



# Concept de promotion du sport de compétition Triathlon 2021 - 2024



Member



1

Sponsor



## Table des matières

<b>1.</b>	<b>INTRODUCTION.....</b>	<b>3</b>
<b>2.</b>	<b>ORGANISATION DE SWISS TRIATHLON .....</b>	<b>6</b>
2.1.	Charte.....	6
2.2.	Orientation stratégique.....	7
2.3.	vision, mission sport de performance .....	7
2.4.	Qui est qui ?.....	8
<b>3.</b>	<b>OBJECTIFS 2021 - 2024 .....</b>	<b>9</b>
<b>4.</b>	<b>APERÇU DES NIVEAUX DE SOUTIEN .....</b>	<b>11</b>
<b>5.</b>	<b>PARCOURS DE L'ATHLÈTE SELON LE FTEM - ATHLÈTE .....</b>	<b>12</b>
5.1.	Niveaux des cadres et critères de sélection .....	13
5.1.1.	Cadre régional T1 - T3 (14 - 19).....	13
5.1.2.	Cadre national junior T3 - T4 (16 - 19).....	14
5.1.3.	Cadre C T4 (≥20 - 26 ans) - Challenged / on the way .....	14
5.1.4.	Cadre B et A E1, E2, M (≥20 ans) - Be ready / Attack .....	14
5.1.5.	Statut des blessés .....	17
5.2.	sélections de cadres.....	15
5.2.1.	Sélections juniors .....	15
5.2.2.	Sélections Elite.....	17
5.3.	Transition - une transition en douceur .....	17
5.4.	Planification de carrière - carrière en alternance.....	18
5.4.1.	Formation en Foundation F1-F3.....	19
5.4.2.	Formation au talent T1-T4.....	19
5.4.3.	Formation en E1, E2, M .....	20
5.4.4.	Interlocuteur pour la planification de carrière.....	21
5.4.5.	Carrière post-sportive.....	21
<b>6.</b>	<b>CHEMIN DES ATHLÈTES SELON FTEM - TRAINING .....</b>	<b>22</b>
6.1.	Les organismes responsables en tant qu'environnement de développement	22
6.1.1.	Club .....	22
6.1.2.	Structure régionale .....	22
6.1.3.	Centre national de performance (CNP).....	23

6.2.	Des outils de promotion pour les clubs et les athlètes.....	24
6.2.1.	Jeunesse & Sport (J+S) .....	24
6.2.2.	Attribution du label aux clubs de formation.....	23
6.2.3.	Carte olympique suisse .....	25
6.2.4.	Fondation de l'Aide sportive suisse.....	26
6.2.5.	Armée .....	26
6.2.6.	Soutien des cantons et des fondations .....	27
6.3.	Plans d'entraînement cadre .....	27
6.4.	Transfert de talents .....	28
6.5.	Formation d'entraîneur .....	28
<b>7.</b>	<b>CHEMIN DES ATHLÈTES APRÈS FTEM - WETTKAMPF .....</b>	<b>31</b>
7.1.	Ligue régionale .....	31
7.2.	Ligue de la jeunesse .....	32
7.3.	Ligue nationale .....	32
7.4.	Compétitions internationales de jeunes talents .....	33
7.5.	Championnats internationaux U23 et Elite .....	34
7.5.1.	Critères de sélection pour les compétitions internationales Elite .....	34
<b>8.</b>	<b>INFRASTRUCTURE D'ENTRAÎNEMENT ET DE COMPÉTITION .....</b>	<b>37</b>
<b>9.</b>	<b>SOUTIEN SCIENTIFIQUE.....</b>	<b>38</b>
<b>10.</b>	<b>CONCEPT MÉDICAL.....</b>	<b>39</b>
<b>11.</b>	<b>ANNEXE.....</b>	<b>39</b>
11.1.	Critères du niveau de soutien local : .....	39
11.2.	Critères du niveau de soutien régional.....	40
11.3.	Critères du niveau national.....	41

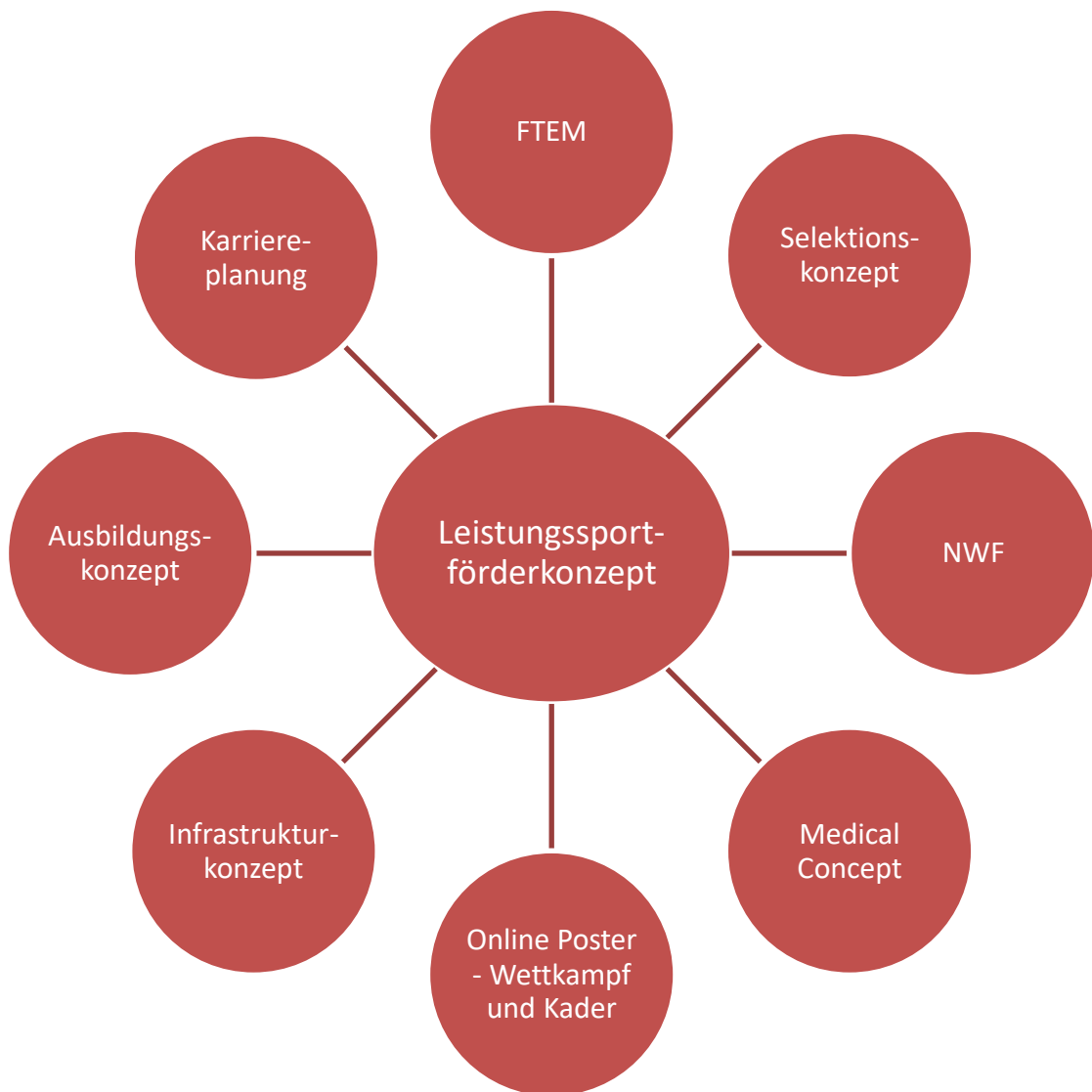
Pour des raisons de lisibilité, nous avons renoncé à l'utilisation simultanée des formes masculines et féminines de la langue. Toutes les désignations de personnes s'appliquent toutefois aux deux sexes.  
Compte tenu de la nouvelle version du règlement, nous utiliserons à nouveau la forme élargie (p. ex. sportifs, sportives).

Nous allons progressivement adapter nos documents.

# 1. INTRODUCTION

Avec le présent concept, Swiss Triathlon décrit la promotion du sport de compétition en Suisse. L'athlète est au centre de ce concept. Afin que la Suisse puisse continuer à se réjouir de médailles en triathlon lors des Jeux Olympiques, Swiss Triathlon s'engage pour une promotion structurée. Le développement et la continuité sont des piliers centraux pour le succès à long terme. Le chemin vers l'élite doit être décrit dans le document suivant et les compétences et concepts expliqués. L'athlète comme figure de proue, mais l'équipe comme force portante. Ce n'est qu'ensemble que nous ferons rêver la Suisse.

Pour expliquer les structures de soutien, il faut de nombreux concepts partiels. Le graphique suivant tente de représenter la complexité de manière claire. Dans ce concept, toutes les pièces du puzzle sont écrites. Comme le FTEM est une représentation globale du parcours de l'athlète, ce concept de promotion est construit sur la base de sa structure.



L'objectif du concept est de décrire l'orientation stratégique du sport. Cela doit permettre de parler de la même chose et de soutenir et faire progresser ensemble le triathlon.

Le deuxième chapitre décrit l'organisation de Swiss Triathlon. Le troisième chapitre du concept explique le développement de la performance internationale.

La deuxième partie, avec les chapitres 4 à 7, traite des différentes phases du parcours de l'athlète Swiss Triathlon (concept cadre FTEM), aborde les interfaces et explique les mesures de promotion concrètes. Enfin, il est question de l'infrastructure nécessaire et du soutien de la science et de l'équipe médicale.

Ensemble, nous sommes plus forts. Nous essayons ainsi de communiquer plus clairement en interne à l'avenir. Pour ce faire, une communication par groupe cible sera mise en place.

Présidents	Conférence des présidents
Chef du sport	Meeting de sport de compétition / Meeting de label
NW Responsable	Forum PR
Entraîneur	Kick-off Coach 2 coach Journée des entraîneurs

De manière générale, ce concept de promotion du sport de performance permet de fournir à toutes les personnes intéressées les informations nécessaires sur le triathlon. Que ce soit les parents, les établissements d'enseignement, les partenaires, les responsables de clubs, etc.

Merci pour votre passion et votre engagement pour le sport.

## 2. ORGANISATION DE SWISS TRIATHLON



### 2.1. CHARTE

#### **But (extrait des statuts)**

Swiss Triathlon est la fédération suisse spécialisée dans les multisports d'endurance tels que le triathlon, le duathlon, l'aquathlon, le triathlon d'hiver et tous les autres sports d'endurance multidisciplinaires, regroupés ci-après sous le terme de triathlon. Swiss Triathlon est membre de World Triathlon, d'Europe Triathlon et de Swiss Olympic.

Swiss Triathlon a pour but de promouvoir le triathlon en Suisse en tant que sport de masse et de compétition. Elle garantit un déroulement contrôlé des compétitions dans le cadre de ses règlements et des dispositions des fédérations internationales spécialisées (ETU/ITU) et offre des prestations de service à ses membres ainsi qu'à d'autres organisations et personnes intéressées par le triathlon.

Swiss Triathlon est politiquement et confessionnellement neutre et assure l'égalité de traitement pour tous.

## 2.2. ORIENTATION STRATÉGIQUE

### Relève

- Offrir un cadre optimal pour que les talents atteignent le sommet.
- Identification et promotion des talents.
- Assurer les transitions.
- Renforcer les structures des clubs.

### Sport de haut niveau

- Offrir des conditions-cadres optimales pour que les athlètes puissent fêter leurs succès lors de grands événements internationaux.
- Promouvoir l'esprit d'équipe.
- Création et développement d'un centre de compétences

## 2.3. VISION, MISSION SPORT DE PERFORMANCE

Il en résulte les visions suivantes pour le sport :

Swiss Triathlon...

