



SWISSCURLING ASSOCIATION

Teil 1: Selektion PISTE

Teil 2: Lokalkader SCA

Partie 1: Sélection PISTE

Partie 2: Cadre local SCA

Manuela Netzer, 16.05.2024

Wo finde ich Video und Informationen?
Où trouver la vidéo et les informations ?



- Aufnahme der Informationsveranstaltung und Präsentation sind ab 23. Mai 2024 abrufbar auf <https://www.curling.ch/sport/nachwuchs/>
- L'enregistrement de la réunion d'information et la présentation seront disponibles à partir du 23 mai 2024 sur <https://www.curling.ch/fr/sport/releve/>

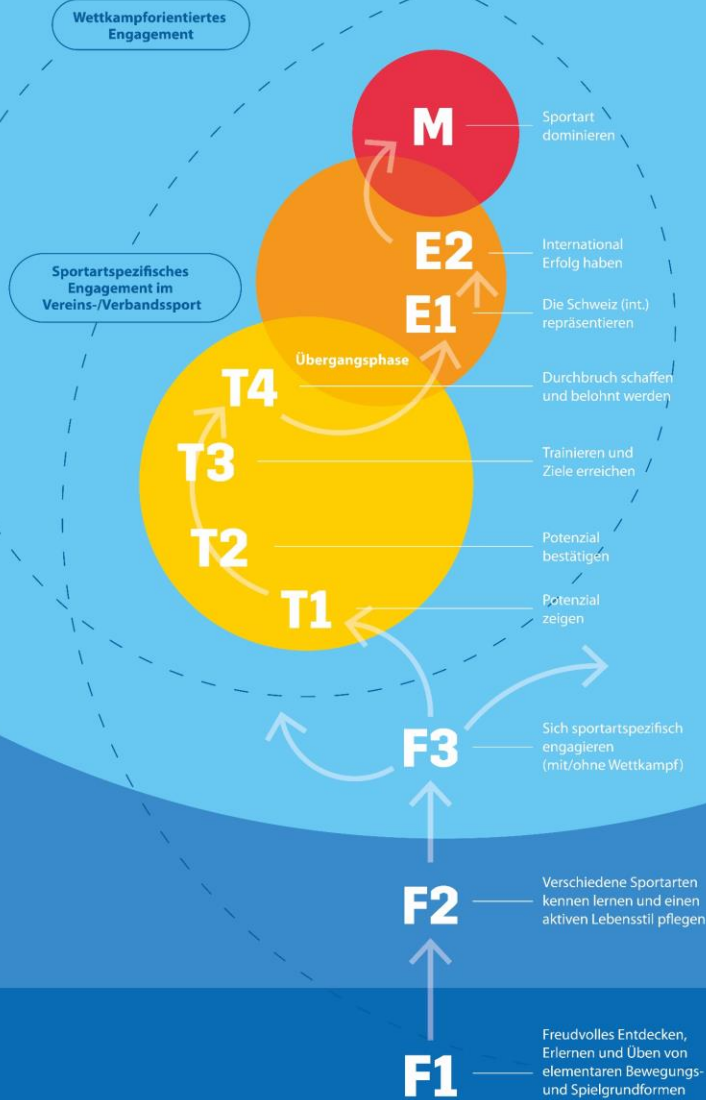
Ablauf

Ordre du jour



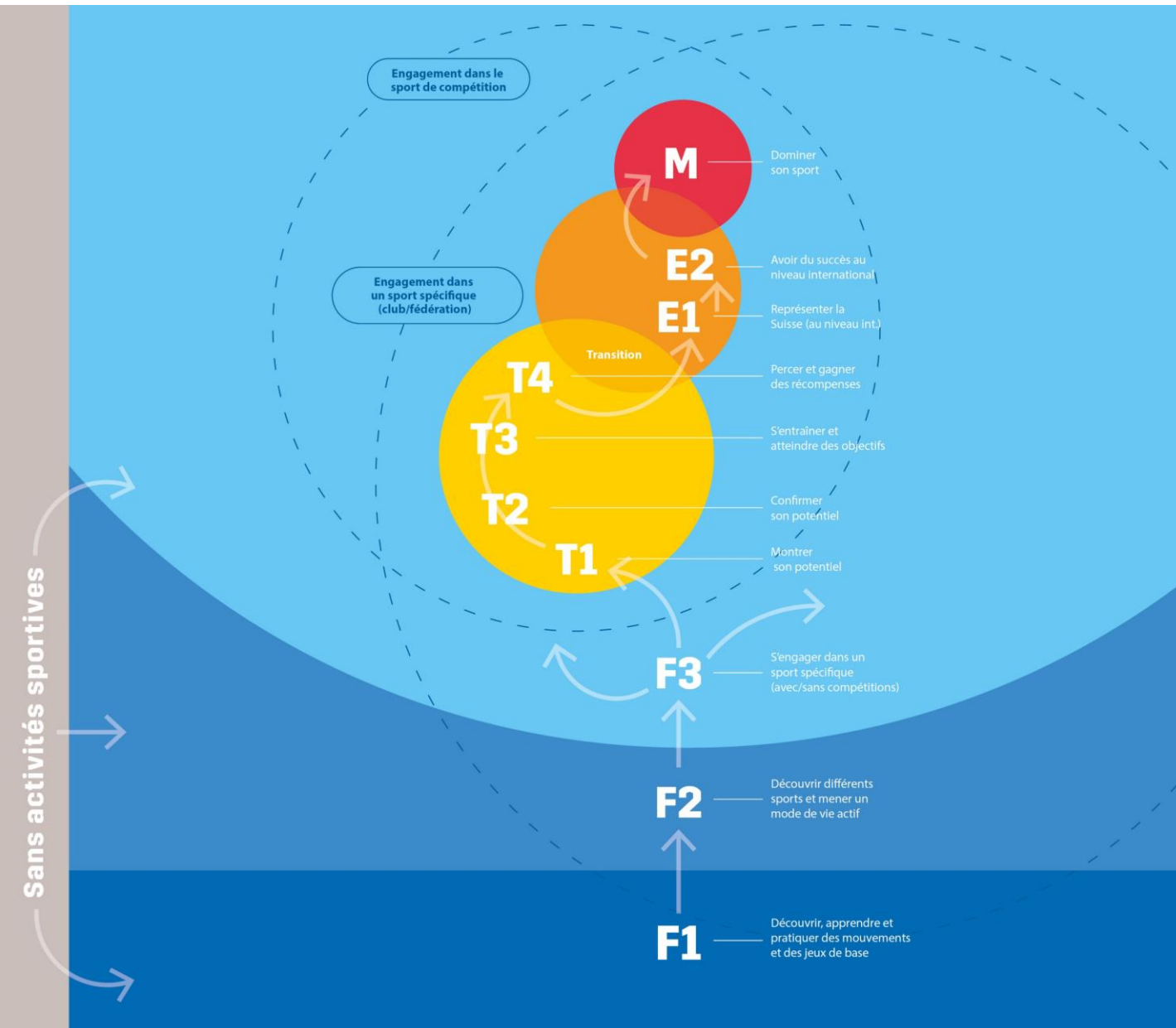
- Was ist PISTE?
 - Neuerungen Selektion
 - Das Lokalkader SCA – Verpflichtungen und Erwartungen
 - Abschluss
- *Qu'est-ce que PISTE?*
 - *Nouveautés sélection*
 - *Le cadre local SCA – obligations et attentes*
 - *Conclusion*

