

Pentathlon

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			Nationale Wettkämpfe und Wettkämpfe in Ursprungssportarten				EM, WM, OS		
				EM U17, WM U17				JEM (U22), JWM (U22), EM U24		Elitekader
Card/ Kaderstruktur	Sich sportartenspezifisch engagieren (mit/ohne Wettkampf)			Regionalkader				Junioren- und U24-Kader		
				Nachwuchskader (U17 und U19)				Elitekader		Elitekader
Wochenumfang in Stunden	5	6	9	11	13	16	20	23	25	27
Anzahl Wettkämpfe/Jahr		4	6	8	10	12	12	12	12	10

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

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

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

Der Verband empfiehlt:

- Flexibilität zur Freistellung von einzelnen Trainings/Wettkämpfen (auch in der Regelschule): **ab T1 ab T2**
- Dispensationen (auch in der Regelschule): **ab T3 (TC N)**
- Sportklasse/Sportschule (abhängig von Trainings-/Schul- und Wohnort):

Kontakt Verband:

Florence Dinichert
 florence.dinichert@pentathlonswiss.ch
 Telefon 076 349 62 55

Cards

- Gültigkeit:** Talent Cards (L, R, N): 01.05.–30.04.
 Elite Cards (E, B, S, G): 01.05.–30.04.
- Altersrange:** Talent Card Regional: ~13–18J
 Talent Card National: ~15–21J

NWF-Trägerschaften

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