...a du succès au niveau international, notamment aux JO.

...propose aux athlètes un parcours d'athlète qui peut mener au succès.

...est pour les athlètes un partenaire transparent et équitable dans leur évolution du sport de la relève au sport d'élite.

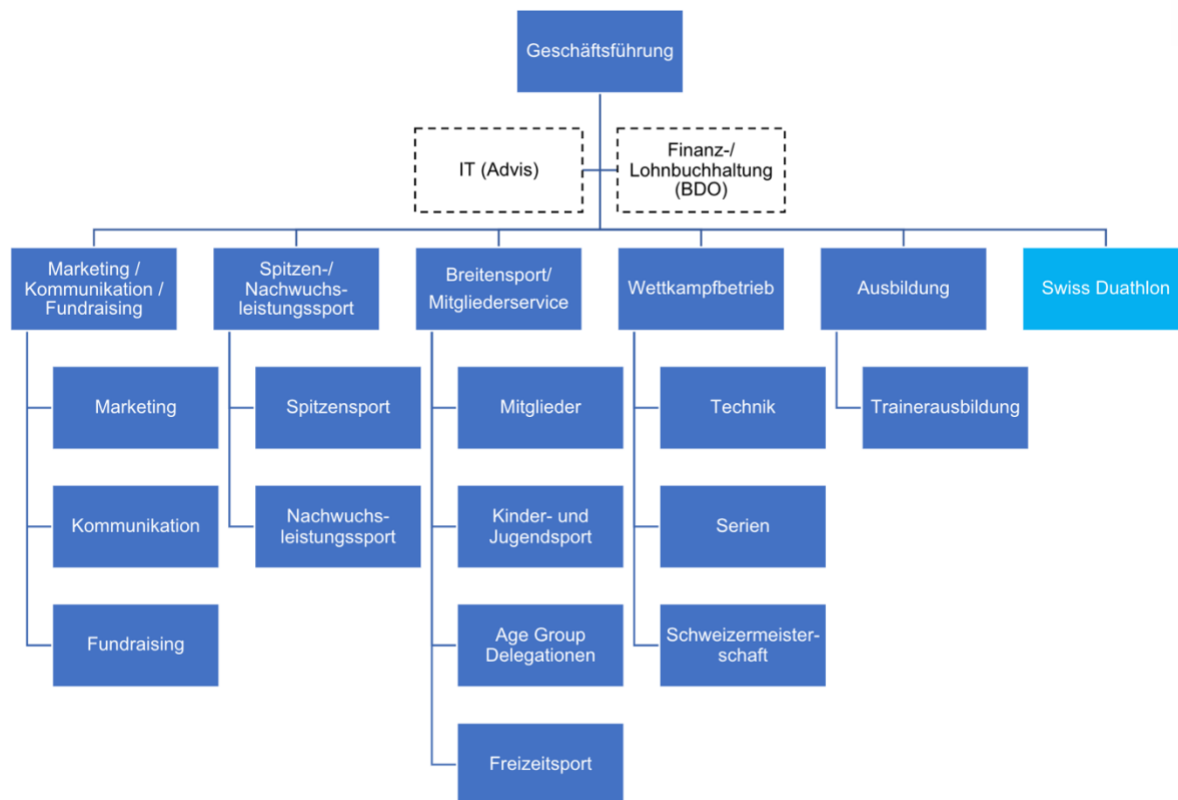
...est un précurseur dans l'évolution vers le supersprint.

En conséquence, les points suivants sont définis comme mission :

- Swiss Triathlon offre au CNP (centre national de performance) du campus de Sursee un environnement d'entraînement optimal qui permet aux athlètes de progresser. L'organisation de camps d'entraînement en fait également partie.
- Swiss Triathlon gère des structures de cadres et soutient les athlètes dans la mesure où cela est possible selon sa situation financière.
  - Les critères de sélection pour la répartition des cadres sont transparents et les prestations de soutien pour les différents cadres sont transparentes.
  - Les décisions de sélection pour les différents cadres sont motivées et transparentes.
- Swiss Triathlon établit et publie des critères de sélection pour les championnats internationaux.
  - Les critères de sélection sont transparents.
  - Les décisions de sélection sont motivées et transparentes.

## 2.4. QUI EST QUI ?

L'organigramme de Swiss Triathlon se présente comme suit :



Adresse :  
Swiss Triathlon  
Talgut-Zentrum 27  
3063 Ittigen bei Bern

Page d'accueil :  
[www.swisstriathlon.ch](http://www.swisstriathlon.ch)

Organes et commissions :  
Les organes et commissions sont disponibles sous le lien suivant.  
<https://swisstriathlon.ch/fr/commission/>



### 3. OBJECTIFS 2021- 2024

Dans le sport de compétition, Swiss Triathlon a des objectifs de performance concrets, ainsi que des objectifs de développement. La fédération n'a qu'une influence limitée sur les objectifs de performance. Elle essaie de soutenir les performances par le meilleur travail possible lors de la préparation et le développement sur le parcours de l'athlète.

Les objectifs de performance prévoient les classements suivants pour les prochaines années :

INTERNATIONALER GROSSANLASS	2021	2022	2023	2024
OS				2x Top 8
WM Elite	2x Top 8	1x Top 10	2x Top 8	1 Top 8 & 1 Top 10
EM Elite	1x Top8 & 1x Top10	1x Top 10	2x Top 8	1 Top 3 & 1 Top 8
WM höchste Nachwuchskategorie	1x Top 10 & 1x Top20	1x Top 15	1x Top 15	1x Top 15
EM höchste Nachwuchskategorie	1x Top 10 & 1x Top20	1x Top 15	1x Top 15	1x Top 15

Les objectifs de développement sont au cœur de la promotion du sport de performance. C'est pourquoi ils sont également poursuivis en priorité. Les objectifs de développement représentent l'ensemble de la construction autour de l'athlète. Le but est d'accompagner les athlètes à long terme dans leur parcours et de permettre un développement logique.

- Adapter les structures aux besoins actuels de la discipline sportive et les établir. (CNP comme centre de base, structures régionales comme support)
  - Pour ce faire, les structures régionales seront analysées au cours de ce cycle et l'optimisation sera initiée. Parallèlement, le CNP est mis en place et offre un environnement propice au sport de performance pour l'athlète.
- Actualiser le concept de compétition et les sélections
  - Pour la formation d'un athlète, les compétitions et les sélections de cadres sont d'une importance capitale. Celles-ci donnent également un fil conducteur pour le contenu de l'entraînement. L'analyse a lieu dans le cadre de l'analyse des structures régionales principalement en 2022 et seront ensuite mises en œuvre jusqu'en 2024.
- Planification de carrière athlètes comme valeur fixe
  - La carrière duale est d'une importance capitale en Suisse. En effet, nous partageons la responsabilité du développement des athlètes et souhaitons nous assurer que l'on pense également à la carrière post-sportive.
- Plus d'entraîneurs de triathlon dans les clubs

- Pour que l'athlète puisse se développer, il est indispensable d'avoir plus d'entraîneurs de triathlon. En tant qu'encadrant pour le sport et aussi souvent pour le développement en tant qu'être humain à côté du sport, nous souhaitons former des personnes qualifiées spécifiques à la discipline et professionnaliser davantage le métier d'entraîneur dans les clubs.
  
- Utiliser les sciences du sport et les mettre en pratique
  - En plus de l'important "œil de l'entraîneur" et du "sentiment de ventre de l'entraîneur", nous souhaitons soutenir les athlètes à un autre niveau grâce à des chiffres et des projets de valeur. De plus, les projets en sciences du sport permettent de générer une pièce supplémentaire du puzzle pour le développement dans le sport.

Les analyses d'événements nationaux et internationaux, ainsi que le Swiss Olympic Sport-Check et le SWOT 2020 ont servi de base à ces objectifs de développement.

## 4. APERÇU DES NIVEAUX DE SOUTIEN

Le parcours de l'athlète Swiss Triathlon FTEM est basé sur FTEM Suisse, qui a été développé par l'Office fédéral du sport (OFSP) et Swiss Olympic et qui constitue la structure de base ainsi qu'un langage commun en matière de promotion du sport et des athlètes pour toutes les personnes impliquées dans le sport.

Le modèle FTEM comprend 4 domaines clés : Foundation (F), Talent (T), Elite (E) et Master (M).

Les niveaux de soutien sont représentés en détail dans le modèle FTEM. Avant d'aborder ici les différents niveaux, voici d'abord un aperçu sommaire.

### LOCAL

L'athlète s'entraîne

(Swiss Olympic Card locale)

Au club

(Label club de formation, bronze, argent)

Avec l'entraîneur de triathlon

(Moniteur J+S Triathlon / Entraîneur C, B)

Et acquiert ses premières expériences de la compétition

(Regio League)

### REGIONAL

L'athlète s'entraîne

(Cadre régional / Swiss Olympic Talent Card régionale)

Au club

(Label Or, Centre régional d'entraînement ou Centre régional de performance)

Avec l'entraîneur de triathlon,

(Moniteur J+S Triathlon / Entraîneur A)

Participe aux mesures de l'association

(Camp, Week-end)

Et participe à des compétitions

(Regio League, Youth League, National League, championnats suisses)

### NATIONAL

L'athlète s'entraîne

(Cadre national juniors et élite / Swiss Olympic Talent Card nationale, Swiss Olympic Card élite, bronze, argent, or)

Au club ou au centre de performance

(Label Or ou Centre de performance régional ou Centre de performance national)

Avec l'entraîneur de triathlon,

(Entraîneur A / Entraîneur professionnel)

Participe aux mesures de l'association

(Camp, Week-end, courses d'équipe en développement, testing, médical)

Et représente la Suisse lors de compétitions.

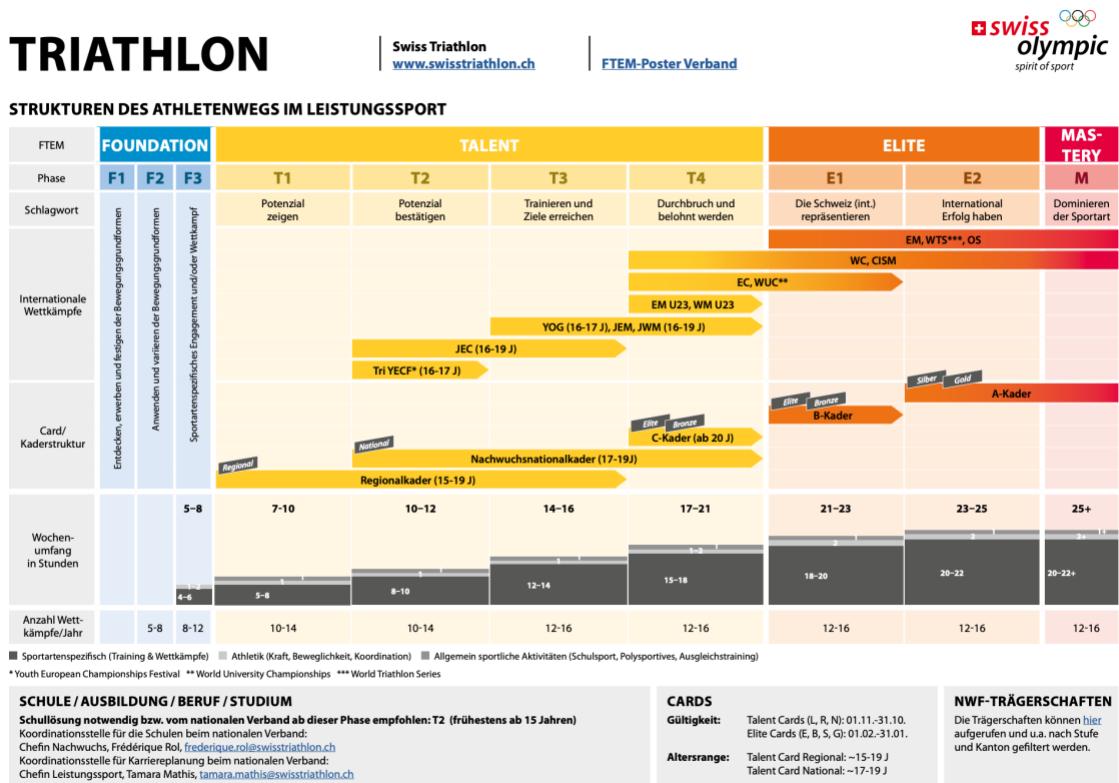
(Ligue nationale, championnats suisses)

EYOF, YOG, Coupe d'Europe de triathlon, Coupe du monde, Championnat du monde de triathlon, Jeux olympiques)

Le développement positif de l'athlète est au centre de nos préoccupations. Outre l'encouragement adapté à l'âge, le plaisir et donc la motivation à faire du sport / à rester actif dans le sport tout au long de la vie sont également importants.

