

PRINCIPE D'IDENTIFICATION DES TALENTS

PISTE 2026

EN PATINAGE ARTISTIQUE ET EN DANSE SUR GLACE

1. CRITÈRES GÉNÉRAUX

1.1. RAPPEL

Toutes les informations sur le parcours de l'athlète orienté-e vers/dans le **Sport de performance** en Patinage artistique et en Danse sur glace sont [en ligne](#) sur le site de **Swiss Ice Skating**.

PISTE permet aux fédérations sportives de mettre en place un programme optimal pour l'identification des talents. Par cet outil et l'attribution des **Swiss Olympic Talent Cards (SOTC)**, les fédérations sont en mesure de composer leurs cadres de la relève avec un standard uniforme, lisible et transparent pour tous les sports, tout en tenant compte en priorité des paramètres spécifiques et adaptés à chaque discipline ([vidéo de présentation](#)).

L'idée maitresse n'est pas de « récompenser seulement les meilleur-e-s », mais plutôt d'identifier « les plus aptes » ayant des chances de succès dans le Sport de performance.

En adéquation avec le **FTEM** préconisé par **Swiss Olympic**, le principe d'identification des talents avec **PISTE 2026** est à concevoir comme l'un des outils de détection mis à la disposition de la fédération pour sélectionner les membres des cadres de la relève (régional/national). Réunies à nouveau au sein d'un même programme **PISTE**, les disciplines olympiques du Patinage artistique et de la Danse sur glace s'unissent dans un projet unique visant à optimiser, le cas échéant, le **transfert de talents** entre ces deux disciplines.

À ce stade, il est important de rappeler que **PISTE 2026** :

- est ouvert aux athlètes **clairement** engagé-e-s vers/dans le **Sport de performance**,
- est **nécessaire** pour tout-e athlète souhaitant être listé-e dans un cadre de la relève (national ou régional) pour la saison 2026-27 en fonction des **critères de sélections des cadres de Swiss Ice Skating** en vigueur,
- est **obligatoire** pour tout-e athlète désirant recevoir une **SOTC** valable du 1^{er} mai 2026 au 30 avril 2027,
- constitue un support **indispensable** pour le suivi des athlètes orienté-e-s vers/dans le cadre national par l'équipe du Sport de performance de **Swiss Ice Skating** comme pour l'ensemble de la promotion de la relève organisée avec les partenaires institutionnels et sportifs, notamment au niveau régional.

1.2. CRITÈRES MINIMAUX

PISTE 2026 est proposé pour l'identification des talents en Patinage artistique et en Danse sur glace sur les échelons allant de T1 à T4 sur la base du **FTEM** de **Swiss Ice Skating**.

Pour participer à **PISTE 2026**, un-e candidat-e doit donc **impérativement** :

- détenir une licence de compétition **Swiss Ice Skating** en cours de validité ;
- avoir au moins l'âge de **10 ans** au 1^{er} juillet 2026 et ne pas avoir atteint l'âge de **19 ans** (21 ans en Danse sur glace) avant le 1^{er} juillet 2026 ;
- être en mesure de présenter [obligatoirement](#) au début de leur **session de tests physiques**, une attestation médicale d'aptitude délivrée par un médecin du sport, certifiant un examen médico-sportif (**EMS**) datant de moins de **18 mois** (à la charge financière de l'athlète). Pour plus d'informations, voir [Suivi médical](#) sur le site de **Swiss Ice Skating**.
- **Patinage Artistique** : être membre du cadre national ou régional de **Swiss Ice Skating** pour la saison 2025-26 (avec une SOTC N ou une SOTC R pour celles et ceux ayant participé aux activités organisées par

leur association régionale de rattachement) **ET/OU** être sélectionné-e aux **Championnats suisses 2026** dans l'une des catégories de relève de **Swiss Ice Skating** (Junior, Adv. Novice, Juvenile, Young Novice ou aux Championnats suisses Senior 2026 le cas échéant) ;

- **Danse sur Glace** : être en possession pour la saison 2025-26 du Test niveau 2 pour les athlètes évoluant en catégorie Junior, du Test niveau 1 pour celles et ceux évoluant en catégorie Advanced/Intermediate Novice, ou du Test Pré-niveau pour la catégorie Basic Novice.

