



Jérôme Tan by
Oksana Timiryayeva



Concept promotion relève

2013-2016

Version 2.1 08.02.2013

Table des matières

	Page
1. Parcours des sportifs	3
1.1 Contenu de la promotion dans tous les domaines, vue d'ensemble	
Entraînement spécialités sportives (ski/wake)	
Entraînement condition physique	
Préparation mentale	
Encadrement médical	
Ecole et formation (voir aussi chapitre 4.4)	
1.2 Volume en heures d'entraînement par catégorie d'âge et niveau de promotion	
1.3 Proportion d'entraînement encadré	
2. Système de compétition	15
2.1 Système des compétitions internationales	
2.2 Système des compétitions nationales et rôle des compétitions pour les catégories de la relève	
3. Structure des cadres	19
3.1 Catégories d'âge des différents cadres	
Les chemins vers l'élite	
3.2 Nombre de cadres au niveau national	
3.3 Nombre de talents encouragés à chaque niveau	
4. Structures / responsabilités	25
4.1 Liste nominative de toutes les institutions qui assument une responsabilité	
4.2 Catalogue de critères pour l'attribution du label FSSW silver ou gold	
4.3 Processus d'attribution du label FSSW silver ou gold	
4.4 Coordination école et formation (voir aussi chapitre 1.1)	
4.5 Formation des entraîneurs	
5. Concept de sélection	32
5.1 Déroulement et organisation du processus de sélection	
5.2 Pondération des différents critères de sélection (par âge en points)	
5.3 Critères de sélection et leurs évaluations	
5.4 Communication des résultats et des décisions de sélection	



1.

Parcours des sportifs

1.1 Contenu de la promotion dans tous les domaines (1/8)

Vue d'ensemble

- **Entraînement spécifique à la spécialité sportive**
 - Ski nautique (skieur) : slalom et/ou figures et/ou saut
 - Wake (rider) : wakeboard et /ou wakeskate
- **Entraînement de condition physique**
 - Fitness (endurance)
 - Force (musculature)
- **Préparation mentale**
 - Personnalité
 - Maîtrise mentale
- **Encadrement médical**
 - Exercices d'échauffement et d'élongation
 - Traitement des accidents
 - Rétablissement après un accident
- **Ecole et formation**



1.1 Contenu de la promotion dans tous les domaines (2/8)

Entraînement spécialités sportives (ski/wake)

FSSW Guide d'entraînement

	Kids (6- 12 ans) Débutants	U14 (10 - 13 ans) Compétiteurs/Cadres	U17 (14 - 16 ans) Cadres	U21 (17 - 21 ans) Cadres
W S a k k i e	Entraînement encadré Montrer l'exemple Participer aux Kids Cups	Entraînement tactique (répétition des runs/programmes)	Entraînement tactique (répétitions des runs / programmes)	Entraînement tactique (répétitions des runs/programmes)
	SKI/WAKE libre – mini-slalom Gagner le plaisir de skier/rider	Apprendre une bonne technique Ski : dans 2 ou 3 disciplines SKI/WAKE libre	Améliorer la technique Ski : spécialisation sur 2 ou 1 discipline ?	Perfectionner la technique Ski : spécialisation sur 1 discipline ?
F i t o n r e c s e s	Pratiquer des activités athlétiques encadrés et de mouvements pour le plaisir	Puissance, force de vitesse, force explosive	Puissance , force de vitesse, force explosive	Puissance , force de vitesse, force explosive
		Rapidité, flexibilité	Rapidité, flexibilité	Rapidité, flexibilité
	Exercer divers sport et activités - Jogging - Tremplin - Snowboard	Endurance spécifique, intervalles, endurance de base	Endurance spécifique, intervalles endurance de base	Endurance spécifique, intervalles endurance de base
		Sports complémentaires, coordination	Sport complémentaire, coordination	Sports complémentaires, coordination
M e n t a l	Plaisir de bouger	Volonté / persévérance	Gestion des baisses de motivation	Motivation propre
	Initiative propre	Entraînement propre	Indépendance	Responsabilité propre
	Sensation de bouger	Niveau de performance optimal	Sens pour la compétition	Sens pour visualiser son parcours (run)
	Gestion de stress	Entraînement mental	Entraînement mental	Puissance mentale
G é n é r a l	Introduction dans processus d'un entraînement - Echauffement - Entraînement - Cool down Comportement sur plan d'eau	· Règlement technique IWWF (connaissance de base) · Théorie d'entraînement (base) · Entraînement et repos · Préparation et maintenance du matériel · Alimentation sportive · Prévention des accidents	· Règlement technique IWWF (perfection) · Théorie d'entraînement (bonne connaissance) · Planning d'entraînement et de compétition · Dopage et prévention · Bonne diagnose technique propre	· Perfectionner diagnose technique propre · Préparation aux championnats à titre · Sport et profession · Sponsoring/Marketing · Contact avec les médias

1.1 Contenu de la promotion dans tous les domaines (3/8)

Entraînement condition physique

PRÉPARATION PHYSIQUE LE PLEIN D'EXERCICES !

Exercices spéciaux pour le ski nautique et le wakeboard

ALEXIA

EX 1
Zone =
- fixateurs du dos
- fixateurs d'épaules
- biceps.
Attention à bien fixer les épaules lors du mouvement.

Intérêt particulier pour ce tirage sans appuis stables au niveau des pieds.

