

Taekwondo

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						EM (G4), WM (G14), EG (G4), OS (G20) (ab 17J)			
							WT G-Ranking Championships G1, G2, G6, G10 (ab 17J)			
							3IT YOG (16-17J)			
							JEM, JWM (15-17J)			
							Kadetten EM, Kadetten WM (12-14J)			
							WT G-Ranking Championships G1 & G2			
Card/Kaderstruktur	Sich sportartspezifisch engagieren (mit/ohne Wettkampf)						Elite Bronze National Team/Squad			
							U21			
							National Junior National Team/Squad (15-17J)			
							Regional Cadet National Team/Squad (12-14J)			
			Regionalkader							
Wochenumfang in Stunden	5	6	8	11	13	14-16	15-17	16-19	21	24
	5	2 1 3	3 2 4	3 2 6	3 2 8	2-3 1-3 10	1-2 2-3 10-12	3-4 12-14	4 16	5 18
Anzahl Wettkämpfe/Jahr		4	6	8	9	10	12	16	22	20

■ 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 T2**
- Dispensationen (auch in der Regelschule): **ab T2**
- Sportklasse/Sportschule (abhängig von Trainings-/Schul- und Wohnort): **ab T3 (TC N)**

Kontakt Verband:

Mergim Krasniqi
 kramergim@gmail.com
 Telefon 077 405 39 91

Cards

Gültigkeit: Talent Cards (R, N): 01.02.–31.01.
 Elite Cards (E, B, S, G): 01.02.–31.01.
Altersrange: Talent Card Regional: ~12–17J
 Talent Card National: ~14–17J

NWF-Trägerschaften

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