1.3. INSCRIPTIONS

L'inscription de chaque candidat-e pour **PISTE 2026** est à effectuer par son **club** via la plateforme en ligne du système des membres ([VVA](#)) de Swiss Ice Skating.

La période d'ouverture des inscriptions s'étend **du 2 janvier au 5 février 2026**. Le choix de la session de tests physiques se fait au moment de l'inscription, en fonction des places disponibles. Pour la danse sur glace, une seule session est ouverte.

Des **frais d'inscription** de **CHF 125.–** par participant-e sont payables au moment de l'inscription sur le compte suivant :

IBAN: CH63 0079 0016 5964 5505 3
Berner Kantonalbank BEKB, 3001 Bern
Swiss Ice Skating, Talgut-Zentrum 27, 3063 Ittigen b. Bern
Mention de communication : NOM, Prénom – PISTE 2026

En cas de désistement de l'athlète, la finance d'inscription reste due. Il est donc recommandé d'attendre d'être assuré du bien-fondé de la participation d'un-e athlète avant de l'inscrire via le [VVA](#).

Un-e athlète renonçant à participer à **PISTE 2026**, quelle qu'en soit la raison, renonce de facto à la possibilité de recevoir une SOTC ainsi qu'à l'intégration dans un cadre de la relève pour la saison 2026–27.

Attention : toute inscription non assortie de son paiement, sans rappel et dans les délais, entraînerait automatiquement l'élimination d'un-e participant-e.

Depuis la digitalisation des SOTC et leur envoi par courriel, il est important que les données personnelles enregistrées pour chaque athlète dans le système des membres ([VVA](#)) de **Swiss Ice Skating** soient intégralement mises à jour par les clubs, notamment l'adresse de courriel de famille et le nom de l'entraîneur-e principal-e, qui devront être rappelés lors de l'inscription.

1.4. COMMUNICATION DES RÉSULTATS

Les classements produits par **PISTE 2026**, ainsi que la liste des titulaires d'une SOTC comme les sélections dans les différents cadres de la relève 2026-27, seront publiés sur le site de **Swiss Ice Skating** sur les pages du [Sport de performance](#).

En revanche, dans le respect de la loi fédérale relative à la protection des données en vigueur, l'ensemble des données individuelles produites par **PISTE 2026** restera confidentiel et ne sera communiqué, sur demande, qu'aux athlètes via l'adresse courriel de la famille enregistrée dans le système des membres ([VVA](#)) de **Swiss Ice Skating**.

1.5. MODIFICATION DES CRITÈRES ET CAS EXCEPTIONNELS

Des modifications peuvent être apportées à **PISTE 2026**. Tous les cas exceptionnels (non couverts par le présent document) seront traités par **Swiss Ice Skating**, de même que l'éventuelle attribution d'une SOTC. *Exemple : athlète de la relève en couple de Patinage artistique (Pairs).*

1.6. INFORMATIONS / CONTACT

Pour toute information relative au programme **PISTE 2026** mis en place par l'équipe du sport de performance de Swiss Ice Skating, la correspondance (de préférence par courriel) est à adresser à :

Sabrina Martin (sabrina.martin@swissiceskating.ch)

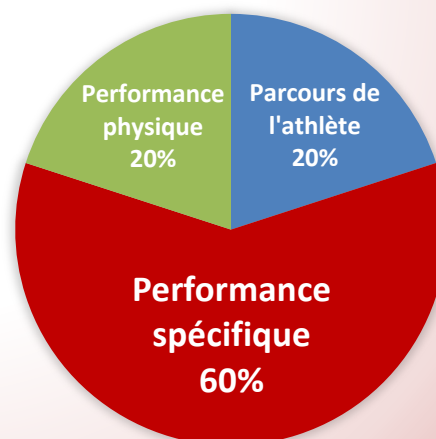
2. CRITÈRES SPORTIFS D'ÉVALUATION

Le programme **PISTE 2026** est basé sur les critères sportifs suivants :

- **Parcours de l'athlète (20%)**
- **Niveau de performance spécifique (60%)**
- **Niveau de performance physique (20%)**

Ces critères déterminent un nombre de points (sur 100) permettant les classements **PISTE 2026**.