Le coup d'envoi est donné au niveau local - dans les clubs locaux. A partir d'un certain niveau, l'encouragement et les exigences se font au niveau régional, avant que nous puissions nous développer au niveau national et réussir au niveau international.

Les structures sont en outre représentées séparément dans un document. Cela permet d'avoir une vue d'ensemble des cadres, des compétitions et des plans d'entraînement cadre.



Le document peut également être consulté séparément [en ligne](#).

Pour que la formation adaptée au niveau de l'athlète puisse être garantie, les entraîneurs doivent également évoluer et apporter un savoir-faire au niveau de la formation. Cela passe d'une part par la voie théorique de la formation des entraîneurs, mais aussi par l'expérience pratique. Si un entraîneur se sent à l'aise à son niveau et ne souhaite pas évoluer, il convient d'en discuter ouvertement avec l'athlète et ses parents et de chercher une solution adaptée et encourageante.

Les détails concernant la formation des entraîneurs se trouvent au chapitre 6.5.

## 5. PARCOURS DE L'ATHLÈTE SELON LE FTEM - ATHLÈTE

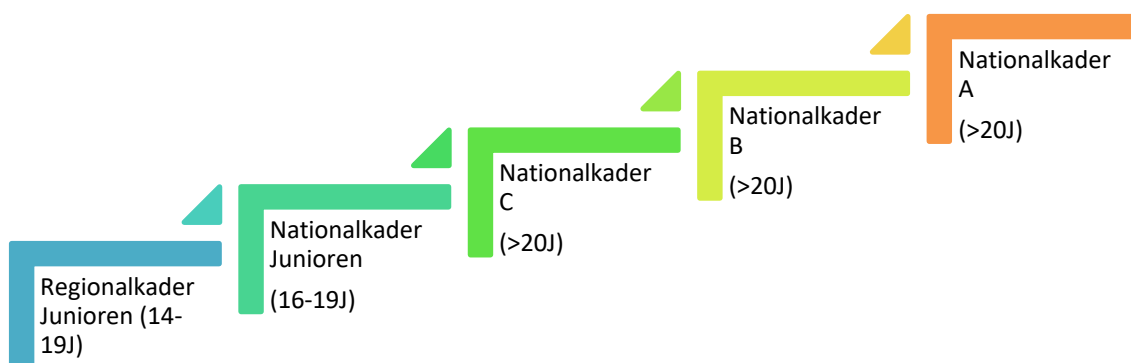
	Foundation 1	Foundation 2	Foundation 3	Talent 1	Talent 2	Talent 3	Talent 4	Elite 1	Elite 2	MASTERY
<b>Lern- und Leistungsstufe</b>	Entdecken und Erwerben der Bewegungsgrundformen	Anwenden und Variieren der Bewegungsgrundformen	Sportartspezifisches Engagement und Wettkampf	Potential zeigen	Potential bestätigen	Trainieren und Ziele erreichen	Durchbruch und belohnt werden	Die Schweiz international prädestinieren	International Erfolg haben	Dominieren der Sportart
<b>Merkmale</b>	Altersgemässe polysportive Ausbildung	Aufbau und Verfeinern des Bewegungsgrundschatzes im Wasser und an Land	Training der drei Triathlon-disziplinen, Vorbereitung und Teilnahme an Wettkämpfen	Commitment zum Triathlon, Teilnahme an Kadertests und nationalen Wettkämpfen	Commitment zum Leistungssport, Erhöhung des Trainingsaufwands und Engagements	Orientierung am internationalen Leistungsniveau	Sport hat höchste Priorität, Anschluss an die nationale Spitze schaffen (Elite)	Etablierung auf internationalem Niveau (WTS-Ebene)	Erreichen von Podestplätzen bei internationalen Meisterschaften	Wiederholte erfolgreiche Teilnahme an Olympischen Spielen
<b>Kaderstufe</b>				Regionalkader (14 - 19 Jahre)	Regionalkader (14 - 19 Jahre) Nachwuchsregionalkader (16 - 19 Jahre)	Regionalkader (14 - 19 Jahre) Nachwuchsregionalkader (16 - 19 Jahre)	C-Kader (20 - 26 Jahre)	B-Kader (> 20 Jahre)	A-Kader (> 20 Jahre)	A-Kader (> 20 Jahre)
<b>Selektionskriterien (Kader)</b>				PISTE	PISTE	PISTE	Top 175 (w) / Top 200 (m) ITU World Ranking	Top 50 ITU World Ranking	Top 50 ITU World Ranking	Top 15 ITU World Ranking
<b>Schule / Ausbildung / Beruf</b>	Spielgruppe KITA Kindergarten Primarschule	Kindergarten Primarschule	Primarschule Sekundarschule	Sekundarschule Sportschule	Sportschule Berufsaufnahme in einem leistungsportfreundlichen Lehrbetrieb	Sportschule Berufsaufnahme in einem leistungsportfreundlichen Lehrbetrieb	Ein auf den Sport abgestimmtes Studium oder Teilzeitausbildung (Arbeit oder Ausbildung)	Profisportler	Profisportler	Profisportler
<b>Belastung durch Schule und Beruf</b>	100%	100%	100%	100%	90%	80%	60%	40%	Sport als Beruf	Sport als Beruf
<b>Unterstützung des Verbandes</b>				Trainingstage und Trainingslager Betreuung durch Regio Coach	Trainingstage und Trainingslager Betreuung durch National Coach Juniors oder Regio Coach Leistungsdiagnostik, sportärztliche Untersuchung Sportmedizinische und sportpsychologische Unterstützung	Trainingstage und Trainingslager Betreuung durch National Coach Juniors oder Regio Coach Leistungsdiagnostik, sportärztliche Untersuchung Sportmedizinische und sportpsychologische Unterstützung	Trainingslager Betreuung durch National Coach Elite / U23 Leistungsdiagnostik, sportärztliche Untersuchung Sportmedizinische und sportpsychologische Unterstützung Finanzielle Unterstützung	Trainingslager Betreuung durch National Coach Elite / U23 Leistungsdiagnostik, sportärztliche Untersuchung Sportmedizinische und sportpsychologische Unterstützung Finanzielle Unterstützung	Trainingslager Betreuung durch National Coach Elite / U23 Leistungsdiagnostik, sportärztliche Untersuchung Sportmedizinische und sportpsychologische Unterstützung Finanzielle Unterstützung	Trainingslager Betreuung durch National Coach Elite / U23 Leistungsdiagnostik, sportärztliche Untersuchung Sportmedizinische und sportpsychologische Unterstützung Finanzielle Unterstützung

L'ensemble du parcours des athlètes est disponible [en ligne](#).

Dans cette section, l'athlète est au centre de l'attention. Les thèmes du cadre, de la sélection et de la carrière y sont expliqués.

### 5.1. NIVEAUX DE CADRES

Les niveaux de cadre sont un moyen de classer les athlètes et leur niveau de développement. Swiss Triathlon sélectionne les athlètes dans les niveaux de cadre suivants :



#### 5.1.1. Cadre régional juniors T1 - T3 (14- 19)

Swiss Triathlon commence la sélection des cadres dès le passage de la catégorie écolier à la catégorie jeunesse. Les athlètes qui entrent en ligne de compte pour une sélection de cadre montrent lors des tests et des compétitions PISTE qu'ils ont du potentiel, s'engagent dans le triathlon et s'entraînent de manière ciblée.

En faisant partie du cadre pendant plusieurs années, ils confirment leur potentiel. Swiss Triathlon gère différents cadres régionaux, répartis selon les régions linguistiques.

Les athlètes d'un cadre régional reçoivent une Swiss Olympic Talent Card régionale. Le nombre de ces cartes est limité à 50.

Le cadre régional est encadré par le chef de la relève, l'entraîneur national des juniors et surtout le coach régional. Un week-end avec un objectif de développement est proposé tous les deux mois. La participation est volontaire. Ces mesures ont pour but de faire progresser les athlètes par des comparaisons régionales et des apports professionnels.

### **5.1.2. Cadre national espoirs juniors T3 - T4 (16- 19)**

Les athlètes sélectionnés dans le cadre national de la relève font partie des meilleurs de leur année au niveau national et ont un grand potentiel pour réussir leur transition vers le domaine de l'élite. Au niveau international, ces athlètes se comparent à leurs concurrents du même âge. Les athlètes qui ont déjà du succès au niveau international dans leur catégorie (top 6 juniors aux CE, top 10 juniors aux CM) ont déjà atteint le niveau T4 sur le parcours des athlètes FTEM. Le chef de la relève est responsable de l'encadrement du cadre national de la relève avec le coach national Juniors. Les athlètes du cadre national junior reçoivent une Swiss Olympic Talent Card nationale. Le nombre de ces cartes est limité à 15.

Deux camps et quelques week-ends d'entraînement sont proposés aux cadres nationaux juniors. Dans le cadre du développement des compétences de compétition, des courses d'entraînement ainsi que les premières courses internationales sont abordées en tant que délégation. Les meilleurs de Suisse se rencontrent pour un échange commun - généralement au CNP - afin de pouvoir apprendre de leurs modèles. En raison de la carrière duale (ou premier diplôme de formation), l'entraînement se déroule souvent encore dans les structures d'origine.

### **5.1.3. Cadre C T4 (≥20 - 26 ans) - Challenged / on the way**

Les athlètes des catégories U23 et Elite peuvent être sélectionnés dans le cadre C. L'entrée dans ce niveau de cadre se fait par la réalisation de performances en compétition. Comme le niveau de performance international de l'élite est nettement plus élevé que celui des juniors, il n'est pas facile de s'établir dans la catégorie élite.

Ce domaine T4, dans lequel se trouvent les athlètes, doit être considéré comme un domaine clé dans leur carrière sportive. C'est là que se décide leur capacité à rejoindre l'élite internationale.

Cela peut prendre plusieurs années, car peu d'athlètes suisses de la relève font partie de l'élite internationale dans la catégorie junior. D'autres nations permettent à leurs jeunes athlètes de suivre une formation duale de plusieurs années avec une solution scolaire adaptée au sport. De ce fait, de nombreux

jeunes sportifs étrangers réalisent des volumes d'entraînement plus élevés que nos athlètes du même âge. En conséquence, le pas à franchir entre le niveau junior et le niveau élite, en passant par les moins de 23 ans, est normalement plus important pour le sportif suisse. Toutefois, il s'avère que le potentiel de développement est également plus élevé. Swiss Triathlon souhaite donner à l'athlète le temps nécessaire pour rattraper son retard. C'est la raison pour laquelle il est possible d'appartenir au cadre C pendant plusieurs années.

Outre les critères de sélection, les points suivants sont pertinents pour le maintien dans le cadre C :

- une focalisation sur le sport conformément au plan de carrière convenu et
- une évolution positive des performances sur plusieurs années.