Inaktive



«FTEM» Schweiz

Link:
<https://www.swissolympic.ch/verbaende/fem-sport-athletenentwicklung.html>



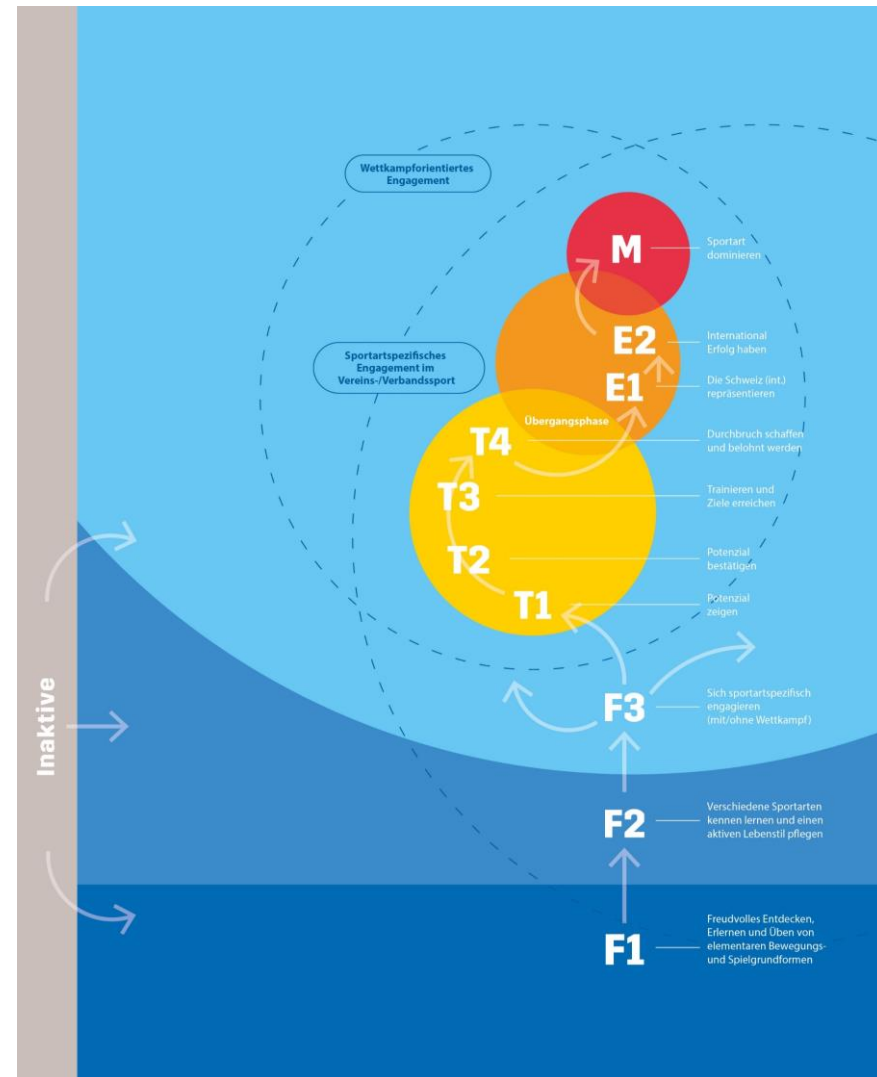
«FTEM» Suisse

Lien:
<https://www.swissolympic.ch/fr/federations/fte-m-developpement-du-sport-et-des-athletes>

Ausgangslage PISTE

Situation de départ PISTE

- Die Talentselektion ist ein Teilprozess der Talententwicklung und daher Bestandteil vom Athletenweg «FTEM».
- *La sélection des talents est un processus qui s'inscrit dans le développement des talents et fait donc partie intégrante du parcours de l'athlète selon FTEM.*