▲ Exercice 1 : Tirage allongé
▼ Exercice 2 : Tirage croisé spécifique 1 bras

EX 2
Zone =
- zone pectorale
- grand dorsal
- biceps
- deltoïde
- ceinture abdominale.

Tirage à orientation slalom.
Angle de travail à adapter selon les objectifs

Attention :
Il est évident que ces exercices même s'ils n'ont rien de très « risqué » sont bien entendu à réaliser sous le contrôle d'une personne experte afin de respecter les placements et les modalités de travail (nombre de répétitions, nombre de séries, type de mouvement, placements, récupération, etc.). La plupart de ces mouvements ont pour but de renforcer des zones du corps régulièrement sollicitées en ski nautique ou alors de mettre en place un travail à visée préventive par rapport à des traumatismes récurrents chez le skieur.

ALEXANDRE

EX 1
Zone =
- grand droit

Renforcement abdominal spécifique pour prévenir les lombalgies.

▲ Exercice 1 : Abdominaux en course interne «Sit up»
▼ Exercice 2 : Abdominaux en course interne «Relevé de buste»

EX 2
Zone =
- grand droit

Renforcement abdominal spécifique pour prévenir les lombalgies.

JULIE

EX 1
Zone =
- quadriceps
- fessiers
- ceinture abdominale

Le travail sur surface instable permet de coupler un renforcement musculaire avec un travail proprioceptif.

▲ Exercice 1 : Squat sur 1 jambe sur surface instable
▼ Exercice 2 : Développé de nuque alterné devant puis derrière

EX 2
Zone =
- deltoïde
- triceps
- fixateurs épaules
- ceinture abdominale

Attention au placement du bassin.

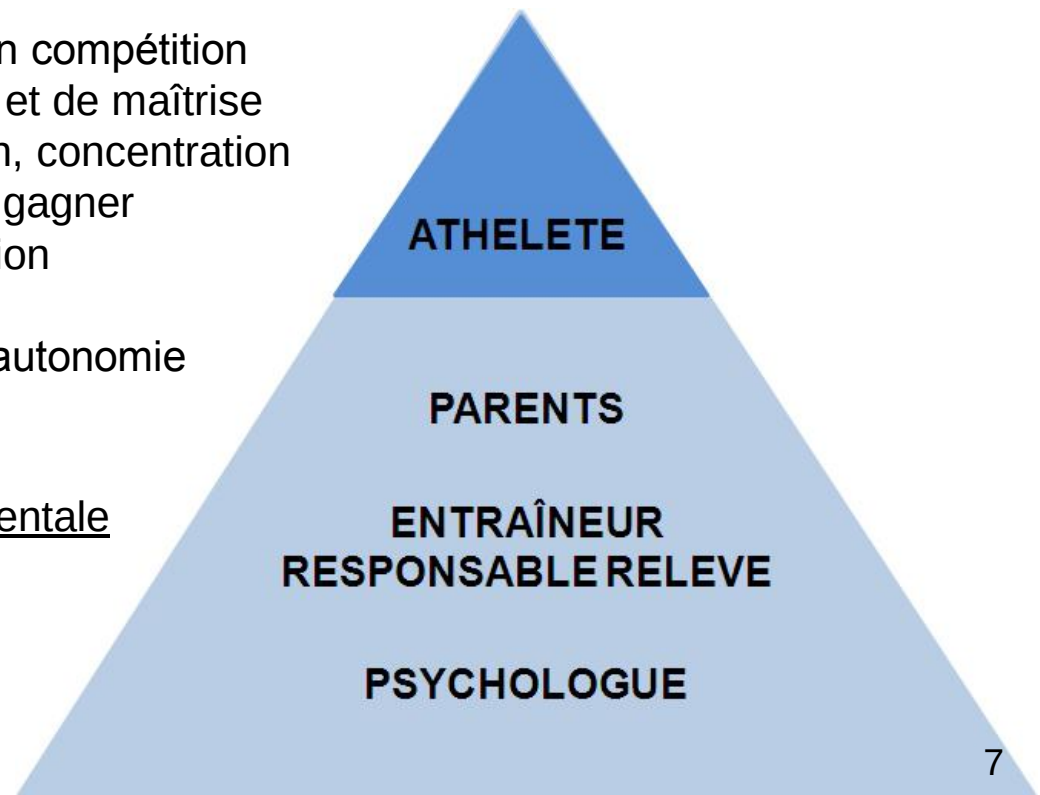
1.1 Contenu de la promotion dans tous les domaines (4/8)

Préparation mentale

Un concept de préparation mentale est en cours d'élaboration et sera mis en place en 2013 pour les cadres nationaux (sous l'égide du responsable relève de la FSSW). Il permettra de soutenir les **athlètes** et leurs **parents**, avec l'aide des entraîneurs et de psychologues spécialisés. Son but sera de concrétiser le potentiel sportif et humain de nos athlètes :

- Renforcer l'approche mentale en compétition
- Clarifier les objectifs de résultat et de maîtrise
- Contrôler le stress et la pression, concentration
- Dépasser la peur de perdre, de gagner
- Gestion des baisses de motivation
- Persévérer après l'échec
- Améliorer la confiance en soi, l'autonomie
- Gérer la vie sportive et scolaire

➡ Techniques de préparation mentale



1.1 Contenu de la promotion dans tous les domaines (5/8)

Encadrement médical (1/3)

La FSSW a organisé une sensibilisation des cadres nationaux à la prévention des accidents, en collaboration avec le Dr Cikes du Centre Médical Synergie (Lausanne) et les physiothérapeutes de l'HESAV. Ce programme couvrait les domaines suivants :

1. Exercices d'échauffement et d'élongation en saison (d'avril à octobre, avant l'entraînement ou la compétition)
2. Traitement des accidents
3. Rétablissement après un accident

Le suivi sera assuré par l'équipe des médecins de la FSSW dans le cadre des National Teams Days.