Des conventions d'objectifs individuelles sont en outre conclues avec les athlètes qui font déjà partie du cadre C depuis longtemps.

Le cadre C est encadré par le chef du sport de compétition et l'entraîneur national de l'élite. Deux à trois camps ont lieu chaque année, ainsi que des mesures isolées, comme les development squad races et les délégations aux courses. De plus, les portes du CNP sont ouvertes à tout moment pour de brèves interventions.

#### **5.1.4. Cadre B et A E1, E2, M (≥20 ans) - Be ready / Attack**

Les athlètes des cadres B et A ont atteint le niveau de l'élite internationale. On peut s'attendre à ce que les participants aux Jeux olympiques soient sélectionnés parmi ces athlètes.

Afin d'influencer positivement cette évolution, il existe en outre un groupe de projet olympique

Les cadres B et A sont encadrés par le chef du sport de compétition et l'entraîneur national de l'élite. Deux à trois camps ont lieu chaque année, ainsi que des mesures isolées, comme les development squad races et les délégations aux courses. De plus, les portes du CNP sont ouvertes à tout moment pour de brèves interventions.

## **5.2. SÉLECTIONS DE CADRES**

### **5.2.1. Sélections juniors**

Swiss Triathlon a pour mission de découvrir des talents prometteurs, c'est-à-dire des athlètes de la relève présentant un potentiel particulier pour une performance et des succès élevés, et de les initier dans un premier temps au sport de compétition par une promotion ciblée, puis de les soutenir à tous les niveaux de performance jusqu'à ce qu'ils deviennent des athlètes d'élite.

Pour l'identification et la sélection des talents, la sélection dans les cadres régionaux et le cadre national de la relève se fait selon PISTE.

**PISTE** signifie

**P** - Prédicatif, se baser sur les performances futures à l'âge de l'élite et non sur les performances actuelles

**I** - Intégratif, différents facteurs pertinents pour les performances futures inclure

**S** - Permettre une approche systématique et standardisée

**T** - Impliquer les formateurs en tant que vecteurs de compétences essentiels

**E** - Utiliser les évaluations des formateurs comme méthode d'évaluation

Vous trouverez de plus amples informations sur l'identification et la sélection des talents dans le manuel de Swiss Olympic.

Les critères suivants sont pris en compte dans la sélection des talents et des cadres de Swiss Triathlon :

- Performances en compétition
- Tests de performance
- Conditions d'octroi des prestations
- Évaluation du potentiel
- Niveau de développement biologique
- Conditions d'entraînement de l'athlète

L'évaluation du potentiel est effectuée par les coachs régionaux, le coach national junior et le responsable de la relève de Swiss Triathlon en tenant compte des points suivants :

- Âge et effort d'entraînement
- Environnement de l'athlète
- Motivation de l'athlète
- Conditions psychologiques de l'athlète
- Évolution des performances de l'athlète (pour les athlètes plus âgés à l'entraînement)
- Capacité de charge de l'athlète
- Conditions constitutionnelles

Le processus de sélection commence au printemps avec les journées de test et se termine en septembre. A la fin du processus, la Commission de sélection de la relève transmet les résultats à Swiss Olympic avec une proposition de sélection. La décision finale concernant l'attribution des Swiss Olympic Talent Cards régionales et nationales liées à la sélection revient à Swiss Olympic.

Le [concept de sélection](#) actuel ainsi que la [liste des cadres](#) sont disponibles sur le site de Swiss Triathlon.



## 5.2.2. Sélections Elite

L'objectif principal de Swiss Triathlon dans le sport de compétition est de célébrer des succès internationaux.

L'objectif est de remporter des médailles aux Jeux olympiques de 2024 et 2028, aussi bien en course individuelle qu'en relais mixte.

La participation et l'obtention de médailles aux championnats internationaux (championnats du monde et d'Europe) ainsi qu'à d'autres compétitions internationales (Coupe du monde et Coupe d'Europe) se situent dans le parcours de l'athlète vers l'objectif susmentionné. Elles doivent contribuer au développement de l'athlète et à l'atteinte d'un niveau international plus élevé.

L'évolution internationale va dans le sens de distances plus courtes et la distance standard n'a plus le même poids que par le passé. Cela est également dû à l'importance accrue du relais mixte. Les athlètes qui souhaitent participer aux Jeux Olympiques 2028 ou 2020 mettent l'accent sur les distances de super sprint et de sprint en se basant sur le calendrier des compétitions.

La commission de sélection Elite est responsable de la sélection pour les cadres C, B et A. La période de sélection commence le 1.1. d'une année et se termine en octobre. Outre les performances en compétition, la sélection tient également compte de l'évolution des performances.

D'autres informations telles que le [concept de sélection](#) et la [liste des cadres](#) sont disponibles sur le site Internet.

## 5.2.3. Statut des blessés

L'objectif de Swiss Triathlon est de promouvoir l'athlète de manière optimale. Malheureusement, des blessures peuvent survenir en cours de route. C'est pourquoi Swiss Triathlon prononce une clause de blessure - celle-ci peut être de nature physique ou psychique. Si un athlète doit s'arrêter en raison d'une blessure et ne peut donc pas présenter les performances requises lors des compétitions, son statut est gelé. Au moment où l'athlète décide qu'il est de nouveau suffisamment en forme pour participer à des compétitions, ses performances comptent de nouveau à part entière. Si la décision est prise de justesse pour un cadre, de tels arguments peuvent être invoqués en plus.

## 5.3. TRANSITION - UNE TRANSITION EN DOUCEUR

Il y a plusieurs transitions à maîtriser dans le parcours de l'athlète. La plus importante est sans doute le passage des juniors à l'élite. Swiss Triathlon est conscient de ces défis et a donc défini des mesures spécifiques de soutien.

La transition 1 se situe dans le T3 et décrit la dernière année chez les juniors. Il existe une collaboration entre l'entraîneur national élite et l'entraîneur national juniors. Les progrès et les objectifs sont discutés lors d'échanges réguliers avec l'athlète et son entraîneur personnel. Un soutien est apporté lors de la planification de la saison, de l'entraînement et de la compétition. L'orientation vers un niveau de performance international sert de base.

L'objectif est d'acquérir de l'expérience et de s'introduire avec succès dans les coupes d'Europe au niveau élite, ainsi que de réussir les championnats d'Europe

et du monde juniors. L'entraînement sert à former un athlète complet et le programme est spécifique au triathlon. Les courses de la National League font partie de la formation. Si le niveau de l'athlète est correct, l'entraîneur national élite invite ces athlètes au camp de printemps de l'élite. L'invitation se fait sur la base du développement de l'athlète, de son comportement à l'entraînement et en collaboration avec l'entraîneur personnel puis l'athlète. Pour ce faire, l'évolution et la performance lors de camps précédents au niveau junior sont également prises en compte et la décision est prise en concertation avec l'entraîneur national junior. Les performances en Ligue nationale, lors des Coupes Europe Triathlon Junior (2 x top 10) ainsi que lors des championnats internationaux (CM juniors ou CE juniors top 20) servent de baromètre.

La transition 2 décrit le parcours de l'athlète T3/T4 (première année du cadre d'élite C). L'athlète essaie d'arriver à la première année élite. La collaboration entre l'entraîneur national élite et l'entraîneur national junior est maintenue afin de progresser et d'atteindre des objectifs pour la saison en cours, en collaboration avec l'athlète et son entraîneur. L'objectif est d'améliorer la constance de l'entraînement (journal d'entraînement, tests et courses), ainsi que la constance des courses en National League, Europe Triathlon Cup et Championnats d'Europe U23. Le triathlon est maintenant plus au centre de l'attention et il y a une évolution des performances au niveau international. Cela se voit dans les performances lors des Europe Triathlon Cup, des CE U23 et des CM U23. L'athlète acquiert une expérience internationale et apprend à être prêt à temps pour réaliser une performance optimale ("one day, one race"). Des possibilités d'entraînement à plein temps et en groupe sont disponibles au NLZ. A ce niveau, l'entraînement de triathlon devrait être adapté individuellement à l'athlète.

Par ailleurs, on entend également par transition l'exclusion du cadre. Il y a de nombreux moments clés dans le développement des athlètes et la vie ne se planifie pas, c'est pourquoi des facteurs supplémentaires imprévisibles peuvent avoir une influence. C'est pourquoi Swiss Triathlon souhaite également accorder une "année intermédiaire" aux athlètes qui n'atteignent pas les critères du cadre. Durant cette +1 année, nous permettons aux athlètes de profiter de certaines offres de la fédération. Nous remplissons ainsi notre obligation envers les athlètes en tant que prestataire de services et de soutien. Nous sommes convaincus qu'il s'agit là d'un puzzle important dans le développement à long terme de l'engagement dans le sport tout au long de la vie.

Nous essaierons à l'avenir de standardiser le domaine de la transition et de mettre à disposition des outils. Jusqu'à présent, l'échange ouvert a bien fonctionné et il a été possible de réagir aux situations individuelles.

#### **5.4. PLANIFICATION DE CARRIÈRE - CARRIÈRE EN ALTERNANCE**

Les sportifs de haut niveau poursuivent généralement une double carrière : leur carrière sportive et leur carrière professionnelle. Il est important de choisir la bonne formation et de planifier sa carrière professionnelle à l'avance afin de gérer au mieux sa carrière de sportif d'élite et de se créer les meilleures perspectives possibles pour l'après.

Les exigences scolaires/professionnelles augmentent souvent parallèlement aux exigences sportives. C'est pourquoi il existe des solutions adaptées. Des informations de Swiss Olympic sur les solutions scolaires pour les sportifs sont disponibles [en ligne](#).

Les paragraphes suivants ont pour but de décrire les particularités par niveau et de présenter des propositions de solutions possibles.

Un outil pour la planification de carrière sera créé et initié par Swiss Triathlon d'ici 2024. La planification de carrière est d'une grande importance et doit être prise en compte de manière plus intensive.

#### **5.4.1. Formation en Foundation F1-F3**

Les enfants fréquentent une école ou une classe ordinaire. Cela permet de concilier les contraintes de l'entraînement sportif et de la compétition et est important pour que les jeunes sportifs construisent un environnement social dans leur entourage. De même, la participation aux cours d'éducation physique est essentielle, car une grande diversité de mouvements doit être encouragée.

#### **5.4.2. Formation au talent T1-T4**

Durant cette phase du parcours de l'athlète, les contraintes liées au sport augmentent. L'objectif est de concilier sport de compétition et formation. Avec l'obtention d'une Swiss Olympic Talent Card régionale ou nationale, il est possible de fréquenter une Swiss Olympic Partner School. A partir de T2 ou lorsque la catégorie des moins de 18 ans est atteinte, Swiss Triathlon recommande de fréquenter une classe sportive afin de répondre aux exigences scolaires et sportives.

Lors du choix d'une solution d'école de sport, il convient de veiller à ce que les créneaux horaires gagnés ne soient pas perdus en raison de l'allongement des temps de trajet pour se rendre à l'école et à l'entraînement. Dans ce cas, il convient d'évaluer si le maintien dans une école ordinaire est éventuellement plus judicieux.

Certains jeunes talents sportifs optent pour un apprentissage professionnel après leur scolarité normale. Afin de faire avancer sérieusement la formation professionnelle et le sport, Swiss Triathlon recommande à ses athlètes de cadre de suivre une formation dans une "entreprise formatrice favorable au sport de performance". La brochure "[Formation professionnelle initiale et sport de performance](#)" mise à disposition par Swiss Olympic peut être utilisée comme soutien.

Jusqu'à la fin de l'école ou de l'apprentissage, la formation est au centre des préoccupations. Les solutions présentées pour les écoles de sport et les formations doivent toutefois permettre d'accorder suffisamment de temps et d'espace à la carrière sportive.