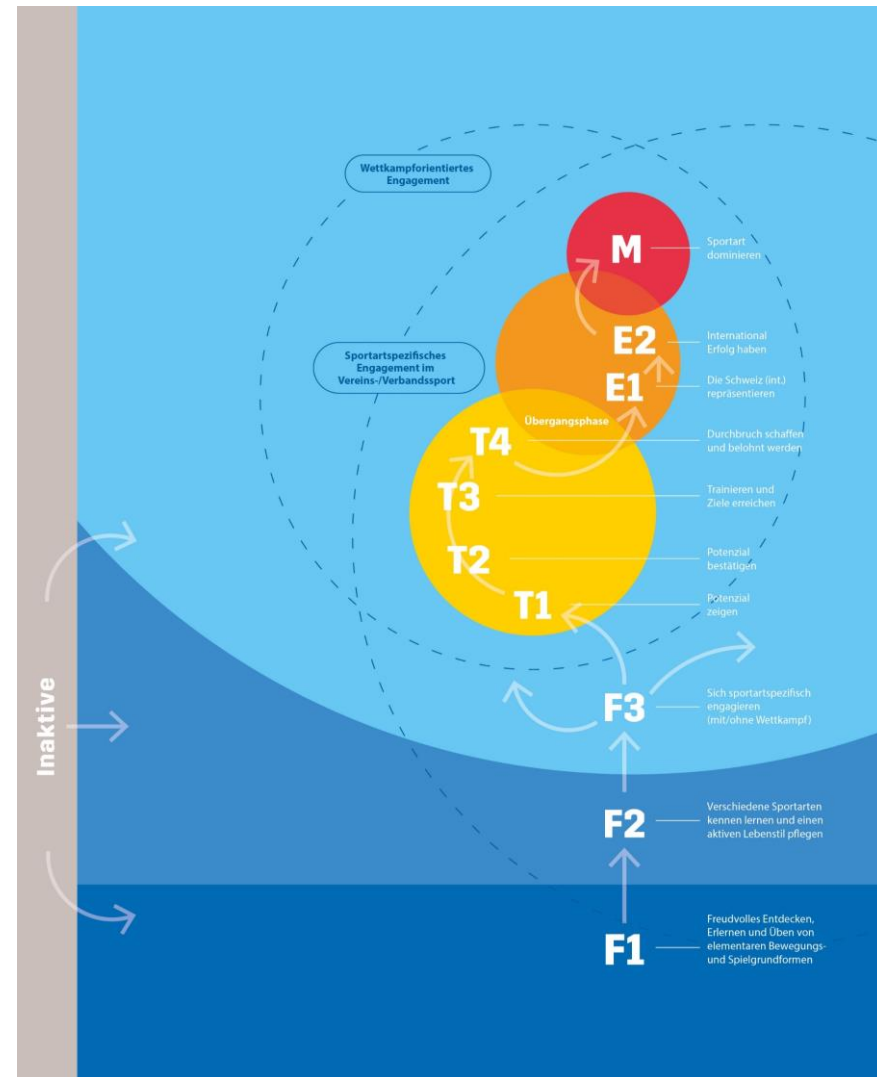


Ausgangslage PISTE

Situation de départ PISTE



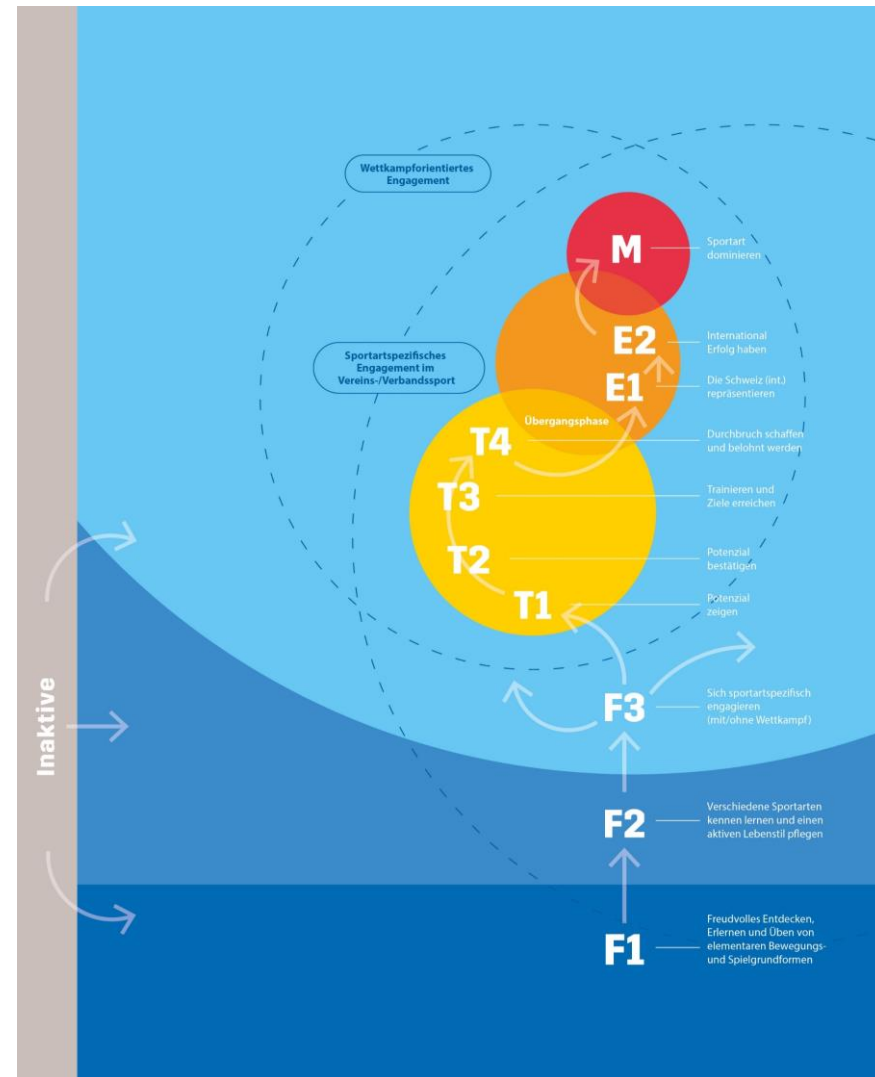
- Eine Selektion nach anerkannten PISTE-Kriterien ist Vorgabe für die Auslösung der «Swiss Olympic Talent Cards»
- *Une sélection selon les critères PISTE établis est une condition préalable à l'obtention des Swiss Olympic Talent Cards.*