En fonction du classement **PISTE 2026** et du quota de **SOTC** attribuées par **Swiss Olympic** pour la saison 2026-27, la répartition de **SOTC** Nationale et Régionale (ou Locale) pour le Patinage artistique sera précisée en adéquation avec les **critères de sélections des cadres de Swiss Ice Skating** en vigueur à la publication des résultats.



2.1. PARCOURS DE L'ATHLÈTE (20%)

Le critère **Parcours de l'athlète**, en corrélation avec le concept **FTEM**, permet, pour un maximum de **20 points**, d'évaluer le potentiel de chaque candidat-e en fonction de ses acquis sportifs, de son âge, de ses meilleures performances personnelles (**Personal Best**), de son rang aux **Championnats suisses 2026**, ainsi que de ses perspectives dans la phase « TALENT » par l'évaluation d'une **Biographie** rédigée par l'entraîneur-e principal-e.

2.1.1. Classement aux Championnats suisses 2026

Le rang d'un.e candidat.e en Patinage artistique ou d'un couple de Danse aux **Championnats suisses 2026** permet de se voir attribuer jusqu' à un maximum de **7 points** selon la grille suivante :

	CS 2026
1 ^{ère} place	7,0
2 ^{ème} place	5,0
3 ^{ème} place	3,0
4 ^{ème} place	2,0
de la 5 ^{ème} à la 9 ^{ème} place	1,5
de la 10 ^{ème} à la 14 ^{ème} place	1,0
de la 15 ^{ème} à la 19 ^{ème} place	0,5
à partir de la 20 ^{ème} place	0,0

Le classement des **Championnats suisses 2026** en catégorie Senior est pris en considération au même titre que toutes les autres catégories pour ce critère.

Un.e athlète ou un couple qualifié-e et inscrit-e sur la liste de départ des **Championnats suisses 2026** qui aurait déclaré forfait (WD) en raison d'une blessure, une maladie ou pour toute raison impérieuse, peut demander l'attribution des points correspondant au classement obtenu lors des **Championnats suisses 2025** (sous réserve d'acceptation de la responsable de **PISTE 2026**).

Attention : tout.e athlète ou couple classé-e au-delà de la 19^{ème} place aux **Championnats suisses 2026** ne marque pas de point.

2.1.2. Personal Best – Score total en compétition – Saison 2025-26

Le « Personal Best » (score total) en compétition est indiqué sur le document de **Swiss Ice Skating** actualisé [ici](#) en date du 23 février 2026 sur le plan national (respectivement le 8 mars au niveau international) et en fonction de la catégorie de relève correspondant aux inscriptions des **Championnats suisses 2026**. Ce score sera pris en compte pour un maximum de **7 points** en fonction des scores obtenus lors des SwissCups, des compétitions internationales du calendrier ISU et des **Championnats suisses 2026** dans une catégorie de la relève selon le barème suivant :

Femmes Junior U18	Femmes Junior U16	Filles Novice U16	Filles Novice U14	Filles Novice U12	Points
≥ 155,00 points	≥ 140,00 points	≥ 120,00 points	≥ 110,00 points	≥ 100,00 points	7,0
≥ 145,00 points	≥ 130,00 points	≥ 110,00 points	≥ 100,00 points	≥ 90,00 points	5,0
≥ 135,00 points	≥ 120,00 points	≥ 100,00 points	≥ 90,00 points	≥ 80,00 points	3,0
≥ 125,00 points	≥ 110,00 points	≥ 90,00 points	≥ 80,00 points	≥ 70,00 points	2,0
≥ 115,00 points	≥ 100,00 points	≥ 80,00 points	≥ 70,00 points	< 70,00 points	1,0