NB :

Le fitness est traité au chapitre 1.1 (entraînement spécialités sportives, ski/wake)

1.1 Contenu de la promotion dans tous les domaines (6/8)

Encadrement médical (2/3)

Exercices d'échauffement et d'élongation

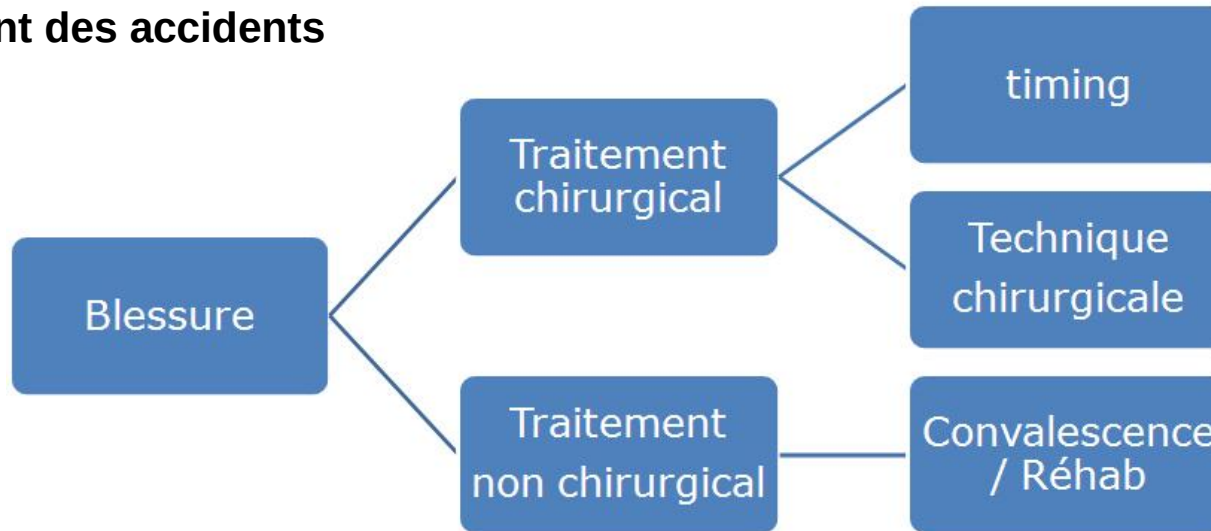
Résumé des fiches d'exercices d'échauffement et d'élongation distribuées aux athlètes par les entraîneurs

	Exercices d'échauffement (sur terre et dans le bateau avant de skier/rider)	Exercices d'étirement (sur terre et dans le bateau avant de skier/rider)
Quoi ?	Tête et cou, épaules, dos et bassin, genoux, chevilles	Grand pectoral, biceps, carré des lombes et grand dorsal, abdominaux, ischio-jambiers et chaîne postérieure, quadriceps et chaîne antérieure
Quand ?	Juste avant l'effort, prévoir du temps si nécessité d'un échauffement important (compétition, effort intense...)	Pas pendant l'échauffement, après l'effort
Comment ?	Mouvements dynamiques, lents et progressifs. Plus l'effort est intense, plus l'échauffement doit être important	Ne pas donner d'à-coup, aller progressivement jusqu'à la position où on sent que ça tire sans faire mal, respirer régulièrement
Pourquoi ?	Prévention des blessures musculaires, articulaires et ligamentaires	Maintenir la souplesse existante, améliorer la souplesse et les amplitudes, éviter les contractures musculaires
Remarques	Une fois dans l'eau, faire quelques brasses pour un échauffement global	Bien coordonner la respiration avec l'étirement et la détente musculaire. A chaque expiration, le muscle doit se détendre un peu plus.
Exemples (ces exercices sont décrits en détail sur la fiche d'exercices distribuée aux athlètes)	Course à pied, pas chassés, courir en montant les genoux, courir en talon-fesse, sauts sur un pied, sauts à pied joint, saute mouton, passer sous les jambes de quelqu'un qui fait le grand écart, tenir sur un pied les yeux fermés, etc.	Le concept d'élongation spécial ski nautique/wakeboard comprend 7 exercices d'élongation au sol, contre un mur, en s'appuyant contre une table, ou en position assise (bateau) etc.