Ausgangslage PISTE

Situation de départ PISTE

- PISTE als Selektionsansatz bzw. – philosophie
- *PISTE en tant qu'approche et philosophie de sélection*



PISTE

=

Prognostisch – zukünftige Leistung entscheidend

Integrativ – verschiedene Faktoren einbeziehen

Systematisches & standardisiertes Vorgehen

Trainer*in – als Kompetenzträger

Einschätzung – als Beurteilungsmethode nutzen

***P**révisionnel – performance future déterminante*

***I**ntégratif – inclusion de différents facteurs*

***S**ystématique & standardisée – Approche*

***En T**raîneur – en tant que détenteur des compétences*

***E**stimation – comme méthode d'évaluation*



Leitidee / *Idée directrice*

**«Nicht die aktuell Besten,
sondern die Geeignetsten»**

**«*Pas les meilleurs du moment,
mais les plus aptes*»**

- Frühzeitige, nachhaltige Förderung von Nachwuchathlet:innen sind entscheidend für spätere Eliteerfolge
- *Encouragement précoce et durable des jeunes athlètes décisif pour les succès ultérieurs de l'élite*



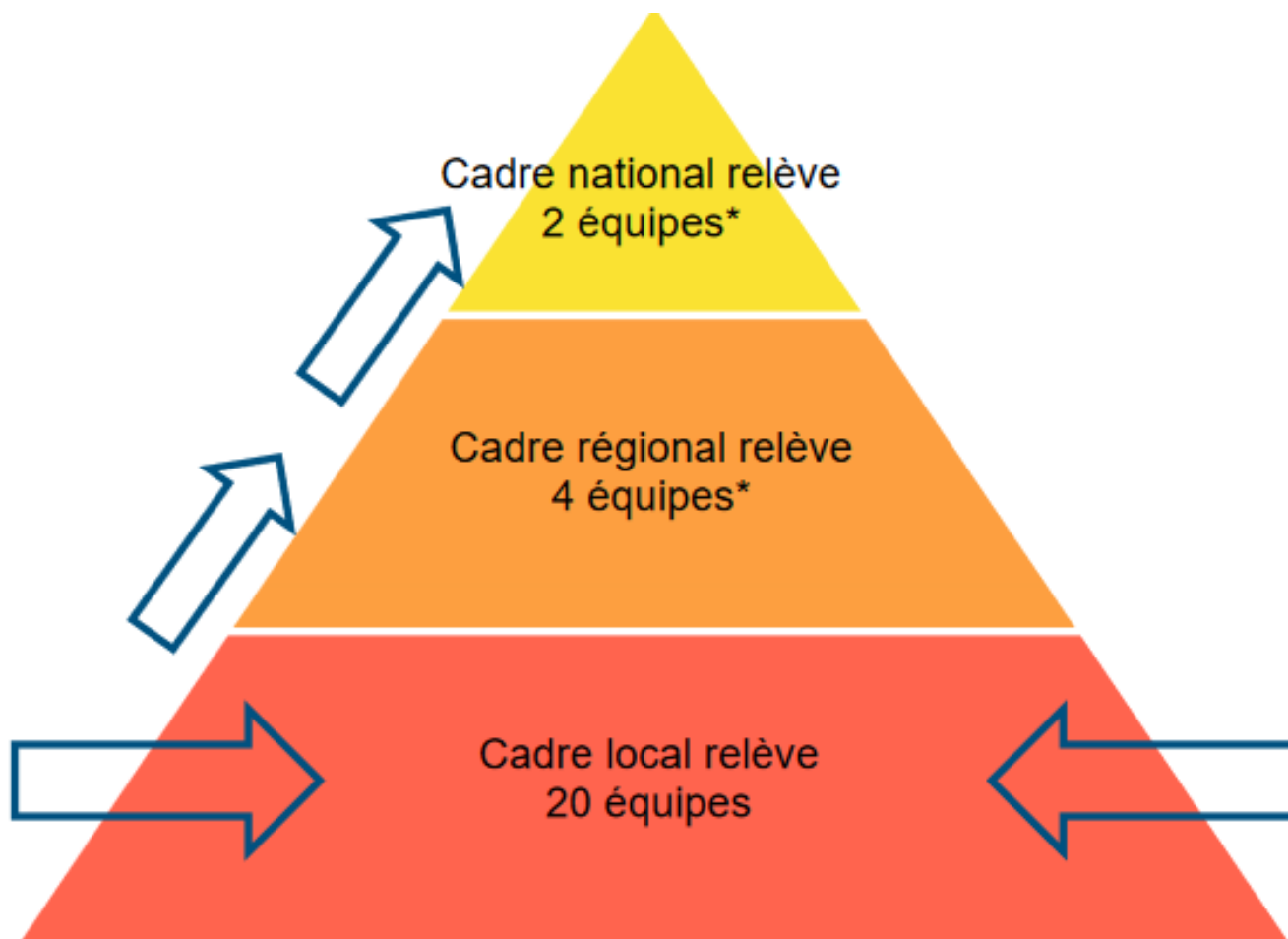
Leitidee / *Idée directrice*

- Zahlreiche Einflussfaktoren, u.a. biologische Entwicklung → Selektionen/langfristige Voraussagen = grosse Herausforderung
- Breite Förderung, wo möglich, Selektion nur falls nötig
- *Nombreux facteurs d'influence, entre autres le développement biologique → Sélections/prévisions à long terme = grand défi*
- *Encouragement à grande échelle là où c'est possible, sélection uniquement si nécessaire*



Kadergefässe SCA

Echelons du cadre SCA



Neuerungen in Kürze 1/3

Nouveautés en bref 1/3



Individuelle Selektion statt Selektion von Teams

- Selektion ausschlaggebend für die Swiss Olympic Talent Cards
- Förderung der Athlet:innen grösstenteils weiterhin im Team
- Planung der Umsetzung der Förderung in den Kaderngefässen und entsprechende Information folgt

Sélection individuelle au lieu de sélection d'équipes

- *Sélection déterminante pour l'obtention des Swiss Olympic Talent Cards*
- *Promotion des athlètes majoritairement au sein de l'équipe*
- *Planification de la mise en œuvre de la promotion dans les différents échelons du cadre et information correspondante suit*

Neuerungen in Kürze 2/3

Nouveautés en bref 2/3



Korrekturfaktoren

- Relatives Alter
Korrektur der Resultate
aufgrund des
Geburtsdatums (z.B.
01.07.2006 vs. 30.06.2007)
- Biologischer
Entwicklungsstand
Erfassung Früh-/Normal-
/Spätentwicklung mittels
Mirwald-Test

