

UNIHOKEY HOMMES

swiss unihockey
www.swissunihockey.ch



STRUCTURE DU PARCOURS DE L'ATHLÈTE POUR LE SPORT D'ÉLITE

FTEM								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	Appliquer et varier les mouvements de base							CM A, World Games		
Card / structure des cadres	Engagement et/ou compétitions dans une spécialité sportive spécifique							Elite		
								Bronze Argent Or		
								Equipe nationale A		
								Elite		
Volume d'entraînement (par semaine) en heures	7	9	10	11	16	17	18	18	18	18
	1 6	2 6	3 5	4 3 4	4 3 9	4 2 11	5 12	5 12	5 12	5 12
Compétitions par année	5	10	15	25	45	50	55	55	55	55

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

ECOLE / FORMATION / EMPLOI / ÉTUDES

Solution scolaire nécessaire ou recommandée par la fédération nationale dès la phase : T2 (au plus tôt dès le secondaire I)

Coordinateur de la fédération nationale pour les écoles :

Responsable de la relève, Lukas Schüepp, lukas.schuepp@swissunihockey.ch

Coordinateur de la fédération nationale pour la planification de carrière :

Responsable de la relève, Lukas Schüepp, lukas.schuepp@swissunihockey.ch

CARDS

Validité :

Talent Cards (L, R, N) : 01.08.–31.07.

Elite Cards (E, B, A, O) : 01.08.–31.07.

Tranche d'âge :

Talent Card Régionale : ~11–18 ans

Talent Card Nationale : ~15–21 ans

ORGANISMES PR

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