Les athlètes qui se trouvent au niveau T4 et qui souhaitent rejoindre l'élite nationale et, dans un deuxième temps, atteindre le niveau de performance international, doivent bien planifier leur carrière duale, car les exigences sportives sont très élevées. La charge d'entraînement annuelle se situe entre

800 et 1'000 heures. Les camps d'entraînement pour la préparation de la saison et les compétitions internationales impliquent des déplacements plus importants et nécessitent une grande flexibilité de la part de l'employeur ou de la filière choisie. Désormais, ce n'est plus la formation scolaire ou professionnelle qui devrait être au centre des préoccupations, mais le sport.

Swiss Olympic propose aux titulaires d'une Swiss Olympic Card des [conseils de carrière](#) adaptés au sport de compétition. Les conseillers de carrière présents dans les centres d'information professionnelle apportent également leur aide. Outre les conseils, il est utile, au moment de choisir ses études, d'échanger ses expériences d'études avec des sportifs de haut niveau qui ont des exigences similaires en matière d'entraînement et de compétition.

**Sport de haut niveau et études** : il convient de noter que le sport de haut niveau et des études flexibles, par exemple des études à distance, qui peuvent être idéalement combinées avec le sport, exigent de l'athlète beaucoup de responsabilité personnelle et de discipline. Cela peut être un obstacle pour certains sportifs. Il existe déjà des programmes de mentorat ou des plateformes utiles (par ex. eduwo.ch). Plus de détails [en ligne](#).

**Sport d'élite et travail** : les athlètes ayant terminé leur formation professionnelle ou leurs études peuvent bénéficier d'"[employeurs favorables au sport d'élite](#)".

**Sport professionnel**: certains athlètes se lancent dans le sport professionnel directement après l'école ou l'apprentissage. Il est rare qu'à ce niveau de performance, les sportifs gagnent déjà un revenu suffisamment élevé pour subvenir eux-mêmes à leurs besoins et dépendent du soutien de leurs parents. Même si le sportif dispose désormais de suffisamment de temps pour se concentrer pleinement sur le sport, cela peut également constituer un obstacle : il manque soudain une structure journalière régulière. Les attentes personnelles et, le cas échéant, celles de l'entourage en matière de réussite sportive augmentent, car les "conditions idéales" sont réunies. Mais si le succès n'est pas immédiat, l'athlète peut se mettre à douter de lui-même, car il n'a plus d'autre centre d'intérêt en raison de ses études ou de son travail.

Chaque athlète est différent et a des besoins et des conditions différents. L'objectif est de trouver la meilleure voie individuelle. Swiss Triathlon assume sa responsabilité en matière de conseil et de coaching afin de trouver la solution optimale en collaboration avec les parents. La liste des interlocuteurs pour chaque groupe cible figure au point 5.4.4.

### 5.4.3. Formation en E1, E2, M

Atteindre le niveau E1 est possible avec un faible engagement professionnel ou en terminant ses études. Pour permettre la poursuite du développement des performances sportives, il convient désormais de viser une carrière professionnelle. Notamment dans la deuxième moitié d'un cycle olympique, avec l'objectif de se qualifier pour les prochains Jeux.

#### 5.4.4. Interlocuteur pour la planification de carrière

Chaque année, un échange a lieu entre les athlètes et les responsables de Swiss Triathlon. Les entraîneurs des athlètes concernés ainsi que les parents (à la demande des athlètes de la relève) sont impliqués.

Qui	Responsabilité	Points de discussion
Athlètes de l'équipe d'élite	National Coach Elite Chef du sport de compétition	Déroulement de la saison Développement des performances Formation/profession Environnement - Formation Objectifs de performance et de développement pour la saison à venir Armée (selon les besoins)
Cadre de la relève des athlètes	Coach national junior Responsables de la relève	Déroulement de la saison Développement des performances École/formation Environnement - Formation Objectifs de performance et de développement pour la saison à venir Armée (selon les besoins)
Cadre régional d'athlètes	Coach régional / Coach national junior Responsables de la relève	Déroulement de la saison Développement des performances École/formation Environnement - Formation Objectifs de performance et de développement pour la saison à venir

#### 5.4.5. Carrière post-sportive


Dans ce domaine également, Swiss Triathlon assume sa tâche dans l'esprit du coaching. Des solutions individuelles sont recherchées en collaboration avec l'athlète. Un réseau est en train de se développer.

Les athlètes donnent leur vie pour le sport et ce suivi post-sportif est le minimum que la fédération puisse offrir en guise de valorisation. Ce domaine sera développé pour le prochain cycle olympique.

Une possibilité qui existe déjà est de suivre la voie des entraîneurs. La possibilité de se former en tant que moniteur J+S donne la chance d'obtenir les reconnaissances parallèlement au sport, puis d'entrer directement en fonction après le sport.

De plus, Swiss Triathlon permet à ses athlètes de cadre d'effectuer des stages pour leurs études au CNP ou à l'administration.

## 6. CHEMIN DES ATHLÈTES SELON FTEM - TRAINING



	Foundation 1	Foundation 2	Foundation 3	Talent 1	Talent 2	Talent 3	Talent 4	Elite 1	Elite 2	MASTERY
<b>Trainings- und Entwicklungsumfeld</b>	Familie Freies Spielen Lokales Sportangebot Schwimmhalle	Familie Freies Spielen Lokales Sportangebot Ausbildungsclub Schwimmverein	Familie Freies Spielen Lokales Sportangebot Ausbildungsclub Schwimmverein LA-Club	Labelierter Ausbildungsclub Regionales Leistungszentrum Schulsport	Ausbildungsclub Silber / Gold Regionales Leistungszentrum Schulsport	Ausbildungsclub Silber / Gold Regionales oder Nationales Leistungszentrum	Nationales Leistungszentrum	Nationales Leistungszentrum internationale Trainings- gruppe	Nationales Leistungszentrum internationale Trainings- gruppe	Nationales Leistungszentrum internationale Trainingsgruppe
<b>Fördergefäss</b>	Jugend und Sport (Kindersport)	Jugend und Sport (Kindersport)	Jugend und Sport (Kantone)	Jugend und Sport Swiss Olympic NWF Swiss Olympic Talentcard Regional	Jugend und Sport Swiss Olympic NWF Swiss Olympic Talentcard (Regional oder National) Sporthilfe Patenschaft / För- derbeitrag	Jugend und Sport Swiss Olympic NWF Swiss Olympic Card (Regional, National, Bronze) Sporthilfe Patenschaft / För- derbeitrag	Swiss Olympic Card Elite / Bronze Sporthilfe Förderbeitrag Armee, Spitzensport RS, Sport WK	Swiss Olympic Card Elite / Bronze / Silber Sporthilfe Förderbeitrag Armee, Spitzensport RS, Sport WK	Swiss Olympic Card Silber / Gold Sporthilfe Förderbeitrag Armee, Sport WK, Zeitmilitär	Swiss Olympic Card Gold Sporthilfe Förderbeitrag Armee, Sport WK, Zeitmilitär
<b>Merkmale der Trainingsphase</b>	<b>Vielseitigkeit im Wasser und an Land als Basis</b>	<b>Vielseitiges Voraus- setzungstraining</b> Einstieg in schwimmische Ausbildung	<b>Vielseitiges Triathlontraining</b>	<b>Spezifisches Triathlontraining</b>	<b>Spezifisches Triathlontraining</b>	<b>Spezifisches Triathlontraining</b> Abschluss der Ausbildung zum kompletten Athleten	<b>Individuell auf den Athleten abgestimmtes Training</b>	<b>Individuell auf den Athleten abgestimmtes Training</b>	<b>Individuell auf den Athleten abgestimmtes Training</b>	<b>Individuell auf den Athleten abgestimmtes Training</b>
<b>Trainingsvolumen h/Jahr</b>	200 - 330	110 - 180	380 - 450	500 - 590	670 - 770	800 - 1000	1000 - 1100	1100 - 1200	≥ 1200	
<b>Schwimmen h/Jahr</b>	20 - 35	50 - 60	210 - 230	260 - 270	290 - 300	320 - 350	350 - 360	360 - 380	≥ 380	
<b>Radfahren h/Jahr</b>	20 - 45	70 - 100	90 - 120	110 - 165	180 - 240	270 - 310	270 - 310	320 - 360	≥ 360	
<b>Laufen h/Jahr</b>	50 - 70	50 - 60	80 - 120	80 - 90	110 - 140	140 - 150	140 - 150	140 - 150	≥ 150	
<b>Vorbereitendes und ergänzendes Training h/Jahr</b>	1 - 3	2 - 5	6 - 10	10 - 12	10 - 12	12 - 14	14 - 16	16 - 18	16 - 20	
<b>Einheiten/Woche</b>	100	100	100 - 350	200 - 500	400 - 700	600 - 1000	800 - 1400	1000 - 1800	1000	≥ 2000
<b>Trainerausbildung</b>	Jugend und Sport Grundkurs Kindersport Grundkurs Jugendsport	Jugend und Sport Grundkurs Kindersport Grundkurs Jugendsport	Grundkurs Jugendsport Trainer C Swiss Triathlon	Trainer B Swiss Triathlon	Trainer A Swiss Triathlon	Trainer Leistungssport Swiss Triathlon	Trainer Spitzensport Swiss Triathlon Trainer Leistungssport Swiss Triathlon	Trainer Spitzensport Swiss Triathlon Aus- und Weiterbildung (national und international)	Trainer Spitzensport Swiss Triathlon Aus- und Weiterbildung (national und international)	Master Coach Programm Aus- und Weiterbildung (national und international)

Le domaine Entraînement du FTEM décrit les organismes responsables, les programmes de promotion et les entraîneurs. L'effort sportif est chiffré dans le document séparé Plans d'entraînement cadre. Ce plan d'entraînement cadre est en cours d'élaboration.

### 6.1. LES ORGANISMES RESPONSABLES EN TANT QU'ENVIRONNEMENT DE DÉVELOPPEMENT

Les organismes responsables permettent de qualifier les institutions et d'expliquer les structures. La structure du club est centrale pour le développement et a lieu au niveau local. En complément, il est possible, à partir d'un certain niveau, d'utiliser la structure régionale et de recourir à son soutien. La solution professionnelle à plein temps, ou comme input, est proposée par le CNP. Les structures sont présentées ci-dessous.

#### 6.1.1. Club

Les clubs sont le point d'entrée dans la discipline et la base du sport. Grâce à beaucoup de cœur et de passion, les enfants et les jeunes sont formés. Les structures sont très différentes les unes des autres. Pour qu'il y ait une possibilité simple de qualifier et de quantifier l'offre du club dans l'esprit du sport, Swiss Triathlon attribue tous les deux ans des labels aux clubs. Pour plus de détails, voir 6.2.2.

#### 6.1.2. Structure régionale

Différentes mesures sont proposées dans les régions. Celles-ci ont pour objectif

de permettre aux athlètes de même niveau de s'entraîner ensemble et de générer un complément aux possibilités manquantes. L'entraînement commun peut être motivant. Les entraîneurs et les athlètes ont la possibilité de voir une comparaison directe. De plus, le triathlon est certes un sport individuel, mais on se mesure directement à ses adversaires et ce contact peut être utilisé pour se préparer à la saison des compétitions. L'objectif est d'avoir des trajets courts.

### 6.1.3. Centre national de performance (CNP)

Le CNP est un high performance sport center. On y propose une offre à plein temps en fonction du calendrier annuel. On s'y entraîne au triathlon et la récupération est également prise en compte. Des partenaires d'entraînement sont invités par phases. Le groupe cible est constitué des cadres nationaux Elite. Pour le soutien transition junior / élite, les juniors de plus de 18 ans peuvent également être pris en compte. Il existe différentes solutions de formation pour une carrière en alternance. Selon les disponibilités, les athlètes des cadres de longue distance, de cross et de duathlon sont pris en compte en fonction de leur niveau.