Facteurs de correction

- *Age relatif*
Correction des résultats sur
la base de la date de
naissance (p. ex. 1.07.2006
vs 30.06.2007)
- *Stade de développement*
biologique
Identification du stade de
développement (précoce,
moyen ou tardif) au moyen
de la méthode Mirwald

Hilfsmittel: Erklärvideo Biologisches Alter



→ Zum Film [DE](#) / [FR](#)

Neuerungen in Kürze 3/3

Nouveautés en bref 3/3



Unterscheidung T1-T4

- Die Beurteilungen können sich je nach FTEM-Stufe unterscheiden
- Die Anforderungen an die Athlet:innen wachsen mit aufsteigender Kaderstufe
- Die Beurteilungen werden umfangreicher und präziser mit aufsteigender Kaderstufe

Différenciation T1 à T4

- *Les évaluations peuvent varier selon le niveau FTEM.*
- *Les exigences vis-à-vis des athlètes augmentent pour les échelons du cadre supérieurs.*
- *Les évaluations sont plus complètes et précises pour les échelons du cadre supérieurs.*



Résultats obtenus	Ligue suisse
	Succès nationaux
	Succès internationaux
	Classement OOM
	Tournois
Repérer le talent	Qui est responsable de repérer le talent?
Formation/Ecole/Travail	Quelles possibilités y a-t-il?
Taux d'occupation, études, école	Travail/Ecole
Responsabilité	Développement sportif/Carrière
Niveau du cadre	Sur la base de la sélection
Formation du coach d'équipe	Formation souhaitée
Structure resp.	
Soutien SCA	Entraîneurs
	Activités du cadre
	Utilisation NLZ
	Utilisation RLZ
	Soutien financier Médecine sportive
Soutien de tiers	Armée
	Aide sportive
	Carte Swiss Olympic
Volume d'entraînement	Heures p./semaine on Ice
	Heures p./semaine off Ice
	Nb. de pierres par semaine
	Nb. de matches par année
	Nb. de compétitions par année
Compétitions	YOG/EYOF/WUG
	WJCC
	ECC
	WCC
	OG

Leistungsausweis	Schweizer Liga
	Nationale Erfolge
	Internationale Erfolge
	Ranking OOM
	Turniere
Talentsichtung	Wer ist zuständig für Sichtung?
Ausbildung/Schule/Beruf	Welche Möglichkeiten gibt es?
Pensum Arbeit, Studium, Schule	Arbeit/Schule
Verantwortung	Sportliche Entwicklung/Karriere
Kaderstufe	Aufgrund Selektionsentscheid
Ausbildung Teamcoaches	Gewünschte Ausbildung
Trainingsstruktur	
Unterstützung SCA	Trainerressourcen
	Kaderprogramm
	Nutzung NLZ
	Nutzung RLZ
	Finanzielle Unterstützung Sportmedizin
Unterstützung Dritte	Armee
	Sporthilfe
	Swiss Olympic Card
Trainingsvolumen	On Ice pro Woche
	Off Ice pro Woche
	Steine pro Woche
	Spiele pro Jahr
	Wettkämpfe pro Jahr
Wettkämpfe	YOG/EYOF/WUG
	WJCC
	EM
	WCC
	OG



