards (E, B, A, O) : 01.06.-31.05.

Tranche d'âge : Talent Card Régionale : ~16-20 ans
Talent Card Nationale : ~16-20 ans

ORGANISMES PR

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