Hommes Junior U18	Hommes Junior U16	Garçons Novice U16	Garçons Novice U14	Garçons Novice U12	Points
≥ 200,00 points	≥ 180,00 points	≥ 130,00 points	≥ 120,00 points	≥ 110,00 points	7,0
≥ 180,00 points	≥ 165,00 points	≥ 120,00 points	≥ 110,00 points	≥ 100,00 points	5,0
≥ 160,00 points	≥ 140,00 points	≥ 110,00 points	≥ 100,00 points	≥ 90,00 points	3,0
≥ 140,00 points	≥ 125,00 points	≥ 100,00 points	≥ 90,00 points	≥ 70,00 points	2,0
≥ 120,00 points	≥ 110,00 points	≥ 90,00 points	≥ 80,00 points	< 70,00 points	1,0

Danse Junior	Danse Adv. Novice	Danse Int. Novice	Danse Basic Novice	Points
≥ 145,00 points	≥ 120,00 points	≥ 70,00 points	≥ 45,00 points	7,0
≥ 135,00 points	≥ 110,00 points	≥ 65,00 points	≥ 40,00 points	5,0
≥ 125,00 points	≥ 100,00 points	≥ 60,00 points	≥ 35,00 points	3,0
≥ 115,00 points	≥ 90,00 points	≥ 55,00 points	≥ 30,00 points	2,0
≥ 105,00 points	< 90,00 points	< 55,00 points	< 30,00 points	1,0

Attention : les scores obtenus en catégorie Senior ne sont pas pris en considération pour ce critère.

2.1.3. Biographie

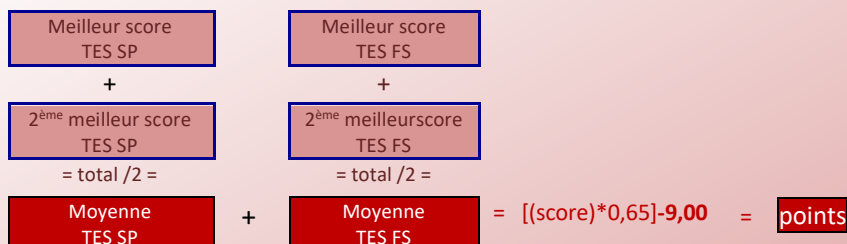
La prise en compte des informations liées à la **Biographie** des talents doit permettre à l'entraîneur-e de mieux définir le potentiel de manière équitable : de jeunes athlètes du même âge chronologique peuvent, par exemple, présenter un développement biologique différent, en particulier pendant la puberté. De même, certain-e-s, avec moins d'années d'entraînement, peuvent progresser plus rapidement que d'autres pratiquant-e-s stagnants ou en régression depuis plusieurs saisons.

La méthode de référence, fondée sur l'évaluation de l'entraîneur-e par le biais d'un questionnaire, doit être renseignée en tenant compte des paramètres suivants :

- volume d'entraînement lié à la phase « TALENT » du FTEM,
- état de développement biologique,
- âge d'entraînement,
- capacité de résistance,
- capacité à atteindre des objectifs,
- engagement et motivation pour la performance,
- environnement (sportif, scolaire et entourage),
- suivi médical et préventif,
- situation actuelle dans le sport de performance.

• **Pour un score déterminé sur le format ISU Junior :**

Le total des scores techniques (TES) – de la moyenne des deux meilleurs programmes courts (SP) ajoutée à la moyenne des deux meilleurs programmes libres (FS) de la saison – est pris en considération avec le facteur suivant :



Afin de relativiser le total des **points** obtenus en fonction de la **tranche d'âge** (durant la saison en cours) du/de la candidat-e, un **coefficient correctif** est attribué pour obtenir un **score sur 60** selon la grille suivante :

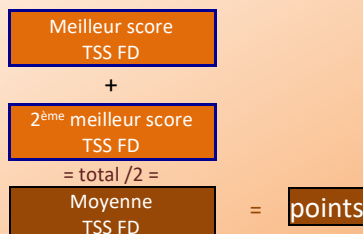
âge de la saison 2025-26	
U14 ans	x 1,050
U16 ans	x 1,000
U18 ans	x 0,950

Danse sur glace :

En raison du faible nombre de compétitions nationales enregistrées au calendrier de **Swiss Ice Skating** durant la saison 2025-26, les compétitions de type « interclub », comme toute autre compétition autorisée par le département du Sport de performance, peuvent être considérées sur simple demande anticipée en plus des compétitions précitées.