Potenzial zeigen



Potenzial bestätigen



Trainieren und Ziel erreichen



Durchbruch schaffen und belohnt werden

Talent			
T1	T2	T3	T4
Jun B-/ A-Liga	Jun A-SM	Jun A-SM/ Elite SM	Elite SM
Jun B SM Top 3/ Jun A Ligaerhalt	Jun SM Top 3	Jun SM Gold/ Elite SM Top 6	Elite SM Top 4
		WJCC Top 5	WJCC Top 3/ WUG
	Top 150	Top 100	Top 75
Jun. Turniere Breitensportturnire	EJCT Breitensportturnire	EJCT, WCT	WCT
Lokalkaderleiter, NW- Coach, Teamcoach	SCA Nachwuchs- Coaches	NW-Nationalcoach Nationalcoach Elite	NW-Nationalcoach Nationalcoach Elite
Sportschule, Oberstufe	Sportschule, Sportlehre	Sportschule, Sportlehre, Studium	Sportlehre, Studium
100%	80-100%	60-80%	50-70%
Lokalkaderleiter, NW- Coach, Teamcoach	SCA Nachwuchs- Coaches	NW-/ Elite National- coach, Teamcoach	NW-/ Elite National- coach, Teamcoach
Nachwuchs lokal	Nachwuchs Regional	Nachwuchs National	Nachwuchs National/ C
J+S Letter Curling, WB1 oder Ö. WB2	J+S Letter WB 2 zz. Leistungssport	J+S Letter WB 2 zz. Leistungssport/ BTL	BTL
Clubs, RLZ ¹	Clubs, RLZ ¹ NLZ ²	Clubs, RLZ, NLZ ²	Clubs, RLZ, NLZ ²
●	●	●	●
●	●	●	●
●	●	●	●
●	Nachwuchs	Nachwuchs	Elite evtl. Nachwuchs
			●
			Spi-Spo RS
		Patenschaft	P-schaft/ Förderbeitrag
Lokal	Regional	National	Nat. NW/Elite/Bronze
6	8	10	10
6	8	10	12
100	175	250	350
40	60	80	90
8	10	13	15
●	●	●	●
		●	●
		●	●
		●	●

Inhalte neu

Contenus nouveaux



	Werte der Athlet:innen-Beurteilung / Valeurs des athlètes - évaluation	Gewichtung / Pondération		
1	Resultat Wettkampf / <i>Résultat de compétition</i>	10	15	30
2	Sportmotorische Fähigkeiten / <i>Capacités en termes de motricité sportive</i>	15	10	7.5
3	Sportspezifische Fähigkeiten / <i>Capacités spécifiques à la discipline sportive</i>	20	10	7.5
4	Psyche / <i>Mental</i>	15	10	10
5	Belastbarkeit / <i>Résistance</i>	15	10	10
6	U	-	20	10
7	A	10	10	15
8	Teamfaktor / <i>Facteur d'équipe</i>	15	15	10
		100%	100%	100%

Je höher der Wert, desto wichtiger.
Plus la valeur est élevée, plus elle est importante.

Inhalte alt

Contenus vieux



	Werte der Athlet:innen-Beurteilung / Valeurs des athlètes - évaluation	Gewichtung / Pondération		
1	Resultat Wettkampf / <i>Résultat de compétition</i>			
2	Sportmotorische Fähigkeiten / <i>Capacités en termes de motricité sportive</i>			
3	Sportspezifische Fähigkeiten / <i>Capacités spécifiques à la discipline sportive</i>			
4	Psyche / <i>Mental</i>			
5	Belastbarkeit / <i>Résistance</i>			
6	Umfeldorganisation / <i>Organisation de l'environnement</i>			
7	Alter&Trainingsaufwand / <i>Age&charge d'entraînement</i>			
8	Teamfaktor / <i>Facteur d'équipe</i>			
		100%	100%	100%

Informationen via Zoom*

*Informations par Zoom**



- 01.05.2024, 20.00 Uhr
Athlet:innen RK/NK und Coaches, D/F
Athlètes CR/CN et Coaches, D/F
- 16.05.2024, 20.00 Uhr
Zentrumsleiter:innen, Coaches LK, Eltern,
weitere Interessierte
*Responsables des centres, Coaches CL,
parents, autres personnes intéressées*

* Alle Informationsveranstaltungen werden aufgezeichnet und können nachträglich angesehen werden. /
Toutes les séances d'information sont enregistrées et peuvent être visionnées ultérieurement.



SWISSCURLING ASSOCIATION

Teil 1: Selektion PISTE
Teil 2: Lokalkader SCA

Partie 1: Sélection PISTE
Partie 2: Cadre local SCA

Manuela Netzer, 16.05.2024

Lokalkader **SWISSCURLING**

Cadre Local **SWISSCURLING**



CRP
Genève
(Lausanne)

RLZ
Bern

RLZ
Baden

RLZ
St. Gallen

Anforderungen

Exigences



- Interesse am Weg Richtung Spitzensport zu gehen
- Absolvieren des Eintrittstests von SCA
- Einstieg ins Kaderprogramm erfolgt über das Lokalkader
- Für Neueintritt Lokalkader: Mindestalter 11 Jahre, Maximalalter 16 Jahre
- Teilnahme Liga C kommende Saison
- Intérêt pour s'orienter vers le sport de performance
- Passer le test d'entrée de la SCA
- L'accès au programme du cadre se fait par le cadre local
- Pour nouveaux arrivants : âge minimum 11 ans, âge maximum 16 ans
- Participation à la Ligue C la saison prochaine

Erwartungen an Athleten

Attentes aux athlètes



- Lückenloser Besuch und motivierter Einsatz
- Bereitschaft zur Intensivierung des Aufwandes im Curlingsport (und allenfalls Organisation Umfeld)
- Cool and clean
- Participation sans faille et engagement
- Disposé à augmenter l'investissement en faveur du curling (et év. organisation de l'environnement)
- Cool and clean