1.1 Contenu de la promotion dans tous les domaines (7/8)

Encadrement médical (3/3)

Traitement des accidents



Rétablissement après un accident

- Le temps de convalescence est le facteur le plus important
- Dépend du type de blessure
 - Dépend du succès du traitement / guérison
 - Dépend de la motivation et de la force de l'athlète
- Dépend de l'équipe soignante et des moyens de réhabilitation
- But : permettre à l'athlète de concourir au même niveau

1.1 Contenu de la promotion dans tous les domaines (8/8)

Ecole et formation

- Le **Directeur Technique de la FSSW** est le contact pour supporter les cadres/Swiss National Talents, leurs parents et les clubs dans tous les domaines de l'école et de la formation
- Pour une solution école et formation, la FSSW utilise le potentiel de Swiss Olympic Partner Schools pour faciliter l'équilibre entre la formation et l'entraînement de la spécialité sportive. Selon la situation géographique du club et de l'athlète, les instituts de formation dans les cantons BE (Thoune), BS (Bâle), GR (Coire), LU (Lucerne), TI (Tenero), VD (Payerne), VS (Collombey-Muraz), ZG (Zoug) et ZH (Zurich) sont les mieux à même d'héberger des athlètes de la FSSW
- Pour des talents de ski nautique et wakeboard suisses, la meilleure période pour entrer dans une école Swiss Olympic Partner Schools est soit le degré secondaire II ou le degré tertiaire (universitaire) pour la suite de leur carrière

Ecole et formation : voir aussi chapitre 4.4

1.2 Volume en heures d'entraînement par catégorie d'âge et niveau de promotion (1/2)

Le volume d'entraînement par catégorie d'âge doit être :

Hors-saison ski/wake octobre - avril

Entraînement min./max. en heures par semaine et total d'heures hors-saison (22 semaines)

Catégorie	Fitness (h)		Force (h)		Total (h)	
	Semaine	22 semaines	Semaine	22 semaines	Semaine	22 semaines
U14/Boys-Girls	1,5-2,5	33,0-55,0	1,0-1,5	22,0-33,0	2,5-4,0	55,0-88,0
U17/Juniors	2,0-3,0	44,0-66,0	2,5-3,5	55,0-77,0	4,5-6,5	99,0-143,0
U21	3,0-4,0	66,0-88,0	3,5-4,5	77,0-99,0	6,5-8,5	143,0-187,0

Saison ski/wake avril - octobre

Entraînement min./max. en heures par semaine et total d'heures en saison de ski/wake (22 semaines)

Catégorie	Fitness (h)		Force (h)		Ski/Wake (h)		Total (h)	
	Semaine	22 semaines	Semaine	22 semaines	Semaine	22 semaines	Semaine	22 semaines
U14/Boys-Girls	0,75-1,0	16,5-22,0	0,75-1,0	16,5-22,0	2,0-3,0	44,0-66,0	3,5-5,0	77,0-110,0
U17/Juniors	1,0-2,0	22,0-44,0	1,5-2,5	33,0-55,0	2,50-3,50	55,0-77,0	5,0-8,0	110,0-176,0
U21	1,5-2,0	30,0-44,0	2,0-3,0	44,0-66,0	3,0-4,0	66,0-88,0	6,5-9,0	143,0-198,0

1. 2 Volume en heures d'entraînement par catégorie d'âge et niveau de promotion (2/2)

Total par catégorie d'âge et par année au minimum :

Entraînement min./max. en heures au total par an (44 semaines)

Catégorie	Fitness (h)	Force (h)	Ski/Wake (h)	Total (h)
U14/Boys-Girls	49,5-77,0	38,5-55,0	44,00-66,00	132,0-198,0
U17/Juniors	66,0-110,0	88,0-132,0	55,00-77,00	209,00-319,0
U21	96,0-132,0	121,0-165,0	66,00-88,00	286,00-385,0

1. 3 Proportion d'entraînement encadré

- Selon le Guide d'entraînement FSSW (voir chapitre 1.1), au minimum 50 % de l'entraînement pratique de la spécialité sportive doit être encadré :
 - Par un entraîneur de club label FSSW Gold (voir chapitre 4.2)
 - Par un entraîneur national (participation au minimum à 2 camps d'entraînement (10 jours) organisés par la FSSW)
- Les entraînements de fitness et de force doivent être encadrés par un entraîneur spécialisé :
 - U14 , Boys/Girls : 100%
 - U17, Juniors, U21 : 50%
- Entretiens de qualification avec son entraîneur 1x par mois en saison (avril à octobre) et tous les 3 mois hors-saison (octobre à avril)
- Participation aux journées National Teams Days organisées par la FSSW

Ski Nautique Championnat



Suisse



13 - 14
juillet 2013



Eurolac
à 5mn de Genève



Leading Sponsor

Boesch

swiss olympic



2. Système de compétition

2.1 Système de compétitions internationales

Compétition	U14 Boys/ Girls	U17 Juniors	U21	Open
Niveau relève				
Ski : Championnats d'Europe Youth	X	X		
Ski : Championnats du Monde Juniors	*	X		
Wake : Championnats d'Europe	X	X		
Niveau catégorie de transition				
Ski : Championnats d'Europe U21	*	*	X	
Ski : Championnats du Monde U21	*	*	X	
Wake : pas de catégorie de transition				
Niveau open				
Ski & Wake : Championnats d'Europe open	*	*	*	X
Ski & Wake : Championnats du Monde open	*	*	*	X

* Un athlète relève qui atteint les critères de sélection peut être nommé pour participer aux championnats d'Europe et/ou du Monde dans une/des catégories supérieures

