

## Strukturen des Athlet\*innenwegs im Leistungssport

FTEM	Foundation			Talent				Elite		Mastery
Phase	F1	F2	F3	T1	T2	T3	T4	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 Youth Games (9–16J)				EM, WM		
<b>Card/ Kaderstruktur</b>				Sich sportartspezifisch engagieren (mit/ohne Wettkampf)			Regionalkader und Trainingsstützpunkte			
	U17 Kader (15–16J)						Elite			
	U19 Kader (17–18J)									
<b>Wochenumfang in Stunden</b>			4-6	5-18 (3-6 T)	8-20 (4-10 T)	8-22 (6-10 T)	12-24 (>7 T)	15-29 (>7 T)	17-30 (>7 T)	20-33 (6-15 T)
<b>Anzahl Wettkämpfe/Jahr</b>			1-7	3-8	3-10	3-10	3-10	5-15	5-15	5-15

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

T = Anzahl Trainings pro Woche

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

#### Kontakt Verband:

Hans Harnisch  
hans.harnisch@swiss-cycling.ch  
Telefon 031 359 72 97

### Cards

- Gültigkeit:** Talent Cards (L, R, N): 01.12.–30.11.  
Elite Cards (E): 01.12.–30.11.
- Altersrange:** Talent Card Lokal: ~10–15J  
Talent Card Regional: ~11–18J  
Talent Card National: ~15–18J

### NWF-Trägerschaften

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