

FTEM	Foundation			Talent				Elite		Mastery
Phase	F1	F2	F3	T1	T2	T3	T4	E1	E2	M
Mots-clés	Découvrir, acquérir et consolider les mouvements de base	Appliquer et diversifier les mouvements	Développer la passion	Montrer le potentiel	Confirmer le potentiel	Se fixer des objectifs et s'entraîner pour les atteindre	Réussir une percée et créer sa place	Représenter la Suisse (au niveau international)	Réussir au niveau international	Se maintenir au top mondial
Compétitions internationales						CE, CM				
Structure des cadres						Cadre national (M19, M23, Adultes)				
					Sélection régionale (M14, M16)					
					Centres régionaux (M14, M16, M19, M23)					
					Clubs					
Volume d'entraînement hebdomadaire en heures	7	7	7	9	10	16	18	18	18	18
						2	1	1	1	1
						6	7	7	7	7
				3	2					
				2	4					
				4	4	8	10	10	10	10
Compétitions par année		10	15	20	35	45	50	50	50	50

■ Spécifique au tchoukball (entraînement et compétitions) ■ Condition physique (force, souplesse, coordination) ■ Autres activités sportives (sport scolaire, activités polysportives, entraînement complémentaire)

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

(Sec. I et II, école professionnelle comprise)

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 T2**
- Dispenses (également possibles au sein d'une école ordinaire) : **dès T2**
- Classe de sport/école de sport (selon le lieu d'entraînement/de l'école/du domicile) : **dès T2**

☑ [Notice « Coordination entre l'école/l'apprentissage et le sport de performance »](#)
☑ [Brochure « Formation professionnelle et sport de performance »](#)

Contact au sein de la fédération :

Guillaume Cuche
guillaume.cuche@tchoukball.ch

Organismes

responsables de la PR

Les organismes responsables peuvent être consultés et filtrés par niveau et par canton [ici](#).