La stratégie permet de définir la **mission** suivante au sein du CNP :

- Offrir des conditions (d'entraînement) optimales pour le développement des athlètes : S'entraîner, se défier et travailler ensemble pour développer les compétences de course et réussir au niveau international.
- Solution à long terme avec le CNP de Sursee : au moins jusqu'en 2028
- Établir une culture du sport de compétition, basée sur des normes élevées et promouvoir l'esprit d'équipe.
- Proposer une solution attractive pour les athlètes suisses du cadre national en Suisse.

Ensemble, nous performons - 'As One.

**La vision** suivante s'applique au CNP :

Un centre de compétences qui vit et où les différents niveaux peuvent profiter les uns des autres et collaborer (multidisciplinaire).

L'objectif est d'accompagner les athlètes de manière optimale dans leur parcours et de les aider à exploiter leur potentiel (centré sur l'athlète).

Une structure propice à la performance, pour permettre une performance optimale.

Ensemble, chacun accomplit plus - nous sommes une TEAM. Pour toi. Pour le triathlon. Pour la Suisse.

Vous trouverez plus de détails sur le CNP sur le [site Internet](#).

## **6.2. LES OUTILS DE PROMOTION POUR LES ASSOCIATIONS**

### **6.2.1. Jeunesse & Sport (J+S)**

J+S est le plus grand programme d'encouragement du sport de la Confédération. Les clubs de formation annoncent leurs activités sportives à J+S et bénéficient de subventions du groupe d'utilisateurs 1. L'inscription se fait par le biais du coach J+S du club. Le nombre d'activités J+S annoncées reflète la taille de notre sport dans le domaine de la relève et constitue un critère important pour la fixation de la contribution de base de la promotion des espoirs par Swiss Olympic.

### **6.2.2. Attribution du label aux clubs de formation**

Les [clubs de formation](#) sont un élément important de la promotion de la relève. C'est pourquoi ils peuvent participer au processus d'attribution des labels de Swiss Triathlon et bénéficier, à partir d'une certaine taille, de fonds issus de la Promotion de la Relève (PR). Tous les deux ans, le classement des clubs de formation dans les niveaux de promotion se fait par l'attribution de labels. Il existe les labels Or, Argent, Bronze et Club de formation. Ceux-ci sont directement liés à l'offre et aux subventions qui en découlent. L'objectif de l'attribution des labels est de valoriser les clubs de promotion de la relève et de garantir la qualité de l'offre de formation.

Les critères déterminants pour l'attribution sont la structure du club, l'offre d'entraînement (nombre d'entraînements/semaine), le nombre d'athlètes de la relève, le niveau de performance des athlètes de la relève, la formation des entraîneurs et la planification annuelle. La chronologie suivante est suivie :

Quand	Ce que	Qui
novembre 2023/2025 etc.	Envoi du questionnaire au club de formation	Swiss Triathlon
Jusqu'à la mi-janvier	Remplir le questionnaire	Clubs de formation
Mars	Attribution des labels	Swiss Triathlon

Pour la promotion de la relève (PR), Swiss Triathlon reçoit de Swiss Olympic une contribution dite de base. Swiss Triathlon reverse une grande partie de cette contribution aux clubs de formation labellisés et aux centres régionaux afin de les soutenir dans leur travail. Ces structures jouent un rôle central dans le parcours des athlètes. Les structures disposant d'un label or et les centres régionaux bénéficient en outre de la part variable issue de la PR, déclenchée par les entraîneurs professionnels et diplômés travaillant dans ces structures.

Le document complet sur les labels Swiss Triathlon est en ligne sur [swisstriathlon.ch/download-center](https://swisstriathlon.ch/download-center).



## 6.3. VOIES DE PROMOTION POUR LES ATHLÈTES

### 6.3.1. Carte olympique suisse

La Swiss Olympic Card est une distinction pour les athlètes - d'une part pour les performances en compétition réalisées au niveau international et d'autre part pour le potentiel existant. Les dispositions sont [en ligne](#). Swiss Olympic attribue les cartes en accord avec Swiss Triathlon.

- Talent (national ou régional),
- Élite,
- bronze,
- argent et
- Or

La "**Swiss Olympic Talent Card**" est un instrument important du système sportif suisse, sur lequel s'appuient les cantons, les communes et les écoles. L'encouragement commun et optimal des sportifs de la relève talentueux sur leur chemin vers l'élite est au centre de cette démarche. La carte montre quels sont les sportifs de la relève qui sont enregistrés dans les programmes de promotion des fédérations et qui doivent être encouragés de manière ciblée.

Talents locaux (T1) : les talents locaux sont sélectionnés par le biais de la "PISTE".

Talents régionaux (T1-T3) : les athlètes du cadre régional sont identifiés comme talents régionaux. Ils reçoivent une Swiss Olympic Talent Card régionale. La possession de cette carte leur permet d'accéder à une école partenaire de Swiss Olympic. D'autres avantages sont par exemple un accès à prix réduit ou gratuit à certaines piscines.

Talents nationaux (T3, T4) : les athlètes du cadre national de la relève sont identifiés comme talents nationaux et reçoivent une Swiss Olympic Talent Card nationale. Ils bénéficient ainsi des mêmes avantages qu'avec une carte régionale. Ils bénéficient en outre de [prestations ou de réductions](#) de la part des partenaires de Swiss Olympic.

Les athlètes des cadres Elite reçoivent une Swiss Olympic Card Elite. Ils ont ainsi accès au [programme Swiss Olympic Career](#) et à des [prestations](#) spéciales ou à des réductions de la part des partenaires de Swiss Olympic.

Les critères d'attribution d'une Swiss Olympic Card bronze, argent ou or sont listés dans le tableau.

Critères	Bronze	Argent	Or
Conditions préalables	Réception possible à partir de U20 (deux dernières années)	Disciplines olympiques individuelles et par équipe	Disciplines olympiques individuelles et par équipe

	juniors) et en catégorie U23 Existence d'un plan de carrière Engagement de la fédération et de l'athlète Classé dans le premier quart du classement	Classés dans le premier quart du classement	
Résultats de la compétition	Top 16 juniors ou CM U23 ou Top 12 juniors ou CE U23	Top 6 CE Elite Top 8 OS ou finale WTCS	1ère place CE Elite Top 3 OS ou finale WTCS
Potentiel	Potentiel à long terme pour des résultats dans le top 8 aux JO/WTS ou une médaille aux CE		

### 6.3.2. Fondation de l'Aide sportive suisse

La Fondation de l'Aide Sportive Suisse est un partenaire très important. En effet, la fondation permet d'apporter un soutien financier direct aux athlètes.



Avec un parrainage, les athlètes de la relève bénéficient d'une contribution de soutien annuelle de CHF 2'000. Les athlètes titulaires d'une Talent Card nationale peuvent postuler pour un parrainage auprès de l'[Aide sportive suisse](#).

Les titulaires d'une Swiss Olympic Card or, argent ou bronze ont la possibilité de demander une contribution d'encouragement à la Fondation de l'Aide sportive suisse. Une contribution d'encouragement annuelle pouvant aller jusqu'à CHF 30'000 peut être déclenchée.

### 6.3.3. Armée

L'armée est un autre partenaire important pour Swiss Triathlon. Les athlètes sélectionnés peuvent profiter des trois outils de promotion suivants de l'armée.



École de recrues pour sportifs d'élite (ER)	
T4/E1	
Cours de répétition pour sportifs d'élite (CR)	T4 - M
Militaires contractuels Postes de sportifs d'élite	
E1 - M	

Toutes les possibilités de soutien sont également ouvertes aux femmes. Une collaboration à long terme est envisagée avec l'armée. Après l'ER, les athlètes sont en cours de répétition pendant environ 8 ans, jusqu'à ce que les jours de service soient payés.

Le Concept [du sport d'élite dans l'armée](#) décrit les canaux et les procédures d'inscription.

La collaboration de Swiss Triathlon avec l'armée est décrite dans un [document](#).

Dans la mesure du possible, Swiss Triathlon propose chaque année une ER pour sportifs d'élite.

Les athlètes qui ont suivi l'ER pour sportifs d'élite peuvent bénéficier de cours de répétition (CR) dans les années qui suivent. Un athlète peut obtenir jusqu'à 130 jours de CR par an. Ces jours doivent être utilisés pour soutenir l'amélioration des performances. Ils peuvent donc être utilisés pour l'entraînement au CNP, le camp Swiss Triathlon et les compétitions. Il faut prendre au moins 5 jours d'affilée et les saisir au moins 3 semaines à l'avance. Le document se trouve sur le site de Swiss Triathlon.

#### **6.3.4. Soutien des cantons et des fondations**

Les athlètes et les structures (clubs, centres régionaux) peuvent bénéficier du soutien des cantons et des fondations. Dans ce contexte, les exigences en matière de contributions de soutien sont très différentes. Vous trouverez ici un aperçu des fondations et des critères de soutien des cantons.

## **6.4. PLANS D'ENTRAÎNEMENT CADRE**

De l'initiation au triathlon (F3) à l'élite mondiale (E2/M), le chemin est long. Dans ce contexte, une bonne formation sportive de base précoce est importante. Cependant, comme c'est généralement le cas dans les disciplines d'endurance, l'âge de la performance maximale en triathlon est relativement tardif et se situe entre 26 et 29 ans. Un entraînement structuré et à long terme est la clé du succès.

Pour cela, Swiss Triathlon est en train d'élaborer un plan d'entraînement cadre avec des heures d'entraînement théoriques et leurs contenus / objectifs.

## **6.5. TRANSFERT DE TALENTS**

L'objectif d'un transfert de talents systématique est de développer au mieux le potentiel sportif d'un athlète et de lui donner la possibilité d'atteindre le plus haut niveau possible dans le parcours de l'athlète FTEM.

Le triathlon, en tant que sport d'endurance avec trois disciplines, est une bonne occasion de se reconvertir. Il existe également des exemples connus qui ont conduit à de grandes carrières.

Dans le triathlon olympique, la natation a une importance pré-décisive. C'est pourquoi les nageurs qui, en plus des critères susmentionnés, possèdent également un potentiel pour la course à pied, ont de grandes chances de réussir le transfert de leurs talents. Il est également possible de se reconvertir plus tard que dans d'autres sports.

Comme le montre l'évolution du triathlon, les coureurs sont également avantagés pour un transfert.

Une collaboration automatique existe déjà avec ces deux sports au niveau local. Souvent, le triathlon est une section d'un club de natation ou de course à pied. Il faut donc essayer de faciliter les premiers transferts et de sensibiliser d'autres clubs.

L'objectif principal est que les athlètes restent dans le sport. Si le succès n'est pas au rendez-vous dans une autre discipline sportive, si l'obstacle suivant n'est pas franchi ou si l'entraînement devient trop monotone, l'idéal pour le système sportif suisse est de tenter de réussir dans une autre discipline.

Le triathlon est un sport récepteur et une éventuelle coopération plus systématique avec d'autres fédérations est analysée et mise en place.

## **6.6. FORMATION D'ENTRAÎNEUR**

L'entraîneur est un élément central du concept de promotion du sport de direction. Il est important pour Swiss Triathlon de voir des entraîneurs spécifiques au triathlon à l'entraînement. Il existe également un outil de planification de carrière pour les entraîneurs. Les niveaux de formation, de la base à l'entraîneur professionnel, sont également basés sur le FTEM. Tous les détails se trouvent dans le [concept de formation](#). La formation est assurée par J+S.