Erwartungen an Coaches

Attentes envers les coaches



- Anwesenheit an den Kaderevents
- Bereitschaft für die intensive Arbeit mit dem Team
- Offene und zuverlässige Kommunikation
- Besuch J+S-Kurs «Unterrichtskompetenz»
- Présence aux événements du cadre
- Disposé à travailler de manière intensive avec l'équipe
- Communication honnête et ouverte
- Participation au cours J+S «Coaching»

Leistungen SCA

Prestations SCA



- 1.5 Tage off ice, 5 Tage on ice (Eiszeit, Übernachtung, Verpflegung)
 - Trainings mit SCA-Coaches und ausgewählten Trainern
 - Ausbildung der Athleten und Coaches in verschiedenen Bereichen:
Technik, Taktik, Kommunikation, Mentales, Teamdynamik, Athletik, Gesundheit, Leadership, Umfeldorganisation
 - Swiss Olympic Talent Card Local
- 1,5 jour off ice, 5 jours on ice (temps de glace, hébergement, repas)
 - Entraînements avec les Coachs SCA et entraîneurs·euses choisis
 - Formation des athlètes et coachs dans divers domaines: Technique, tactique, communication, mentale, dynamique d'équipe, athlétique, santé, leadership, organisation de l'environnement
 - Swiss Olympic Talent Card Local

Die Lokalkadersaison

La saison du cadre local

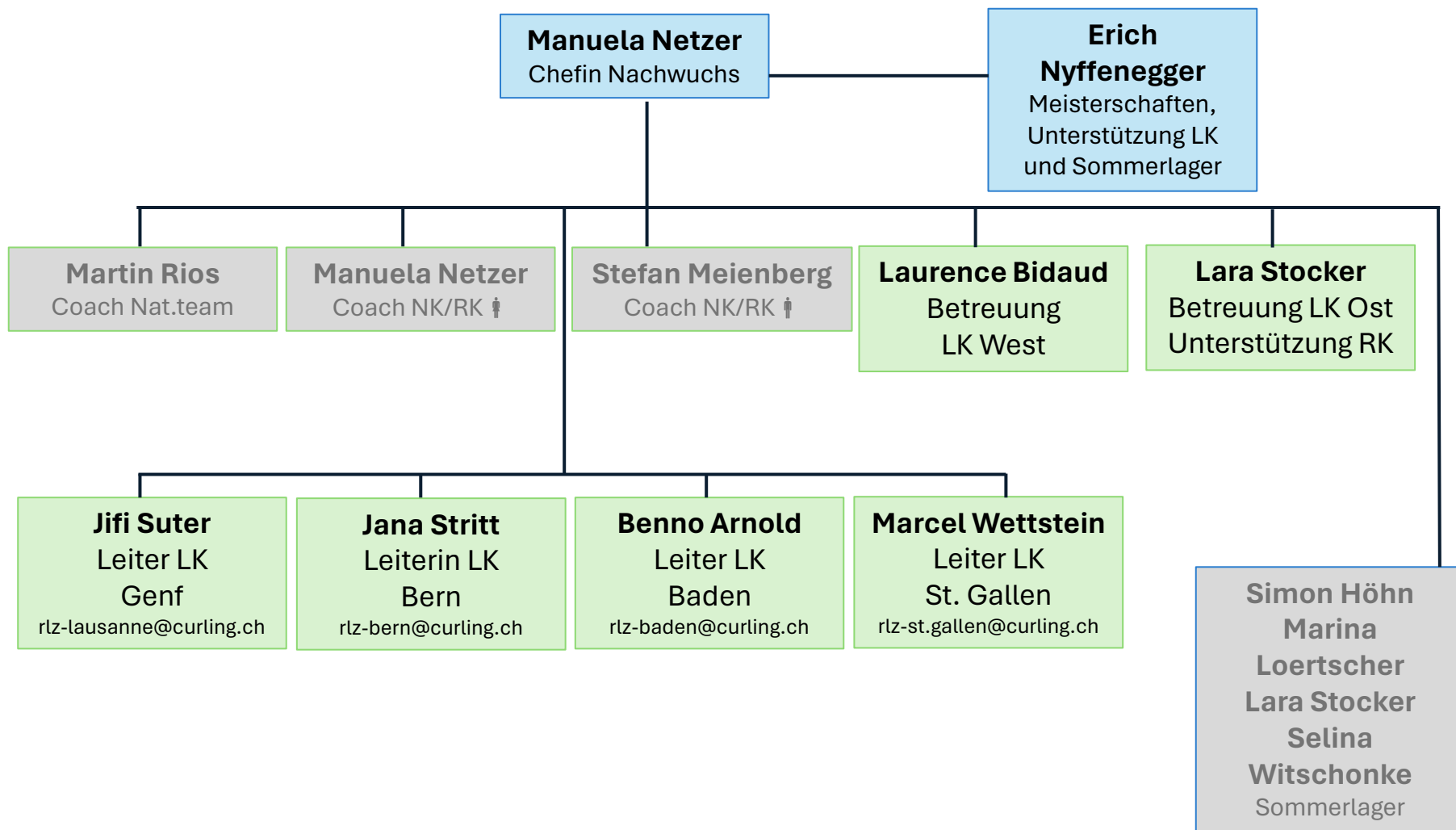


Standort Baden

Sa	11.	Mai	2024	Sporttest zur Aufnahme	Aarau
Sa	31	August	2024	Sommerevent inkl. Sporttest	Aarau
Sa/So	21./22.	September	2024	Kadertag 1&2 Eis	St. Gallen
So	3.	November	2024	Kadertag 3 Eis	Baden
Sa	8.	Dezember	2025	Kadertag 4 Eis	Baden
Sa	15.	Februar	2025	Kadertag 5 Eis	Baden