2.2 Système de compétitions nationales et rôle des compétitions pour les catégories de la relève (1/2)

- **Kids Cups**
 - **Règlement**
 - Un règlement spécial de la FSSW est à disposition. Il ne se base pas sur le règlement technique international mais plutôt sur un parcours libre et ludique des enfants. Aucune licence FSSW ni de minimas de performances ne sont nécessaires pour la participation
 - **Pour qui ?**
 - 2 catégories : moins de 10 ans et 10-12 ans
 - Enfants débutants la compétition
 - **Pourquoi ?**
 - Le but est de développer l'esprit d'équipe et le sens de la compétition chez les enfants.
- **Compétitions de promotion**
 - **Règlement** : Selon le règlement technique international IWWF
 - **Pour qui ?**
 - Catégories : Ski U14 et U17, Wake Boys/Girls (14 ans et moins) et Juniors (19 ans et moins)
 - Licenciés de la FSSW qui sont au début de leurs carrières
 - **Pourquoi ?**
 - Offrir une plateforme de compétition pour les débutants de la compétition
 - pour s'adapter au stress de la compétition
 - sans la participation des athlètes expérimentés, pour augmenter la motivation et la chance des participants de monter sur le podium

2.2 Système de compétitions nationales et rôle des compétitions pour les catégories de la relève (2/2)

- **Compétitions nationales**

- **Règlement :** Selon le règlement technique international IWWF
- **Pour qui ?**
 - Catégories : Ski U14, U17, U21, Open et Seniors, Wake Boys/Girls (14 ans et moins), Juniors (19 ans et moins), Open, Masters (plus de 30 ans)
 - Licenciés de la FSSW qui veulent progresser dans leurs performances
- **Pourquoi ?**
 - Donner la possibilité aux athlètes d'améliorer leurs ranking et/ou d'essayer d'atteindre les minimas pour participer aux championnats suisses, à des compétitions internationales et d'entrer dans les cadres et/ou dans les équipes nationales

- **Championnats suisses**

- **Règlement :** Selon le règlement technique international IWWF
- **Pour qui ?**
 - Catégories : Ski U14, U17, U21, Open et Seniors, Wake Boys/Girls (14 ans et moins), Juniors (19 ans et moins), Open, Masters (plus de 30 ans)
 - Licenciés de la FSSW qui veulent participer au plus haut niveau de compétitions nationales
- **Pourquoi ?**
 - Obligation de participer pour les cadres relèves et open qui veulent être sélectionnés pour les championnats à titres
 - Fierté de participer au plus haut championnat national
 - Devenir champion suisse ou médaillé



3. Structure des cadres

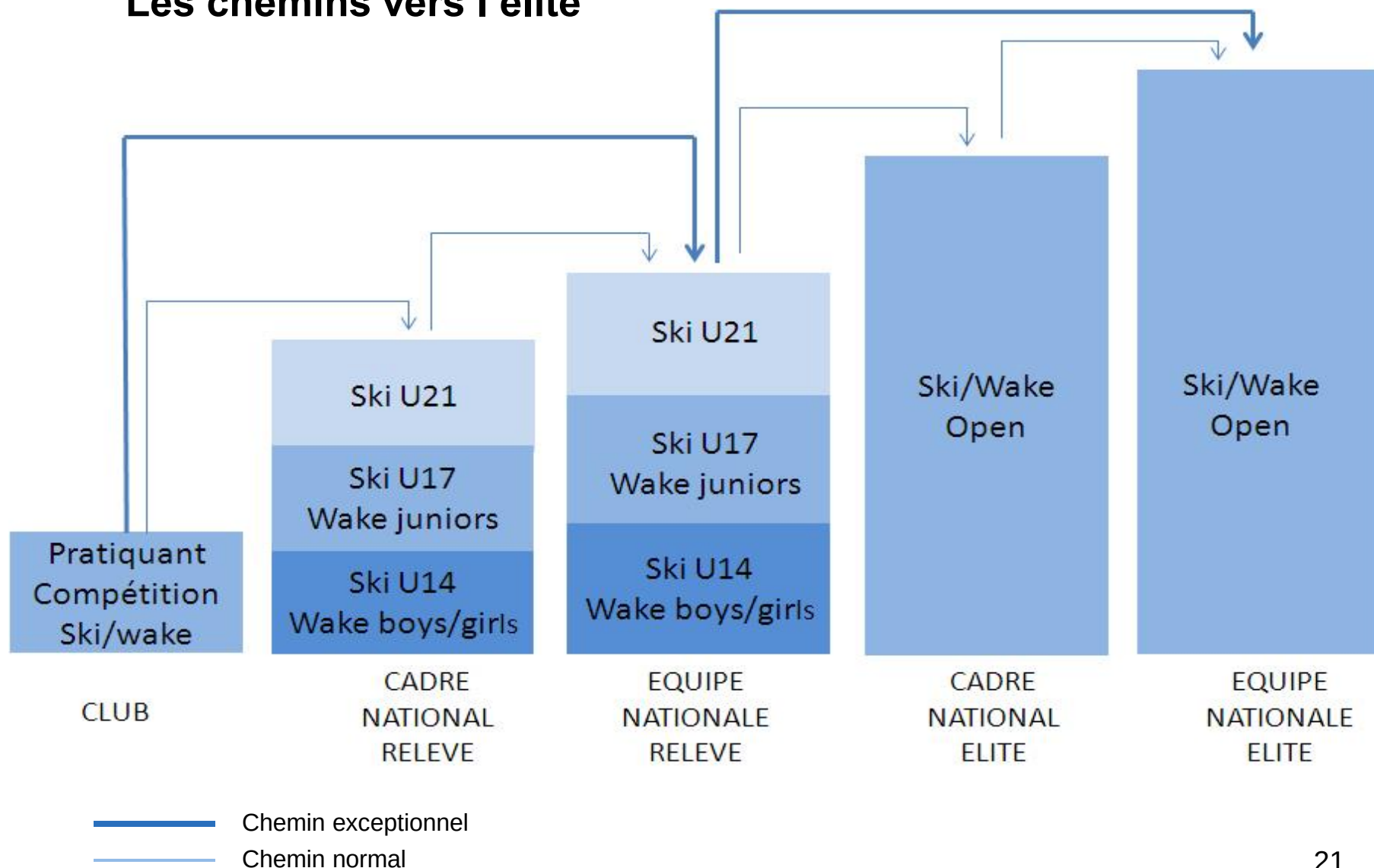
3.1 Catégories d'âge des différents cadres

