



Guide de sélection et d'entretien

Performance Hub Kyorugi

Inhalt



1. Objectifs de ST
2. La répartition des cadres 2024
 1. Foundation Team
 2. Development Team
 3. High Performance Team
3. Le processus de sélection
4. Entretiens avec les athlètes
5. Droits et obligations
6. Fin de la carrière

Objectifs

Le guide Sélection et communication permet de créer de la transparence pour les athlètes, les parents et les coachs.

Les objectifs du guide

Sélection dans le Performance Hub

- ✓ Objectifs et engagements de l'année
- ✓ Entretiens avec les athlètes, leur fréquence, leur culture et leur contenu.
- ✓ Les athlètes comprennent leurs droits et leurs obligations.
- ✓ Fin de carrière ?! Comment continuer ?

La composition des cadres

La catégorisation au sein du High Performance Hub (HPH) a lieu chaque année et est liée au High Performance Test (Swiss Olympic PISTE).

Selon le modèle FTEM, le HPH se situe entre T2 et E2, dans le meilleur des cas finalement en M. Afin de ne pas créer d'ambiguïté et parce qu'il s'agit aussi d'une attribution de moyens d'encouragement, on a renoncé à la désignation FTEM pour la répartition des cadres.



Foundation Team



Dans le Foundation Team se regroupe des athlètes qui ont réussi leur première sélection dans l'HPH et qui sont classés T2/T3 dans le FTEM.

Athlètes avec SOTC R en première année de structure



Development Team



Dans le Development Team les athlètes qui remplissent au moins l'un des critères suivants se trouvent dans la liste :

- a) SOTC N
 - b) dans la moitié supérieure de la PISTE
 - c) au moins la deuxième année en HPH SOC E.
- FTEM niveau T3-E1.