Organigramm SCA Nachwuchs

Organigramme Relève SCA



Bewerbungen Lokalkader Mai 2024

Candidatures cadre local mai 2024



Max. Anzahl Teams/ *Max. nombre d'équipes* : 20

Genève	Bern	Baden	St. Gallen

Aktuelle Bewerbungen/*candidatures actuelles*:

3 Teams

3 Teams

9 Teams

3 Teams

Rahmenlehrplan

Plan d'étude de cadre



3.6. Mental

L'athlète...

Abrufbar unter
<https://www.curling.ch/sport/nachwuchs/>

Disponibile sous
<https://www.curling.ch/fr/sport/releve/>

Zur Zeit in Überarbeitung!
Actuellement en révision !

F3	L1	<ul style="list-style-type: none"> • contribue de par son comportement au bon fonctionnement de l'équipe. • éprouve du plaisir à se mesurer aux autres athlètes. • est conscient de ses progrès en matière de performance. • esquisse certains rituels à accomplir en équipe.
	L2	<ul style="list-style-type: none"> • développe ses propres rituels dans la préparation d'un match. • apprend à gérer les victoires comme les défaites. • apprend à se réjouir d'une victoire et à craindre les défaites. • exprime des impressions personnelles.
	L3	<ul style="list-style-type: none"> • développe sa propre <i>pre-shot routine</i> durant l'entraînement • apporte des avis personnels contribuant à discuter d'un match de manière constructive. • apprend ses premières techniques mentales (respiration, contrôle des pensées, visualisation). • reste concentré à l'entraînement et porte son attention sur les points essentiels.
T1	R1	<ul style="list-style-type: none"> • apprend à gérer la pression, les attentes et les peurs. • examine et remanie sans cesse ses rituels personnels intervenant avant ou pendant un match. • réfléchit à son comportement durant les compétitions et l'adapte. • interagit de manière adaptée avec ses coéquipiers. • entraîne régulièrement des techniques mentales et les applique de manière ciblée.
	R2	<ul style="list-style-type: none"> • travaille avec un entraîneur mental ou un psychologue sportif. • optimise constamment sa stabilité mentale. • connaît des exercices pour activer les deux hémisphères du cerveau et est conscient de leur utilité. • voit les situations de pression comme un défi à relever.
T2	N	<ul style="list-style-type: none"> • endosse une responsabilité pour lui-même et son équipe. • a recours à des stratégies de relaxation. • se prépare à des situations de jeu difficiles, à des matches et à des tournois importants de manière consciente et focalise son attention sur ce processus. • est là pour gagner (et pas pour ne pas perdre).

Übertritt ins Regionalkader

Passage au cadre régionale



- 4 Teams pro Geschlecht
- Erwartungen konkretisieren sich
⇒ Curling = Nr. 1
- Mehr Kadertage, internationale Turniere – vermehrt unter der Woche
- Gewünschtes Alter: 15-19jährig
- 4 équipes par sexe
- Attentes se concrétisent ⇒ Curling = No 1
- Plus de jours de cadre, tournois internationaux – plus souvent en semaine
- Âge souhaité: 15-19 ans

Fragen zu Selektion oder Lokalkader?

*Questions concernant la sélection
ou cadre local?*



Ich stehe jederzeit für Fragen und Anliegen zur Verfügung.

Danke für deine Kontaktaufnahme!

*Je me tiens volontiers à disposition pour toute
question ou demande.*

Merci d'avance de prendre contact avec moi!

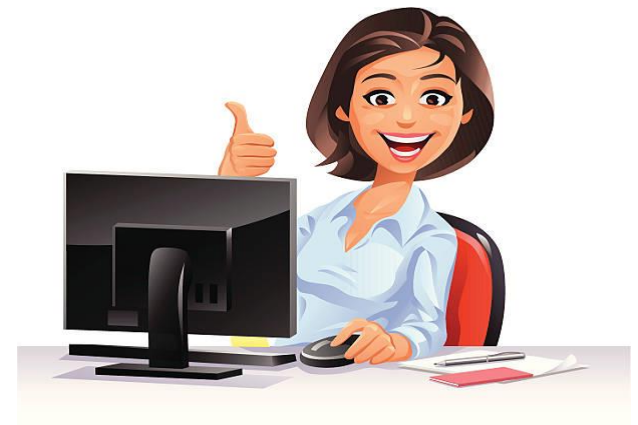
Manuela Netzer

Chefin Nachwuchs

manuela.netzer@curling.ch

076 508 62 59

16.05.2024



Fürs Athletiktraining! *Pour l'entraînement athlétique!*



Swisscurling

<https://vimeo.com/showcase/6918880>

Teilen



Mobilitätsübungen

Curdin Albertini

Übungen zur Verbesserung der Mobilität.



Gymnastikball

Curdin Albertini

Übungen mit dem Gymnastikball



Kraftübungen Körpergewicht B...

Curdin Albertini

Übungen mit dem eigenen Körpergewicht zur Stärkung der Beinmuskulatur



Kraftübungen Körpergewicht R...

Curdin Albertini

Übungen mit dem eigenen Körpergewicht zur Kräftigung der Rumpfmuskulatur



HIIT



Koordination/Stabilität



Theraband



Kurzhantel Beine