Catégorie (hommes et femmes)	Année de naissance (base 2013)
Cadres relèves	
Ski : U14 (moins de 14 ans)	2000 – 1999
Ski : U17 (moins de 17 ans)	1998 – 1996
Wake : Boys / Girls : 14 ans et moins	2002 – 1998
Wake : Juniors : 19 ans et moins	1997 – 1994
Cadre de transition	
Ski : U21 (moins de 21 ans)	1995 - 1992
Cadres open	
Ski : Open	1991 -
Wake : Open	1993 -

Les cadres relèves et de transitions peuvent concourir dans une catégorie supérieure s'ils remplissent les conditions de sélection (voir également chapitre système de compétition paragraphe 2.1)

3.1 Catégories d'âges des différents cadres (2/2)

Les chemins vers l'élite



3.2 Nombre de cadres relève au niveau national (1/2)

- La grandeur actuelle de notre fédération ne permet pas d'avoir des cadres régionaux et locaux pour le moment
- A l'heure actuelle, nous avons seulement des cadres nationaux
- La FSSW s'appuie principalement sur les catégories prévues par l'IWWF (International Waterski & Wakeboard Federation) et l'IWWF Europe & Africa
- Le nombre des cadres nationaux de la relève actuelle et à atteindre sont:

Discipline Catégorie	Actuel Masculin	Objectif Masculin	Actuel Féminin	Objectif Féminin
Ski nautique				
U14	3	5	1	4
U17	2	5	3	4
Wakeboard				
Boys/Girls	5	5	2	4
Juniors	5	5	3	4
Total	15	20	9	16

3.2 Nombre de cadres au niveau national (2/2)

Kaderstruktur und Anzahl pro Alterskategorie (n=xx) Structure cadres et nombre par catégorie d'âge (n=xx)																		Förderstufe Niveau de promotion		Swiss Olympic (talents) Card			
Wasserki / Ski nautique												U21 ♂ n=5 ♀ n=4		Open ♂ n=10 ♀ n=05		SKI Elite / Elite		E					
												U14 ♂ n=5 ♀ n=4		U17 ♂ n=5 ♀ n=4				SKI Talents National / nationale		N			
Wakeboard / Wakeboard												Open ♂ n=10 ♀ n=05						WAKE Elite / Elite		E			
												Girls / Boys ♂ n=05 ♀ n=04		Juniors ♂ n=05 ♀ n=04				WAKE Talents National / nationale		N			
5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24+	Alter / Age		T: 31 Janvier	
Nachwuchs / Relève														Elite / Elite									

Legende / *Légende*

E = Swiss Olympic Card Elite / *Elite*

n = Max. Anzahl Athleten / *nombre max. d'athlètes*

T = Eingabetermin der Selektionsranglisten nach PISTE für eine Swiss Olympic Talents Card National/Regional

T = Délai pour l'entrée des listes de sélection selon PISTE pour une Swiss Olympic Talents Card nationale/régionale

3.3 Nombre de talents encouragés à chaque niveau

- Le nombre de « National Talent Cards » Swiss Olympic est actuellement fixé à 15 au total pour le ski nautique et le wakeboard, en accord avec Swiss Olympic
- La sélection dans le cadre ne signifie pas automatiquement la sélection dans les Swiss Olympic National Talents. Seuls les athlètes avec le plus haut potentiel reçoivent la Swiss Olympic National Talent card.
- L'objectif est d'augmenter le nombre de National Talents à 20 jusqu'à 2016 en accord avec Swiss Olympic
- Le nombre de National Talents Swiss Olympic actuel et l'objectif à atteindre sont :

Discipline Catégorie	Actuel Masculin	Actuel Féminin	Objectif Masculin	Objectif Féminin
Ski nautique				
U14	2	0	2-3	1-3
U17	2	3	2-3	1-3
Wakeboard				
Boys/Girls	1	1	2-3	1-3
Juniors	4	2	2-4	2-4
Total	9	6	12	8
Grand total	Actuel 15		Objectif 20	



4.

