

Tennis

[Swiss Tennis](#)
[FTEM Fédération](#)

Structure du parcours des athlètes dans le sport de performance

FTEM	Foundation			Talent				Elite		Mastery				
Phase	F1	F2	F3	T1	T2	T3	T4	E1	E2	M				
Mots-clés	Découvrir, apprendre et pratiquer des mouvements et des jeux de base			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	Découvrir différents sports et mener un mode de vie actif			S'engager dans un sport spécifique (avec/sans compétitions)			Grand Slam, JO		ATP/WTA Tour, Davis Cup / Billie Jean King Cup					
							ITF World Tennis Tour							
							U18 CE (individuel), Grand Slam Junior, YOG (16-18 ans)							
							U14/U16 CE (individuel+par équipe), EYOF (14-15 ans)							
Cards / structure des cadres	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)			U12 CE (par équipe)				
										U18 cadre national A, B, C		U22 Femmes / U23 Hommes cadre national A/B		
										U15 cadre national de la relève		U18 cadre suprarégionaux		
										U12 cadre suprarégionaux		Cadres régionaux U12 / U15 / U18		
Volume d'entraînement hebdomadaire en heures	5	6	8	9	13	16	20	22	22	22				
	5	2	3	4	6	10	12	16	18	18				
Compétitions par année			15 - 25	30 - 50	40 - 60	50 - 70	60 - 80	60 - 80	60 - 80	60 - 80				

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

Remarque: U12 = athlète jusqu'à 12 ans compris, vaut jusqu'à la catégorie U23

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 T1**
- Dispenses (également possibles au sein d'une école ordinaire) : **dès T1**
- Classe de sport/école de sport (selon le lieu d'entraînement/de l'école/du domicile) : **dès T2 (dès sec 1)**

[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 :

Annemarie Rüegg
 annemarie.rueegg@swisstennis.ch
 Téléphone 032 344 07 07

Cards

Validité : Talent Cards (R, N) : 01.05.–30.04.
 Elite Cards (E, B, A, O) : 01.05.–30.04.
Age : Talent Card Régionale : ~12-18 ans
 Talent Card Nationale : ~13-18 ans

Organismes responsables de la PR

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