Swiss Triathlon a les engagements d'entraîneurs suivants (état février 22) :

Entraîneur national Elite (100%) :	Gordon Crawford
Entraîneur national des juniors (100%) :	Nicolas Montavon
Coach Regio Romandie (mandat) :	Joël Maillefer
Coach régional du centre et du Tessin (mandat) :	Ivan Minini
Coach régional Est (mandat) :	Patrick Niklaus

Swiss Triathlon a pour objectif de fêter des succès sportifs au niveau international. Pour que les athlètes puissent être préparés de manière optimale à cet objectif, le développement des entraîneurs est également d'une importance capitale. En effet, les entraîneurs de club sont en contact quotidien avec les athlètes. Ils peuvent ainsi, avec le soutien du modèle FTEM, influencer positivement leur développement et leur environnement.

Le programme "Coach 2 Coach" est donc géré comme une possibilité de développement et de soutien.

L'un des piliers de ce projet est de faire participer les entraîneurs de club aux activités de la fédération. Ces entraîneurs ont ainsi la possibilité d'acquérir une expérience internationale et de profiter du savoir-faire et de l'expérience de l'entraîneur national. De plus, Swiss Triathlon souhaite offrir un soutien aux entraîneurs afin qu'ils puissent se développer et être sollicités au plus haut niveau en triathlon. Cette implication dans les mesures de cadre donne la possibilité d'avoir un aperçu d'un niveau égal ou supérieur, afin que les entraîneurs sachent ce qui est nécessaire à quel niveau - tant du point de vue de l'athlète que de l'entraîneur - pour pouvoir avoir du succès au niveau international. C'est un must pour le développement à long terme des athlètes et du sport. Nous sommes convaincus qu'il s'agit d'une des clés du succès à long terme.

Les entraîneurs nationaux sont engagés dans toutes les mesures. Leur tâche consiste à réaliser une préparation et un encadrement optimaux pour les athlètes. Selon la taille de la délégation, les entraîneurs de club sont sollicités pour une intervention. Dans le cadre de ces mesures, les entraîneurs de club jouent le rôle de coach assistant national et sont là pour tous les athlètes, pas seulement pour les leurs. Ces mesures permettent également d'intensifier l'échange entre le club et la fédération. Il en résulte la possibilité pour les

entraîneurs d'acquérir une expérience nationale et internationale et de découvrir la philosophie de la fédération. Swiss Triathlon est convaincu que ce type d'engagement est important pour le développement du triathlon et du métier d'entraîneur en Suisse.

De plus, des réunions théoriques sont organisées pour discuter de thèmes particuliers qui sont d'actualité pour les coachs. Ces échanges servent également au développement et à la motivation des coachs.

## 7. CHEMIN DES ATHLÈTES APRÈS FTEM - WETTKAMPF



	Foundation 1	Foundation 2	Foundation 3	Talent 1	Talent 2	Talent 3	Talent 4	Elite 1	Elite 2	MASTERY
Wettkämpfe national		Wettkämpferfahrungen sammeln, in- und ausserhalb des Triathlons	Regio Cup Youth League Tri Circuit School, Experience	Youth League National League	NATIONAL League	NATIONAL League	NATIONAL League	NATIONAL League	NATIONAL League	NATIONAL League
Wettkämpfe international		Open Race Regio Cup Kindertriathlon Kids Cup by Nicola Spirig			Youth European Championship Festival, Junioren Europacup	Youth Olympic Games (YOG), Junioren WM, Junioren EM, Junioren Europacup	U23 WM, U23 EM, (CSM-WM/ WUC), Europacup	Elite EM, U23 WM, U23 EM, (CSM-WM/WUC), Weltcup, Europacup	OS, WTS, EM, WC, (CSM-WM), Weltcup	OS, WTS, EM, (CSM-WM), Welt cup
Wettkampfdistanzen		0.05/1/0.3 - 0.2/5/1.25	0.2/5/1.25 - 0.75/20/5	0.5/13/3.5 0.75/20/5	0.75/20/5	0.75/20/5 1.5/40/10	0.75/20/5 1.5/40/10	0.75/20/5 1.5/40/10	0.75/20/5 1.5/40/10	0.75/20/5 1.5/40/10
Anzahl der Wettkämpfe		5 - 8	8 - 12	10 - 14	10 - 14	10 - 16	10 - 16	12 - 16	12 - 16	12 - 16

Les compétitions servent de jalons importants dans la formation et le développement constants des athlètes. Les contenus adaptés aux différents niveaux permettent une construction logique et naturelle et peuvent soutenir les athlètes, les entraîneurs et les parents dans leur développement. Cela se traduit par la distinction entre la Kids Cup, les compétitions régionales, les compétitions nationales et enfin les compétitions internationales. Pour que les athlètes puissent vivre des succès, il existe un parcours d'athlète recommandé pour les compétitions. Le système de compétition est donc un élément important du parcours de l'athlète. Selon la phase et la compétition, les objectifs de participation sont différents.

Swiss Triathlon est responsable de l'orientation stratégique de la Regio League, de la Youth League et de la National League. Avec la tendance à l'augmentation des distances de super sprint lors des compétitions internationales, la fédération s'est également engagée à suivre cette tendance. Pour cela, Swiss Triathlon 2022 participe au projet "smart competition". L'objectif est d'examiner le contenu des compétitions de formation avec l'équipe d'experts de l'OFSPPO, de Swiss Olympic et des clubs et de procéder à des adaptations si nécessaire. Les paragraphes suivants décrivent la situation actuelle.

### 7.1. LIGUE RÉGIONALE

La [Regio League](#) est une série de formation et s'adresse aux élèves âgés de 10 à 13 ans. Les participants sont membres d'un club de formation dans lequel ils s'entraînent régulièrement et participent à des compétitions. Sur le parcours d'athlète FTEM, ils se trouvent dans le domaine F3. La Regio Cup se déroule dans les trois régions Suisse orientale/Tessin, Suisse centrale et Suisse romande et s'appuie sur deux piliers importants : les Challenges et les compétitions par équipe. Les challenges doivent tenir compte de la diversité des contenus d'entraînement de cette tranche d'âge. Les compétitions de relais mettent l'accent sur l'esprit d'équipe. Outre les Challenges, les différentes compétitions multisports au sein de la Regio Cup, avec des aquathlons, des duathlons et des triathlons, favorisent également la polyvalence.

**catégories** : F/M 10-11, F/M 12-13, T10-11, T12-13

**Distances (km- swim/bike/run) :** jusqu'à 0.2/5/1.25 ou 0.4/10/2.5

**Nombre de compétitions:** 4 - 5/région + finale nationale

## 7.2. LIGUE DE LA JEUNESSE

La Regio Cup est suivie de la [Youth League](#) pour les jeunes de 14 et 15 ans. La Youth League est une série nationale. Comme pour la Regio Cup, les compétitions de la Youth League servent en premier lieu à la formation des athlètes. Le mode de compétition et les règles correspondent à ceux de l'élite, à l'exception de quelques adaptations spécifiques à l'âge. Les courses de triathlon sont disputées avec le vélo de course et en mode drafting, mais les distances sont deux fois moins longues que celles des courses Elite. La Youth League est adaptée aux athlètes qui se trouvent sur le chemin des athlètes au niveau F3 ou T1.

**Catégories :** Youth 14-15 m/w

Distances (km - swim/bike/run) : 0.5/10/2.5

**Nombre de compétitions :** environ 5 (1 aquathlon, 4 triathlons, dont 1 championnat suisse)

## 7.3. LIGUE NATIONALE

La [National League](#) est la série nationale la plus élevée. Elle s'adresse aux athlètes ambitieux de niveau T1 et plus, âgés de 16 ans et plus. La National League permet aux athlètes, grâce aux trois catégories qui prennent le départ ensemble, d'acquérir de l'expérience avec de grands champs de départ et de se mesurer aux meilleurs athlètes jusqu'à l'élite. Elle sert en outre de préparation aux compétitions internationales et se déroule sous forme de super sprint et de distance sprint.

**Catégories :** U18 m/f, U20 m/f, Elite m/f

Distances (km - swim/bike/run) : 0.75/20/5

**Nombre de compétitions :** environ 4 (dont 1 championnat suisse)



## 7.4. COMPÉTITIONS INTERNATIONALES DE JEUNES TALENTS

<p>Regio Cup Youth League Tri Circuit School, Experience</p>	<p>Youth League National League</p>	<p>NATIONAL League</p>	<p>NATIONAL League</p>
<p>0.2/5/1.25 – 0.75/20/5</p>	<p>0.5/13/3.5 0.75/20/5</p>	<p>0.75/20/5</p>	<p>Youth Olympic Games (YOG), Juniores WM, Juniores EM, Juniores Europacup</p>
<p>8 – 12</p>	<p>10 – 14</p>	<p>10 – 14</p>	<p>12 – 16</p>

Au niveau international de l'Europe Triathlon et du World Triathlon, il existe des séries et des championnats aussi bien pour les jeunes que pour les élites.

Au niveau européen, il existe la Coupe d'Europe junior, avec 10 à 16 compétitions par an. Les athlètes des catégories U18 et U20 sont autorisés à y participer. Swiss Triathlon recommande aux sportifs de la relève à partir du niveau T2 de participer aux Coupes d'Europe juniors. Les objectifs dépendent du niveau de l'athlète :

T2 - acquérir une expérience de la compétition internationale,

T3 - de se maintenir au niveau international et de se placer dans le premier tiers du peloton,

T4 - atteindre des places de podium.

Les conditions et les délais de candidature pour les coupes d'Europe juniors, ainsi que pour les CE et les CM sont publiés chaque année par Swiss Triathlon sur son site Internet, sous les critères de sélection pour la relève.

Le Youth European Championships Festival est la compétition européenne pour les titres des jeunes de 15 à 17 ans. Il y a trois jours de compétition avec une demi-finale, une finale et un relais mixte. Les distances sont plus courtes en raison du nombre de jours de compétition. Dans la mesure du possible, Swiss Triathlon sélectionne les athlètes en fonction de leurs résultats en compétition dans la National League. En règle générale, les places de quota disponibles sont épuisées. L'objectif est que les jeunes athlètes acquièrent de l'expérience au sein d'une délégation dirigée par Swiss Triathlon ainsi que de l'expérience en matière de compétitions internationales. Ils apprennent ainsi où ils se situent au niveau international par rapport à leurs concurrents du même âge. Sur le parcours de l'athlète, les sportifs sont au niveau T2 ou T3.

Les athlètes des catégories U18 et U20 peuvent participer aux Championnats d'Europe juniors. En particulier dans le domaine féminin, des athlètes parviennent donc à remplir les critères pour les deux championnats d'Europe. L'objectif est que les participants puissent se maintenir lors des championnats d'Europe juniors. Cela signifie que les athlètes sélectionnés au niveau T3 ou T4 possèdent les qualités requises pour se classer dans le top 25 (juniors filles) ou le top 30 (juniors garçons). La sélection s'effectue par le biais de compétitions nationales telles que la National League, si la qualité du plateau de départ est élevée, ou par le biais de compétitions internationales pour la relève.

Le nombre de places de quota que Swiss Triathlon obtient pour les Championnats

du monde juniors dépend des résultats des athlètes aux Championnats d'Europe juniors. C'est pourquoi les CE ont une très grande importance pour la sélection. Les juniors qui se classent dans le top 20 ou les juniors filles qui se classent dans le top 15 aux CE juniors remplissent un critère de sélection pour les championnats du monde. Swiss Triathlon essaie de proposer aux athlètes une deuxième possibilité de sélection le plus près possible de la date limite d'inscription aux CM (33 jours avant) et à distance des CE. Les exigences sportives pour la sélection aux championnats du monde sont élevées. Néanmoins, il est difficile pour de nombreux athlètes de se maintenir à ce niveau international très élevé.

