

## Structure du parcours des athlètes dans le sport de performance

FTEM	Foundation			Talent				Elite		Mastery
Phase	F1	F2	F3	T1	T2	T3	T4	E1	E2	M
Mots-clés	Découvrir, apprendre et pratiquer des mouvements et des jeux de base			Montrer son potentiel	Confirmer son potentiel	S'entraîner et atteindre des objectifs	Percer et gagner des récompenses	Représenter la Suisse (au niveau int.)	Avoir du succès au niveau international	Dominer son sport
Compétitions internationales	S'engager dans un sport spécifique (avec/sans compétitions)			CEJ & CMJ				CE & CM		
								FAI category 1 events		
								Cadre élite SGT		
Cards / structure des cadres				Cadre de la relève SJGT (jusqu'à 25 ans)						
Volume d'entraînement hebdomadaire en heures		3	6	6	9	14	15	16	16	16
		1	2	2	3	7	7	2	2	2
		1	2	2	3	6	6	7	6	6
Compétitions par année			1	2	3	3	4	4	4	4

Spécifique au sport (entraînement & compétitions)
  Condition physique (force, souplesse, coordination)
  Autres activités sportives (sport scolaire, activités polysportives, entraînement complémentaire)

### Coordination entre l'école/l'apprentissage et le sport de performance

(Sec. I et II, école professionnelle comprise)

#### La fédération recommande :

- Souplesse quant à l'octroi d'exemptions au profit de certains entraînements/compétitions (également possible au sein d'une école ordinaire) : **dès T3**
- Dispenses (également possibles au sein d'une école ordinaire) : **dès T3**
- Classe de sport/école de sport (selon le lieu d'entraînement/de l'école/du domicile) : **Aucune**

- [Notice « Coordination entre l'école/l'apprentissage et le sport de performance »](#)
- [Brochure « Formation professionnelle et sport de performance »](#)

#### Contact au sein de la fédération :

Pascal Brunner  
 pascal.brunner@sfs-fsvv.ch  
 Téléphone 079 699 82 59

### Cards

**Validité :** Talent Cards (N) : 01.01.–31.12.  
 Elite Cards (E) : 01.01.–31.12.

**Age :** Talent Card Régionale : Aucune  
 Talent Card Nationale : ~16–25 ans

### Organismes responsables de la PR

Les organismes responsables de la PR

peuvent être consultés et filtrés par niveau et par canton [ici](#).