Football femmes

| Association Suisse de Football

swiss olympic
spirit of sport

Structure du parcours des athlètes dans le sport de performance

FTEM	Foundation			Talent					Elite			Mastery
Phase	F1	F2	F3	T1	T2	T3	T4	Transition	E1	E2		M
Mots-clés	Découvrir, apprendre et pratiquer des mouvements et des jeux de base	Découvrir différents sports et mener un mode de vie actif	S'engager dans un sport spécifique (avec/sans compétitions)	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					3	CE (M-17), CM (M-17)	CE (M-19), CM (M-20)		CE, CM, JO			
Cards / structure des cadres				Locale PDR femmes U14 / Footeco (FE 12–14)	Nationale Sélections juniores (M-15 – M-19) inclu CP* Locale Régionale Football d'élite juniores (M-16 – M-20)	Régionale		Elite Cadre M-23	Elite Equipe nationale	Argent Or		
Volume d'entraînement hebdomadaire en heures	5	6	7	7-8	8-9	8-10	9-11	9-11	10-12	12		12
Compétitions par année Equipe nationale				0	6 – 8	6 – 8	8 – 12	4 – 6	8 – 12	8 – 12		8 – 12
Compétitions par année Club		16	20	20	30	30	40	40	40	40		40

■ Spécifique au sport (entraînement & compétitions) ■ Condition physique (force, souplesse, coordination) ■ Autres activités sportives (sport scolaire, activités polysportives, entraînement complémentaire) * CP = Centre de préformation

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

(Sec. I et II, école professionnelle comprise)

| Notice «Coordination entre l'école/l'apprentissage et le sport de performance»
| Brochure «Formation professionnelle et sport de performance»

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 T1**
– Dispenses (également possibles au sein d'une école ordinaire): **dès T2 (TC R et N)**
– Classe de sport/école de sport (selon le lieu d'entraînement/de l'école/du domicile): **dès T2 (TC N)**

Kontakt Verband:
David Meister
meister.david@football.ch
Téléphone 078 696 64 68

Cards

Validité: Talent Cards (L, R, N): 01.09.–31.08.
Elite Cards (E, B, S, G): 01.01.–31.12.

Age: Talent Card Locale: ~11–18J
Talent Card Régionale: ~13–20J
Talent Card Nationale: ~14–20J

Organismes responsables de la PR

Les organismes responsables peuvent être consultés et filtrés par niveau et par canton ici.

© Swiss Olympic, Version: octobre 2025