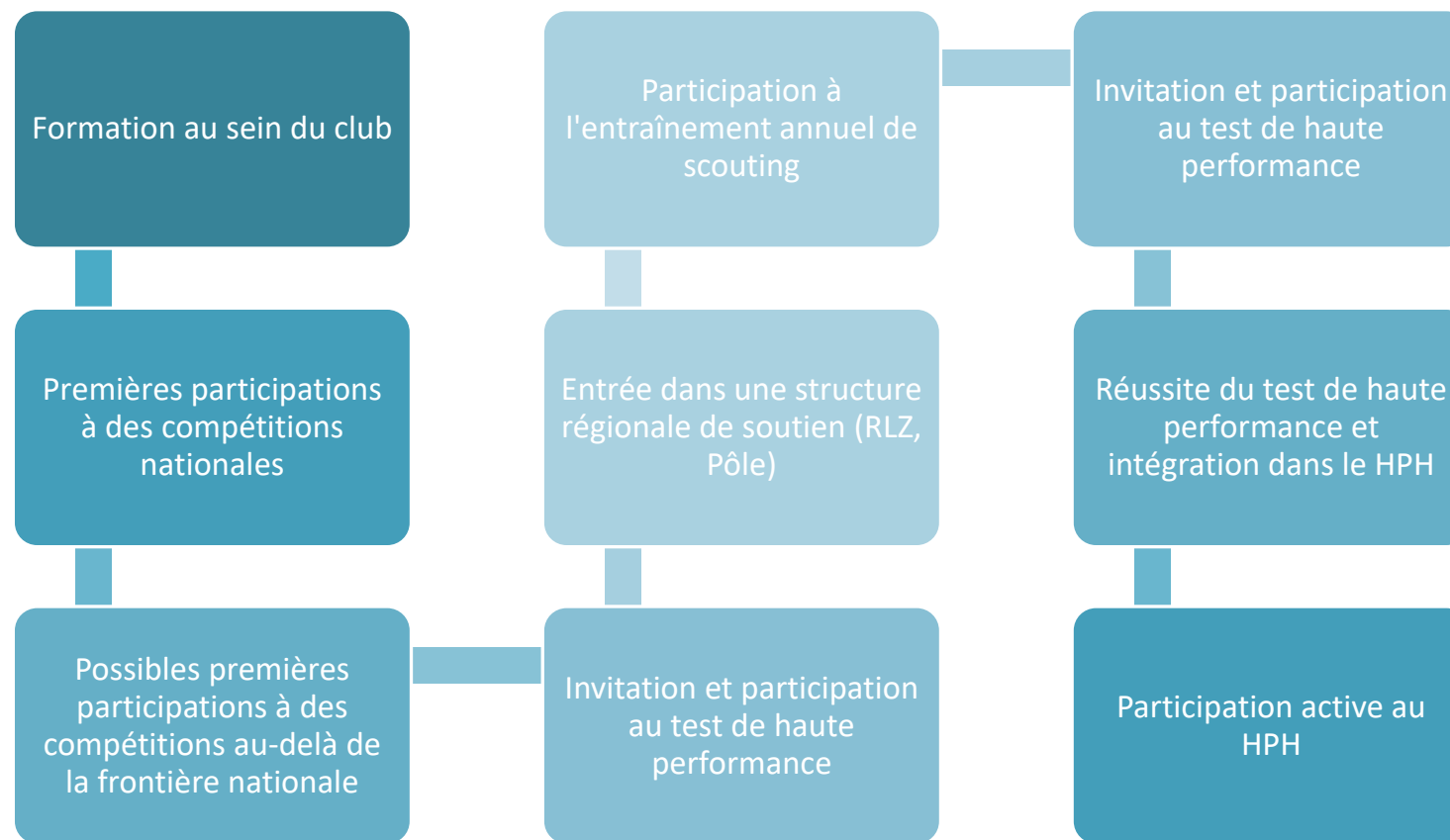
High Performance Team

Dans l'équipe High Performance, on trouve des athlètes avec SOTC N, SOC E ou plus, qui ont confirmé leur potentiel à plusieurs reprises. Plus d'une médaille lors de tournois G-Ranking l'année précédente et/ou des performances extraordinaires, dans la moitié supérieure de la PISTE. FTEM niveau T4-M.

L'accès au SpiSpoRS est examiné ici. Il convient d'assister à la réunion d'information à Macolin. Les trois à cinq premiers athlètes du classement des pistes peuvent être affectés au HPT.



Le processus de sélection dans la HPH



D'autres critères de sélection, ainsi que des détails sur le diagnostic de performance sont disponibles dans le « Concept médical » [ici](#).

FTEM – Swiss Taekwondo

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 Découvrir différents sports et mener un mode de vie actif S'engager dans un sport spécifique (avec/sans compétition)			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								CE (G4), CM (G14), EG (G4), JO (G20) (dès 17 ans)				
								WT G-Ranking Championships G1, G2, G6, G10 (dès 17 ans)				
Cards / structure des cadres							YOG (16-17 ans)					
							CEJ, CMJ (15-17 ans)					
							CE Cadets, CM Cadets (12-14 ans)					
							WT G-Ranking Championships G1 & G2					
Volume d'entraînement hebdomadaire en heures	5	6	8	11	13	14-16	15-17	16-19	21	24		
Compétitions par année		4	6	8	9	10	12	16	22	20		

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

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 T2
- Dispenses (également possibles au sein d'une école ordinaire) : dès T2
- Classe de sport/école de sport (selon le lieu d'entraînement/de l'école/du domicile) : dès T3 (TC N)

Contact au sein de la fédération :

Mergim Krasniqi
kramergim@gmail.com
Téléphone 077 405 39 91

Cards

Validité : Talent Cards (R, N) : 01.02.–31.01.
Elite Cards (E, B, A, O) : 01.02.–31.01.
Age : Talent Card Régionale : >12–17 ans
Talent Card Nationale : >14–17 ans

Organismes responsables de la PR

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

Le FTEM actuel de Swiss Taekwondo est également disponible sur Swiss Olympic. [Lien](#)

Attentes concernant les heures d'entraînement et les compétitions

FTEM	Foundation			Talent				Elite		Mastery
Phase	F1	F2	F3	T1	T2	T3	T4	E1	E2	M
	5	6	8	11	13	14-16	15-17	16-19	21	24
Wochenumfang in Stunden										
	5	3	4	6	8	10	10-12	12-14	16	18
Anzahl Wettkämpfe/Jahr		4	6	8	9	10	12	16	22	20

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

Les heures d'entraînement indiquées dans le FTEM servent de référence par niveau. Des écarts peuvent être pertinents selon l'athlète et peuvent être discutés avec le NC.