Pour ce critère, seuls les TSS sur la **Danse libre** (Free Dance) sont pris en considération, la méthode de calcul utilisée pour le format **Danse sur glace** est la suivante :

Le total du score de segment (TSS) – de la moyenne des deux meilleurs danse libres (FD) de la saison – est pris en considération avec le facteur suivant en fonction de la catégorie :



Afin de relativiser le total des **points** obtenus en fonction de la **catégorie** (durant la saison en cours) du couple de Danse sur glace, un **coefficient correctif** est attribué pour obtenir le **score sur 60** selon la grille suivante :

catégorie saison 2025-26	
Junior	x 0,600
Adv. Novice	x 1,000
Int. Novice	x 1,700
Basic Novice	x 2,000

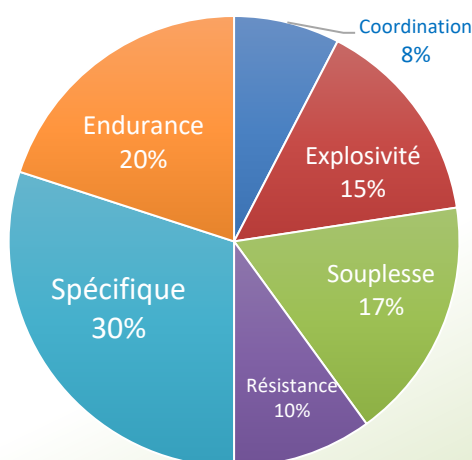
Remarques pour le Patinage artistique et la Danse sur glace :

Les TES (ou TSS pour la Danse sur glace) sont impérativement à compléter par l'entraîneur.e principal.e des athlètes **avant le 23 février 2026**, en fonction du format (**ISU Advanced Novice** ou **ISU Junior** ou **Danse sur glace**) et au moyen du questionnaire en ligne dont le lien sera communiqué par Sabrina Martin en temps utile. Les performances internationales seront reportées directement par l'équipe du Sport de performance au-delà de cette date et jusqu'au 8 mars 2026 le cas échéant. Les athlètes auront la possibilité de contrôler leurs scores lors des sessions de tests physiques. En outre, il est important de rappeler que :

- le format **ISU Advanced Novice** correspond aux programmes des catégories de **Swiss Ice Skating** Young Novice (M12), Juvenile (M14) et Advanced Novice (M16) ;
- il n'est pas possible de déterminer un score en mixant des performances réalisées en partie sur le format **ISU Advanced Novice** et d'autres réalisées sur le format **ISU Junior** ;
- un athlète ne pourrait pas marquer plus de 60 points pour ce critère même si son total des scores techniques pointait au-delà des 60 points selon la méthode utilisée ;
- il est indispensable d'avoir participé durant la saison au minimum à deux compétitions de référence choisies dans une même catégorie (format **ISU Advanced Novice** ou format **ISU Junior** ou en **Danse sur glace**) pour remplir ce critère ;
- les scores établis dans la catégorie ISU Senior ne sont pas recevables pour ce critère.

2.3. NIVEAU DE PERFORMANCE PHYSIQUE (20%)

Les exercices de référence choisis pour déterminer le niveau de performance physique et organisés sur plusieurs sessions de tests physiques pour l'attribution maximale de **20 points** sont répartis proportionnellement dans les domaines suivants :



Afin de relativiser le total des points obtenus lors des tests physiques en fonction de l'âge (durant la saison en cours) et du genre du/de la candidat-e, un coefficient correctif est attribué au score selon la grille suivante :

âge de la saison 2025-26	Filles	Garçons
U11 ans	x 1,200	x 1,200
U12 ans	x 1,160	x 1,140
U13 ans	x 1,120	x 1,080
U14 ans	x 1,080	x 1,020
U15 ans	x 1,040	x 0,960
U16 ans	x 1,000	x 0,900
U17 ans	x 0,960	x 0,840
+ de 17 ans	x 0,920	x 0,780

Le score déterminant le niveau de performance physique correspond à l'addition des points collectés sur les différents exercices de tests physiques factorisés par le coefficient correctif correspondant à l'âge et au genre.

