Structure du parcours de l'athlète pour le sport d'élite

Swiss Tchoukball

swiss olympic | Member

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'entrainer 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					Sélection régionale	Cadre national				
				Centres régionaux						
				Clubs						
Volume d'entrainement hebdomadaire en heures	7	7	7	9	10	16	18	18	18	18
	6 / 1	5 / 2	4 / 3	3 / 2 / 4	2 / 4 / 4	2 / 6 / 8	1 / 7 / 10	1 / 7 / 10	1 / 7 / 10	1 / 7 / 10
Compétitions par année		10	15	20	35	45	50	50	50	50

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