Plan annuel pour les athlètes

Au début de chaque année, l'entraîneur national établit un plan d'entraînement et d'événements en concertation avec chaque coach contribuant au développement de l'athlète. Ce plan comprend un engagement pour des heures d'entraînement hebdomadaires, un planning pour la participation à des événements G1, une éventuelle présélection pour un > événement G2 et un planning pour la participation à des camps ou autres activités d'entraînement. Ces plans sont revus tous les six mois.

Ces objectifs sont décrits dans un document signé en début d'année par l'athlète, l'encadrement, un représentant du Swiss Taekwondo KSD et, pour les mineurs, par les parents.

Participation à des événements internationaux



Swiss Taekwondo sélectionne et encadre la participation aux événements internationaux, à partir du niveau G-1.

Les athlètes sélectionnés pour des événements (tournois G, camps, mesures d'entraînement) représentent la Suisse et participent en tant qu'équipe nationale.

La participation aux événements G1, qui ne sont pas déjà convenus dans la planification annuelle du High Performance Hub, est de la responsabilité des athlètes et de leurs entraîneurs locaux.

Les compétitions convenues dans l'engagement sont des événements obligatoires pour être admis dans le niveau de promotion correspondant. Un éventuel financement n'a lieu que lors desdites manifestations et ne peut pas être compensé en cas de manquement.

Scoring System

Les directives de qualification pour les grandes compétitions sont adaptées chaque année en fonction des dates et publiées avec le système de scoring actuel. ([LIEN pour le téléchargement](#))

Les athlètes qui ont été sélectionnés dans la High Performance HUB ont en principe droit aux performances convenues dans l'engagement par semestre. Une réflexion semestrielle sur la performance décide du semestre suivant et de sa répartition dans l'équipe, ainsi que du financement des événements cibles qui en découle.

Le financement peut varier en fonction de la promotion de SO (Support SO Card) et de la répartition des équipes/réaffectations. Dans le cas d'une Bronze Card ou plus, seuls les camps d'entraînement désignés comme activités obligatoires par ST sont financés. Les participations aux compétitions et leur financement sont réglés individuellement par athlète dans l'engagement.

FTEM – Heures d'entraînement



La planification de l'entraînement dans l'application, est établie par l'entraîneur du club en accord avec le CN. En dehors des phases de compétition, elle doit se situer dans le cadre de la charge horaire de la FTEM. Les exceptions et les adaptations individuelles doivent être discutées et approuvées avec le CN. Les athlètes confirment ensuite les entraînements prévus et classent l'intensité et le contenu correspondants. La saisie des entraînements et l'analyse des compétitions doivent être effectuées de manière autonome par les athlètes afin de documenter leur processus et de pouvoir mesurer leurs performances. L'utilisation de l'application sera à chaque fois prise en compte dans l'évaluation semestrielle.

Les arrêts maladie ou les pauses pour blessure peuvent être enregistrés par ce biais.

Soutien et qualifications

Swiss Taekwondo finance une partie des événements définis dans l'engagement.

Swiss Taekwondo continue à attribuer des primes de succès pour les participations réussies aux tournois G.

Les soutiens pour les camps et autres événements sont définis dans les objectifs annuels individuels et peuvent changer chaque année.

Le calcul des points de scoring nécessaires est effectué par le KDS 60 jours avant chaque événement cible.