Structures / Responsabilités

4. 1 Liste nominative de toutes les institutions qui assument une responsabilité

- La Fédération Suisse de Ski nautique et Wakeboard (FSSW) connaît 2 niveaux d'institutions qui assument l'encadrement du ski nautique et du wakeboard au sein de la FSSW :
 - La fédération FSSW
 - Les clubs (membres) de la FSSW
- Concept de certification des clubs :
 - Label FSSW : tous les membres (clubs) de la FSSW reçoivent le label FSSW de base, c'est-à-dire qu'ils sont autorisés à organiser l'encadrement du ski nautique et du wakeboard en général
 - Labels FSSW Silver et FSSW Gold (critères et processus : voir pages suivantes) : la mise en place de la labellisation est en cours; **la liste des clubs FSSW Gold et Silver n'est pas encore disponible**

4.2 Catalogue de critères pour l'attribution du label FSSW silver ou FSSW gold

Pour obtenir le label FSSW Silver, un club devra disposer :

- D'un responsable « relève » chargé de la gestion et du suivi des athlètes hiver/été (respect des domaines et volumes d'entraînement fixés par la FSSW, entretiens avec les athlètes et parents, organisation des entraînements, liaison avec les entraîneurs et la FSSW, etc.)
- D'un entraîneur du mois d'avril au mois d'octobre
- De pilotes expérimentés (permis bateau depuis plus d'un an, expérience de traction d'un skieur et/ou rider, formation interne au club au respect des règles de sécurité, notions de secourisme pour les premiers soins en cas d'accident)
- D'un bateau équipé d'une manière appropriée au ski nautique et/ou wakeboard selon les normes de sécurité fédérales et locales en vigueur
- D'un système de suivi des performances des athlètes (fiches de suivi)
- De l'organisation de camps d'entraînement pour la relève
- D'un système d'encouragement interne à la pratique de la compétition (championnats de club, organisation de compétitions inter clubs, compétitions de promotion, etc.)

Le label FSSW Gold sera accordé aux clubs qui, en plus des critères ci-dessus, auront des athlètes au cadre national en catégorie relève ou open parmi leurs membres.

4.3 Processus d'attribution du label FSSW silver ou FSSW gold

- Le Comité Directeur de la FSSW est l'instance qui pourra décerner un label Gold ou Silver pour l'encadrement des athlètes à des clubs ou institutions tierces
- Un club qui voudra se soumettre à la labellisation FSSW devra remplir le questionnaire de qualification correspondant, qui reprendra les critères décrits à la page précédente
- Si un club dispose d'un label Silver et compte parmi ses membres un ou plusieurs athlètes qui font parti d'un des cadres relève ou open de la FSSW, le label Gold sera accordé au club
- Le label sera accordé par le Comité Directeur pour une durée de 2 ans
- L'attribution et le renouvellement des labels seront normalement communiqués à l'Assemblée Générale de la FSSW.
- Le Comité Directeur pourra aussi décider et communiquer l'attribution d'un nouveau label ou la valorisation d'un label Silver au niveau Gold à n'importe quel moment pendant l'année. Dans ce cas, la validité devra être confirmée lors de la prochaine Assemblée Générale

4. 4 Coordination école et formation

- Le Directeur Technique de la FSSW est le contact pour supporter les cadres, Swiss Olympic National Talents, leurs parents et les clubs dans toutes les domaines de l'école et de la formation
- Pour une solution école et formation, la FSSW utilise le potentiel de Swiss Olympic Partner Schools pour faciliter l'équilibre entre la formation et l'entraînement de la spécialité sportive. Selon la situation géographique des clubs et des athlètes, les instituts de formation des cantons de BE (Thoune), BS (Bâle), GR (Coire), LU (Lucerne), TI (Tenero), VD (Payerne), VS (Collombey-Muraz), ZG (Zoug) et ZH (Zurich) sont les mieux placés pour héberger des athlètes de la FSSW
- Pour les talents du ski nautique et du wakeboard suisse, la solution Swiss Olympic Partner Schools s'avère intéressante à partir du degré secondaire II ou du degré tertiaire (universitaire) dans la suite de sa carrière.

Ecole et formation : voir aussi chapitre 1.1

4.5 Formation des entraîneurs (1/2)

- Le Directeur Technique est responsable de la coordination de la formation des entraîneurs
- La formation des entraîneurs FSSW est organisée avec les institutions suivantes basées sur les besoins de formation dans les langues nationales suisses :
 - **OFSPO Office Fédéral du Sport (Suisse)**
Formation de base et formation continue pour les entraîneurs dans le sport de performance et le sport d'élite en général (diplôme d'Etat) :
 - Formation d'entraîneur professionnel (FEP)
 - Cours d'entraîneurs élite/espoirs (CDE)
 - **FFSNW Fédération Française de Ski Nautique & Wakeboard**
Formation de base et formation continue pour les entraîneurs dans la spécialité sportive ski nautique/wakeboard (diplôme d'Etat) :
 - Brevet d'Etat d'Educateur Sportif option ski nautique/wakeboard (BEES)
 - Brevet Professionnel Jeunes Education Populaire et Sport activités nautique (BPJEPS)

→ Continuation page suivante

4.5 Formation des entraîneurs (2/2)

- **DWWSV Deutscher Wasserski & Wakeboard Verband**

Formation de base et formation continue pour les entraîneurs dans la spécialité sportive ski nautique/wakeboard (diplôme d'Etat/respectivement DOSB Deutscher Olympischer Sportbund) :

- Niveau C : entraîneur relève (« Trainer Nachwuchs-Leistungssport »)
- Niveau B : entraîneur sport d'élite catégories juniors (« Trainer Juniorenkader »)
- Niveau A : entraîneur sport (« Diplomtrainer Hochleistungssport »)

- **IWWF International Waterski & Wakeboard Federation**

Formation de base et formation continue pour les entraîneurs dans la spécialité sportive ski nautique/wakeboard :

- Yearly international coaching seminar

- **FISW Federazione Italiana Sci nautico e Wakeboard**

Une co-operation avec la Fédération Italienne de Ski nautique et Wakeboard est en discussion pour la formation d'entraîneurs dans les spécialités sportives ski nautique et wakeboard



5.

