

## 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	Verschiedene Sportarten kennen lernen und einen aktiven Lebensstil pflegen	Sich sportartspezifisch engagieren (mit/ohne Wettkampf)	Potenzial zeigen	Potenzial bestätigen	Trainieren und Ziele erreichen	Durchbruch schaffen und belohnt werden	Die Schweiz (int.) repräsentieren	International Erfolg haben	Sportart dominieren			
Internationale Wettkämpfe							EM, WM, EG						
							3T		YOG (16–17J)				
							EM & WM U16, U18, U21 (14–20J)						
							Karate1 Youth League U14, U16, U18, U21						
										Karate1 Premier League / Series A			
Card/ Kaderstruktur										Elite Bronze	Silber Gold		
										Elite Bronze	Silber Gold		
										Bronze	Förderpool (Kata & Kumite)		
									National	Nationalkader U21 (18–20J)			
					National	Nationalkader Nachwuchs U16 & U18 (14–17J)							
		Lokal Regional		Stützpunkte (10–20J)									
Dojo													
Wochenumfang in Stunden	5	6	8	11	13	13	17	18	20	24			
							2			5			
				4	3	2	4	5	5				
			4	1	2	3				18			
	5	2	3	6	8	8	11	12	14				
Anzahl Wett-kämpfe/Jahr		3	5	8	8	10	12	14	15	15			

■ 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 T1**
- Dispensationen (auch in der Regelschule): **ab T1**
- Sportklasse/Sportschule (abhängig von Trainings-/Schul- und Wohnort): **ab T2 (TC N)**

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

#### Kontakt Verband:

Raphael Iseli  
 raphael.iseli@karate.ch  
 Telefon 076 494 42 65

### Cards

- Gültigkeit:** Talent Cards (L, R, N): 01.01.–31.12.  
 Elite Cards (E, B, S, G): 01.02.–31.01.  
**Altersrange:** Talent Card Lokal: ~10–14J  
 Talent Card Regional: ~10–20J  
 Talent Card National: ~13–20J

### NWF-Trägerschaften

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