High Performance Team:

Les athlètes se qualifient pour les grands événements conformément aux critères de sélection en vigueur, à condition qu'ils respectent strictement les exigences de la convention.

Soutien et qualifications

Development Team:

Les athlètes HUB actifs qui remplissent au moins l'un des critères suivants, SOTC N, dans la moitié supérieure de la PISTE, au moins dans la deuxième année en HPH, SOC E, FTEM niveau T3-E1 peuvent être intégrés au Development Team. Le développement global est ici au centre des préoccupations. Un financement partiel de la saison est examiné et communiqué tous les six mois.

Foundation Team:

Les athlètes en première année de HPH et/ou dans la partie inférieure de la PISTE, avec la SOTC R, sont incorporés dans le Foundation Team au cours du premier semestre. Un surclassement peut être obtenu sur la base des résultats obtenus au cours des six premiers mois pour la deuxième moitié de l'année. Le financement du Foundation Team se concentre sur les camps d'entraînement et les rassemblements.

Entretiens avec les athlètes

Quoi ?	Quand ?	Qui ?	Où ?
Entretien de sélection avec objectifs	Annuellement, après le HPT	Athlète, CN, entraîneur à domicile, éventuellement parents	Présence / en ligne
Objectifs individuels	Avant les événements (compétition, camp)	Athlète, CN, éventuellement entraîneur de club	Téléphone / en ligne / présence
Débriefing des compétitions	Après la compétition	Athlète, CN	Présence
Rétrospective et perspectives	Après la pause d'été	Athlète, CN, evtl. Heimtrainer	Présence / en ligne

Entretiens avec les athlètes

Les entretiens entre l'athlète, son entraîneur, son entourage et le coach national sont importants. Les échanges, les objectifs clairs, les attentes et les craintes doivent pouvoir être abordés ouvertement. Pour ce faire, le CN organise des entretiens ciblés qui doivent servir de première base.

En dehors de cette « planification », le CN se tient à tout moment à la disposition des athlètes, des entraîneurs à domicile et de l'entourage des athlètes. Dans la mesure du possible, la communication doit être menée directement avec le CN.

Si des situations ou des problèmes surviennent, pour lesquels les athlètes, les entraîneurs à domicile ou l'entourage des athlètes ne peuvent ou ne souhaitent pas, pour des raisons personnelles, s'adresser directement au CN, le dialogue doit être recherché avec le président de la fédération.

Swiss Olympic propose également un service de contact indépendant et anonyme. [Swiss Sport Integrity](#).

Droits et responsabilités

Le soutien individualisé en fonction de la répartition des cadres est discuté en détail lors de l'entretien de sélection et consigné par écrit.

Les athlètes signent le document « [High Performance Hub Athlete Contract & Agreement 2025](#) » qui règle en détail les droits et les devoirs et contient le plan annuel.

Ceci peut être consulté en ligne ([Downloads | Swiss Taekwondo](#)) et est envoyé aux athlètes sous forme numérique avant l'entretien de sélection, en même temps que l'agenda de l'année à venir.

Fin de carrière ?! Comment continuer ?

Afin de montrer très tôt aux athlètes la voie à suivre après leur carrière de sportif d'élite actif, les athlètes sont impliqués dans diverses activités.

En fonction de leur classement, différentes mesures d'encouragement s'appliquent, auxquelles les athlètes peuvent être invités tout au long de l'année.

Lors de l'entretien annuel avec les athlètes « Rétrospective et perspectives », la saison à venir et le processus de sélection correspondant sont discutés. Le thème de la fin de carrière est également abordé avec respect et des options sont présentées.

High Performance Team	Development Team	Foundation Team
• Coach Education C 1&2 • Coach Education B Licence (Préparation pour la BTL) • National Referee Seminar	• Coach Education C-1&2 Licence • National Referee Seminar • SO 3T Automne pour SOTC R & N • SpiSpoRS Séance d'information	• Referee Seminar pour la promotion de Dan • SO 3T Automne pour SOTC R & N

©Swiss Taekwondo NC PS 2025

