

# Trampolin

## Strukturen des Athlet\*innenwegs im Leistungssport

FTEM	Foundation			Talent				Elite		Mastery	
Phase	F1	F2	F3	T1	T2	T3	T4	Übergang	E1	E2	M
<b>Schlagwort</b>	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
<b>Internationale Wettkämpfe</b>	Verschiedene Sportarten kennen lernen und einen aktiven Lebensstil pflegen			World Age Group (WAGC)				WC, EM, WM, OS			
<b>Card/Kaderstruktur</b>	Sich sportartspezifisch engagieren (mit/ohne Wettkampf)			JEM, JWM				Internationale Turniere			
				Nationalkader U17				Nationalkader B			
				Nationalkader U15				Nationalkader C			
				Regionalkader				Nationalkader U21			
				Clubs/Vereine				Nationalkader A			
<b>Wochenumfang in Stunden</b>	2-4	5-7	7-10	8-11	9-13	12-15	14-18	15-19	16-22	16-22	14-20
<b>Anzahl Wettkämpfe/Jahr</b>			1-4	4-6	5-7	5-10	5-10	8-10	8-10	8-12	8-12

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

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

- Merksblatt «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 T2 (TC R)
- Sportklasse/Sportschule (abhängig von Trainings-/Schul- und Wohnort): ab T2 (TC R)

#### Kontakt Verband:

Christine Meylan  
christine.meylan@stv-fsg.ch  
Telefon 062 837 82 00

### Cards

- Gültigkeit:** Talent Cards (L, R, N): 01.01.–31.12.  
Elite Cards (E, B, S, G): 01.01.–31.12.
- Altersrange:** Talent Card Lokal: ~10–16J  
Talent Card Regional: ~11–16J  
Talent Card National: ~13–16J

### NWF-Trägerschaften

Die Trägerschaften können hier aufgerufen und u.a. nach Stufe und Kanton gefiltert werden.