



Plaisir à pratiquer le sport



Mise en pratique des mouvements



Entraînement ciblé dans la discipline



Montrer un potentiel



Confirmer son potentiel



Entraînement et réalisation des objectifs



Premiers succès et récompenses



Représentation de la Suisse



Succès internationaux et médailles



Domination dans sa discipline

	Foundation			Talent				Elite		Mastery	
	F1	F2	F3	T1	T2	T3	T4	E1	E2	M1	
Résultats obtenus	Ligue suisse	Cherry Rockers	Cherry Rockers, ligue C jun.	Ligue C ou B jun.	Ligue A jun. ou SL élite	CS jun./CS élite	CS élite	CS élite	CS élite	CS élite	CS élite
Succès nationaux			CS Cherry Top 3	Ligue C/B CS Top 3	CS jun. Top 3/ CS élite	Or CS jun. /CS élite Top 6	CS Top 3	Or CS	Or CS	Or CS	Or CS
Succès internationaux						CM junior Top 6	CM jun. Top 3	CM Top 8 / Universiade Top 3	CM Top 6 / CE Top 4	Médailles aux CM / CE / JO	Or CM / CE / JO
Classement OOM					Top 300	Top 150	Top 50	Top 30	Top 20	Top 10	Top 3
Points OOM au YTD					5+	25+	75+	100+	150+	250+	450+
Repérer le talent	Qui est responsable de repérer le talent?	Centre junior	Centre junior	Coach de l'équipe, entraîneur cadre local	Coach national de la relève, coach de l'équipe	Coach national de l'élite Coach national de la relève	Coach national de l'élite	Coach national de l'élite	Coach national de l'élite	Coach national de l'élite	Coach national de l'élite
Formation/Ecole/Travail	Quelles possibilités y a-t-il?	Ecole primaire	Ecole primaire	Ecole secondaire (sportive)	Gymnase/apprentissage sportif	Gymnase/apprentissage sportif	Gymnase/apprentissage sportif, études	Apprentissage sportif, études	Etudes, travail à temps partiel	Travail à temps partiel	Travail à temps partiel
Taux d'occupation, études, école	Travail/Ecole				80-100%	50-80%	40-60%	30-50%	0-50%	0-30%	0-20%
Responsabilité	Développement sportif/Carrière	Parents, club	Parents, club	Coach de l'équipe, entraîneur cadre local	Coach de l'équipe, coach national	Coach national, coach de l'équipe	Coach national, coach de l'équipe	Coach national, coach de l'équipe	Coach national, coach de l'équipe	Coach national, coach de l'équipe	Coach national, coach de l'équipe
Niveau du cadre	Sur la base de la sélection			Cadre local de la relève	Cadre régional de la relève (C)	Cadre national de la relève (C)	C/B	B	B	A	A
Formation du coach d'équipe	Formation souhaitée	Sport pour enfants, J+S	Moniteur J+S avec formation continue 1	Moniteur J+S avec formation continue 1	Moniteur J+S avec formation continue 1 ou 2	Moniteur J+S avec formation continue 2 et suppl. sport d'élite	Suppl. sport d'élite et CEP (cursus d'entraîneur prof.)	CEP	CEP	CED (cursus d'entraîneur diplômé)	CED
Structure resp.		Clubs	Clubs	Clubs	Clubs, RLZ ¹⁾	Clubs, RLZ ¹⁾	Clubs, NLZ ²⁾	Clubs, NLZ ²⁾	Clubs, NLZ ²⁾	Clubs, NLZ ²⁾	Clubs, NLZ ²⁾
Soutien SCA	Entraîneurs				•	•	•	•	•	•	•
Activités du cadre				•	•	•	•	•	•	•	•
Utilisation NLZ					•	•	•	•	•	•	•
Utilisation RLZ					•	•	•	•	•	•	•
Soutien financier					•	•	•	•	•	•	•
Médecine sportive					•	•	•	•	•	•	•
Soutien de tiers	Armée					ER sport d'élite («Spi-Spo»)	ER sport d'élite («Spi-Spo»)	Athlètes avec CR ³⁾	Athlète avec CR ³⁾	Athlète avec CR, militaire contractuel	Athlète avec CR, militaire contractuel
Aide sportive						Parrainage	Parrainage	Contribution	Contribution	Contribution	Contribution
Carte Swiss Olympic				Local	Régional	National	National/Elite/Bronze	Elite/Bronze	Bronze/Argent	Argent/Or	Or
Volume d'entraînement	Heures p./semaine on ice	2	4	6	8	10	10	10	10	10	10
Heures p./semaine off ice	3	3	4	4	5	6	8	10	12	15	15
Nb. de pierres par semaine			50	75	90	120	150	180	200	200	200
Nb. de matches par année			25	35	50	70	80	90	100	110	120
Nb. de compétitions par année			6	8	10	11	12	13	14	16	18
Compétitions	YOG/EYOF/Universiade				•	•	•	•	•	•	•
CM juniors						•					
CE											
CM											
World Cup Series								•			
JO											

¹⁾ Centres d'entraînement régionaux ²⁾ Centre d'entraînement national ³⁾ Cours de répétition

Quelles compétences sont nécessaires dans quelle phase?

Technique Tactique Physique Compétences mentales Dynam. d'équipe

Comment puis-je pratiquer le curling toute ma vie?

Jouer au curling Fonctions Entraîneur & Coach

Jouer au curling: Clubs de curling, Tournois, Ligues régionales, Tournoi interne de la halle, Sport handicap

Fonctions: Individuel Mixtes, Double mixte Seniors, Vétérans Open-Air

Entraîneur & Coach: Moniteur J+S Expert J+S, Coach d'équipe, Entraîneur de la relève, Entraîneur de l'élite