Les Jeux Olympiques de la Jeunesse (JOJ) ont lieu tous les quatre ans. En raison de cette longue périodicité, tous les athlètes n'ont pas la chance d'y participer. Les athlètes sont âgés de 16 ou 17 ans. Un pays peut être représenté au maximum par deux athlètes (1f/1m). Ces places de quota sont attribuées lors d'une compétition de sélection continentale. Les athlètes qui ont la capacité de se battre pour une place de quota se trouvent déjà au niveau T3 dans leur parcours d'athlète. Outre l'importance sportive des JOJ, les athlètes et les entraîneurs doivent acquérir de l'expérience dans le cadre d'une délégation olympique avec Swiss Olympic, se familiariser avec les défis d'un tel événement et se confronter activement aux valeurs olympiques que sont l'excellence, l'amitié et le respect. Ces expériences sont très importantes pour les candidats potentiels aux futurs Jeux Olympiques.

Comme c'est à Tokyo en 2020 qu'a été attribué pour la première fois un jeu de médailles pour MR aux Jeux olympiques, on accorde une grande importance à cet événement. C'est pourquoi, dès le niveau junior, on essaie d'acquérir de l'expérience lors de différentes compétitions. L'objectif est également de promouvoir l'esprit d'équipe et de tester la tactique d'équipe (entraîneurs et athlètes). L'entraînement sur ces distances courtes et dynamiques et l'action en groupe doivent donc également occuper une place importante dans l'entraînement.

## 7.5. COMPÉTITIONS INTERNATIONALES U23 ET ELITE

NATIONAL League	NATIONAL League	NATIONAL League	NATIONAL League
U23 WM, U23 EM, (CISM-WM/WUC), Europacup	Elite EM, U23 WM, U23 EM, (CISM-WM/WUC), Weltcup, Europacup	OS, WTS, EM, WC, (CISM-WM), Weltcup	OS, WTS, EM, (CISM-WM), Weltcup
0.75/20/5 1.5/40/10	0.75/20/5 1.5/40/10	0.75/20/5 1.5/40/10	0.75/20/5 1.5/40/10
🏆🏆🏆🏆 12-16	🏆🏆🏆🏆 12-16	🏆🏆🏆🏆 12-16	🏆🏆🏆🏆 12-16

L'évolution internationale va dans le sens de distances plus courtes et la distance standard n'a plus le même poids que par le passé. Cela repose également sur l'importance accrue du relais mixte. Les athlètes qui souhaitent participer aux Jeux Olympiques 2028 ou 2032 s'engagent à mettre l'accent sur les distances de super sprint et de sprint.

Comme nous l'avons expliqué dans l'introduction de ce chapitre, l'évolution de la performance en compétition d'un athlète est d'une importance capitale dans son parcours. Les progrès de la performance sont ainsi mesurés et entrent en ligne de compte dans les évaluations du potentiel. La fédération tente donc de soutenir les athlètes et les entraîneurs et propose une voie. Les athlètes doivent acquérir de l'expérience à leur niveau, fêter leurs succès et ainsi progresser avec motivation. On gagne le niveau suivant en montrant ses performances. Les groupes cibles suivants évoluent à ce niveau :

<b>A Cadre</b>	WTCS, WTC, Championnats priorité	Potentiel Diplôme olympique / Médaille
<b>B Cadre</b>	WTCS (basé sur la performance aux WTC), WTC, Championnats	Potentiel Olympien
<b>C Cadre</b>	WTC (basé sur la performance au ETC), ETC, Championnats des moins de 23 ans	un développement stimulant
<b>C Cadre (commencer avec)</b>	Sprint ETC, NL	développement

Chaque niveau de compétition requiert une compétence centrale et favorise le développement de l'athlète. Pour se positionner dans le World Triathlon Ranking, il n'est pas toujours judicieux de commencer le plus rapidement possible au niveau supérieur. C'est pourquoi la voie suivante est recommandée pour le développement de la race craft :

### Ligue nationale

Au niveau national, il s'agit d'acquérir de l'expérience, de développer une stratégie de course et de pouvoir l'essayer.

### Europe Triathlon Cup (ETC)

Au niveau international, on démarre avec les Europe Triathlon Cup. Celles-ci permettent d'acquérir de l'expérience lors de courses internationales. Une stratégie de course qui fonctionne au niveau national peut être testée sur le terrain international. De plus, des points sont collectés pour le classement et l'athlète peut ainsi s'améliorer dans le classement. Le développement personnel de l'athlète est également au centre de cette compétition. Il est également possible de participer à d'autres coupes continentales (par ex. la Coupe d'Afrique).

### World Triathlon Cup (WTC)

Ce niveau international est avant tout destiné aux athlètes des cadres A et B. Les athlètes du cadre C devraient déjà avoir réussi leur première percée internationale au niveau de la Coupe d'Europe de Triathlon (un résultat dans le top 10 pour les hommes et un classement dans le top 8 pour les femmes).

## WTCS

Les athlètes des cadres A et B bien placés dans le classement mondial de triathlon ont la possibilité de prendre le départ au plus haut niveau international. Les résultats de la Coupe du monde confirment si le niveau est déjà atteint. Un résultat dans le top 12 d'une coupe du monde est recommandé chez les hommes et un résultat dans le top 10 chez les femmes.

Pour les moins de 23 ans comme pour l'élite, des championnats d'Europe et du monde de sprint, de distance standard et de RM sont organisés chaque année. L'objectif pour les championnats d'Europe des moins de 23 ans est de donner à une équipe de moins de 23 ans aussi grande que possible la chance de participer aux championnats continentaux. Il s'agit également d'acquérir une expérience importante dans une "course de championnat".

Les championnats du monde U23 se caractérisent par des critères de sélection plus exigeants que ceux des championnats d'Europe. Les athlètes sont inscrits sur la liste de départ en fonction de leurs points de classement mondial. C'est pourquoi il faut fournir au préalable une preuve de performance correspondante. L'accent est mis sur la réalisation de la meilleure performance possible le jour J. Championnat d'Europe Elite Distance Standard : Swiss Triathlon vise la participation d'une équipe forte et compétitive, car en plus des titres individuels, celui de la meilleure équipe européenne sera également attribué.

Championnats d'Europe Elite Distance Sprint : Swiss Triathlon donne la chance aux athlètes expérimentés comme aux jeunes de participer à ces championnats. Les exigences en matière de capacités sportives sont moins élevées que pour la distance standard.

Les championnats du monde élite : Les championnats du monde sont organisés dans le cadre des World Triathlon Championship Series. L'objectif des athlètes d'élite doit être de se positionner dans le World-ranking-point de manière à ce que la participation aux World Triathlon Championship Series soit possible pour eux. Ces championnats du monde montrent le site en comparaison internationale. Le succès lors des finales est un objectif de Swiss Triathlon.

Les succès dans les événements MR sont considérés comme importants. C'est pourquoi, pour les quelques compétitions, ce sont surtout les membres de l'équipe olympique qui sont pris en compte. L'objectif est de tester la tactique d'équipe, d'assurer le classement et d'identifier un pool d'athlètes performants. C'est pourquoi ces distances, ainsi que la tactique et l'anticipation du déroulement de la course, doivent également occuper une place importante dans l'entraînement.

Pour les championnats, Swiss Triathlon établit des critères de sélection qui sont publiés sur le site Internet de Swiss Triathlon. La décision de sélection est prise par la commission de sélection compétente et est publiée sur le site Internet.

## 8. INFRASTRUCTURE D'ENTRAÎNEMENT ET DE COMPÉTITION

Différentes infrastructures sont utilisées pour la pratique du triathlon. Le plus grand défi est de les trouver ensemble, c'est-à-dire localement. L'un des plus grands défis est d'obtenir une surface d'eau suffisante. L'entraînement de natation a généralement lieu en piscine. Pour cela, nous devons trouver de la place aux côtés des clubs de natation, des prestataires privés et des écoles. Souvent, le triathlon n'est qu'une petite section et n'est donc pas traité en priorité. Hormis le plan d'eau, l'entraînement de course à pied nécessite un accès régulier à une piste de 400 mètres. Idéalement, un circuit asphalté se trouve à proximité pour l'entraînement technique à vélo. Ces possibilités d'entraînement prennent de l'importance avec le développement de la discipline sportive. Les courtes distances, les nombreux virages, rendent nécessaire un développement dans l'infrastructure en Suisse.

Actuellement, nos cadres utilisent les installations du Campus Sursee (où se trouve également le CNP), du Centro Sportivo Tenero, de St-Moritz, de Davos, de Wallisellen, de Soleure et de Suisse romande (Vevey, Clarens).

**Besoin** (infrastructures supplémentaires nécessaires)

Type d'installation	Utilisation prévue	Exigence	Projets concrets Remarques
Stade de compétition avec piste asphaltée et plan d'eau	Entraînement, compétitions et formation	Bouées réglables  Ponton de départ  zone de transition couverte,  piste cyclable asphaltée  <ul style="list-style-type: none"> <li>• Vestiaires</li> <li>• Salle de formation</li> <li>• Bureau</li> <li>• Salle de musculation</li> <li>• Espace de stockage</li> <li>• Bus</li> </ul>	Aucun disponible
Infrastructure mobile de compétition	Engagement dans diverses compétitions	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Système de chronométrage</li> <li>• Supports à vélos</li> <li>• Bouées</li> <li>• Ponton de départ</li> <li>• Arc d'arrivée</li> <li>• Bus</li> </ul>	Aucun disponible
Différentes bases d'entraînement	Utilisation pour les entraînements quotidiens	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Piste circulaire de 400 m</li> <li>• Piste cyclable circulaire asphaltée juste à côté (idéalement avec de nombreux virages)</li> </ul>	Aucun disponible

Après la publication de la liste de contrôle de Swiss Olympic, Swiss Triathlon élaborera le concept de placement.

## **9. SOUTIEN SCIENTIFIQUE**

Au cours des prochaines années, Swiss Triathlon s'occupera du projet scientifique sportif "What's Next ? Celui-ci permettra d'établir un nouveau profil d'athlète en triathlon et d'intégrer une analyse scientifique de l'évolution du triathlon. En effet, le triathlon est un sport qui évolue rapidement. En 2000, le triathlon était pour la première fois olympique avec la distance standard et 21 ans plus tard avec une deuxième série de médailles en relais mixte, qui exige un tout autre profil d'athlète. Comment la Suisse peut-elle rester à la pointe de ce changement ? Il existe déjà des tendances pour de nouvelles disciplines : Sprint Distances (SD), Super Sprint (SS), Mixed Relay (MR), Eliminator (ER), mais il manque des évaluations et des comparaisons scientifiques des données de compétition des différentes disciplines de triathlon. C'est pourquoi une base de données sera élaborée et remplie dans le cadre de ce projet.

Les sélections des cadres de Swiss Triathlon et des délégations pour les compétitions internationales doivent être soutenues scientifiquement à l'aide d'une base de données complète.

La base de données générée permet une analyse du niveau mondial sur la base des résultats des athlètes en compétition. Elle permet de mettre en évidence l'évolution du triathlon et d'en assurer le suivi.

La nouvelle base de données enregistre les facteurs de performance physiologiques à l'aide d'un test de capacité spécifique et de données de laboratoire. Le futur profil de l'athlète est établi à partir de ces données.

## **10. CONCEPT MÉDICAL**

Outre la fourniture de prestations, la santé est également centrale. Il s'agit d'une part de la prévention, mais aussi de la convalescence. Pour cela, Swiss Triathlon dispose d'une équipe compétente en arrière-plan. Sibylle Matter est à la tête des médecins et Liz Davidson dirige l'équipe de physiothérapie. Les détails se trouvent dans le concept médical qui peut être téléchargé sur le site de Swiss Triathlon sous "download center".

## Mentions légales

Editeur : Swiss Triathlon, Département Sport

Auteurs : Tamara Mathis, Christoph Mauch, Gordon Crawford

Date: février 2022

**Member**



**Sponsor**