Concept de sélection

5.1 Déroulement et organisation du processus de sélection (1/2)

Déroulement

- Les décisions pour les sélections de cadres doivent être prises par le Conseil Technique de la spécialité sportive respective (ski nautique, wakeboard), normalement avant le 30 novembre, avec copie au président de la FSSW
- La décision pour la sélection des Swiss Olympic Talents potentiels doit être prise au plus tard le 31 janvier par le Directeur Technique, le Responsable Relève et l'Entraîneur National en coordination avec le Conseil Technique de la discipline sportive respective, avec copie au président de la FSSW
- Les décisions pour les sélections des équipes nationales pour participer aux championnats internationaux à titre (CE/CM) sont prises individuellement pour chaque championnat en coordination avec la date de l'évènement, par la Commission de Sélection de la discipline sportive spécifique. Les processus et les critères de ces sélections ne sont pas définis dans ce concept de promotion relève mais dans les règlements techniques FSSW de la spécialité sportive

5.1 Déroulement et organisation du processus de sélection (2/2)

Organisation

- Le Comité Directeur nomme le président et les membres des Conseils Techniques et des Commissions de Sélection pour chaque spécialité spécifique
- Le Conseil Technique de la spécialité sportive rédige les règlements de sélection pour les cadres, les Swiss Olympic Talents et les équipes nationales, conformément aux pratiques en vigueur à l'IWWF
- Les règlements techniques et de sélection rédigés par les Conseils Techniques sont ratifiés par le Comité Directeur
- Les règlements sont publiés avant le début de la saison sportive (31 mars)
- En principe, seulement les membres des cadres peuvent être sélectionnés pour la nomination Swiss Olympic Talent et pour la participation aux championnats à titre

5.2 Pondération des différents critères de sélection (par âge en points)

Critères/Âge	07	08	09	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21
Perf. en compétition	25	25	25	25	25	30	30	35	35	40	40	40	45	45	45
Tests de perf. spécialité sportive	15	15	15	15	15	10	10	8	8	6	6	6	5	5	5
Tests de perf. général	11	11	11	9	9	7	7	4	4	2	2	2	1	1	1
Dével. des performance	10	10	10	10	10	10	10	8	8	6	6	6	5	5	5
Condition psychique	8	8	8	9	9	10	10	10	10	12	13	13	13	13	13
Etat dével. bio - retardé	2	2	2	3	3	3	3	2	2	1	0	0	0	0	0
Etat dével. bio - âge relatif	3	3	3	3	3	3	3	2	2	2	1	1	0	0	0
Age d'entraînement	1	1	1	1	1	1	1	2	2	3	3	3	2	2	2
Volume d'entraînement	4	4	4	4	4	6	6	8	8	10	10	10	10	10	10
Parents	10	10	10	10	10	8	8	7	6	4	4	4	2	2	2
Ecole/formation	2	2	2	3	3	3	3	4	5	4	4	4	6	6	6
Prédisposition physique	6	6	6	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5
Résistance	3	3	3	3	3	4	4	5	5	5	6	6	6	6	6
Total	100	100	100	100	100	100	100	100	100	100	100	100	100	100	100

5.3 Critères de sélection et leurs évaluations

- Les sélections des cadres relève et des talents Swiss Olympic se font selon les critères suivants :

Performances en compétition

Tests en performance

Spécialité sportive

Général

Développement des performances

Conditions psychologiques

Etat de développement biologique

Retardé

Age relatif

Biographie des sportifs

Age d'entraînement

Volume d'entraînement

Parents

Ecole/formation

Prédispositions physiques

Résistance

- L'évaluation des critères se fait sur la base des critères ci-dessus et de la pondération par critère et âge selon la page précédente, avec le programme PISTE de Swiss Olympic

5.4 Communication des résultats et des décisions de sélection

- Le président du Conseil Technique de la spécialité sportive communique les résultats de la sélection des cadres par écrit (email) à tous les membres du Conseil Technique ainsi qu'au président de la FSSW
- Le Responsable Relève communique les résultats de la sélection des talents Swiss Olympic par écrit (email) à tous les membres de la Commission de Sélection Talents ainsi qu'au président de la FSSW
- Le président de la FSSW communique les résultats de la sélection des cadres de toutes les spécialités sportives ensemble aux sélectionnés par écrit (email) avec copie aux Conseils Techniques et au Comité Directeur
- Le président de la FSSW communique les résultats de la sélection des talents Swiss Olympic de toutes les spécialités sportives ensemble aux sélectionnés par écrit (email) avec copie aux Conseils Techniques et au Comité Directeur
- Les sélections sont publiées sur le site web, dans l'annuaire et dans la Newsletter de la FSSW
- Des entretiens personnels ont lieu avec les skieurs/riders qui sortent des cadres

Objectif 2016 : la relève... de la relève !

