

Strukturen des Athlet*innenwegs im Leistungssport

FTEM	Foundation			Talent				Elite		Mastery
Phase	F1	F2	F3	T1	T2	T3	T4	E1	E2	M
Schlagwort	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
Internationale Wettkämpfe	Verschiedene Sportarten kennen lernen und einen aktiven Lebensstil pflegen						U23-EM, U23-WM (19–22J)			
								YOJ (17–18J)		
Card/Kaderstruktur	Sich sportartspezifisch engagieren (mit/ohne Wettkampf)						U19-EM, U19-WM (16–18J)			
								Coupe de la Jeunesse (15–18J)		
								Elite Bronze	Silber Gold	Elite-Kader
							U23 Kader (19–23J)			
							Junior*innen Nationalmannschaft (16–19J)			
							Regional National Junior*innen Kader A (15–18J)			
					Regional		Futuro-Kader			
Wochenumfang in Stunden	5	10	10	12	12	16	20	28	28	28
								7	7	7
								9	9	9
								12	12	12
Anzahl Wettkämpfe/Jahr		5	10	10–12	15–17	18–20	22–25	29	29	29

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

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

Der Verband empfiehlt:

- Flexibilität zur Freistellung von einzelnen Trainings/Wettkämpfen (auch in der Regelschule): ab T3
- Dispensationen (auch in der Regelschule): ab T3
- Sportklasse/Sportschule (abhängig von Trainings-/Schul- und Wohnort): ab T4

- 📄 [Merkblatt «Schule/Lehre & Leistungssport»](#)
- 📄 [Broschüre «Berufliche Grundbildung und Leistungssport»](#)

Kontakt Verband:

Anne-Marie Howald
anne-marie.howald@swissrowing.ch
Telefon 041 660 95 24

Cards

- Gültigkeit:** Talent Cards (R, N): 01.04.–31.03.
Elite Cards (E, B, S, G): 01.02.–31.01.
- Altersrange:** Talent Card Regional: ~13–18J
Talent Card National: ~15–18J

NWF-Trägerschaften

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