6 sessions de tests physiques seront organisées en fonction du nombre de candidats potentiels avec une seule et même équipe de « PISTEURS » sur une demi-journée de regroupement :

Lieu / session	Date	Heures	Nombre de places
Lucerne – PA 1	07.03.2026	14:00 – 18:00	36
Lucerne – PA 2	08.03.2026	08:00 – 12:00	36
Lucerne – PA 3	08.03.2026	13:00 – 17:00	36
Lucerne – PA 4	14.03.2026	14:00 – 18:00	36
Lucerne – PA 5	15.03.2026	08:00 – 12:00	36
Lucerne – DG	15.03.2026	13:00 – 15:00	N/A

Les candidat-e-s reçoivent une convocation à la clôture des inscriptions.

Le protocole de l'organisation et les consignes de réalisation de l'ensemble des tests physiques se trouvent : [ici](#).

Les résultats des tests physiques sont donnés individuellement à chaque athlète à l'issue de chacune des sessions.

2.3.1. Coordination

- **Exercice de corde à sauter n°1** – maximum de sauts ‘simples’ en 15 secondes (vidéo de l'exercice à visionner : [ici](#))

Deux essais, seul le meilleur est comptabilisé. La pondération est calculée en fonction du nombre de sauts réalisé en 15 secondes :		Points	
< 35 sauts	0,00		Insuffisant
35 – 54 sauts	0,25		Passable
≥ 55 sauts	0,50		Satisfaisant

- **Exercice de corde à sauter n°2** – maximum de sauts ‘doubles’ en 10 secondes (vidéo de l'exercice à visionner : [ici](#))

Deux essais, seul le meilleur est comptabilisé. La pondération est calculée en fonction du nombre de sauts réalisé en 10 secondes :		Points	
< 10 sauts	0,00		Insuffisant
11 – 24 sauts	0,25		Passable
≥ 25 sauts	0,50		Satisfaisant

- **Exercice de corde à sauter n°3** – maximum de sauts ‘croisés-décroisés’ avec les bras et pieds croisés en 10 secondes (vidéo de l'exercice à visionner : [ici](#))

Deux essais, seul le meilleur est comptabilisé. La pondération est calculée en fonction du nombre de sauts réalisé en 10 secondes :		Points	
< 10 sauts	0,00		Insuffisant
11 – 19 sauts	0,25		Passable
≥ 20 sauts	0,50		Satisfaisant

Important : il est demandé à chaque candidat-e d'apporter sa propre corde à sauter et d'enchaîner les essais avec seulement quelques secondes de récupération.

2.3.2. Explosivité

- **Exercice de saut en hauteur sans élan** (vidéo de l'exercice à visionner : [ici](#))

Deux essais, seul le meilleur est comptabilisé. La pondération est calculée en fonction de la hauteur de saut réalisée (en cm) :		Points	
< 26.0 cm	0,00		Insuffisant
26.0 – 29.9 cm	0,25		Passable
30.0 – 33.9 cm	0,50		Suffisant
34.0 – 37.9 cm	0,75		
38.0 – 41.9 cm	1,00		
42.0 – 45.9 cm	1,25		Satisfaisant
46.0 – 49.9 cm	1,50		
≥ 50.0	1,75		Excellent

- **Exercice de saut en longueur sans élan** (vidéo de l'exercice à visionner : [ici](#))

Deux essais, seul le meilleur est comptabilisé. La pondération est calculée en fonction de la longueur de saut réalisée (en cm) :		Points	
< 160.0 cm	0,00		Insuffisant
160.0 – 174.9 cm	0,25		Passable
175.0 – 189.9 cm	0,50		Suffisant
190.0 – 204.9 cm	0,75		
205.0 – 219.9 cm	1,00		
220.0 – 234.9 cm	1,25		Satisfaisant
235.0 – 249.9 cm	1,50		
≥ 250.0	1,75		Excellent

2.3.3. Souplesse

- **Exercice de souplesse en position assise** (vidéo de l'exercice à visionner : [ici](#))

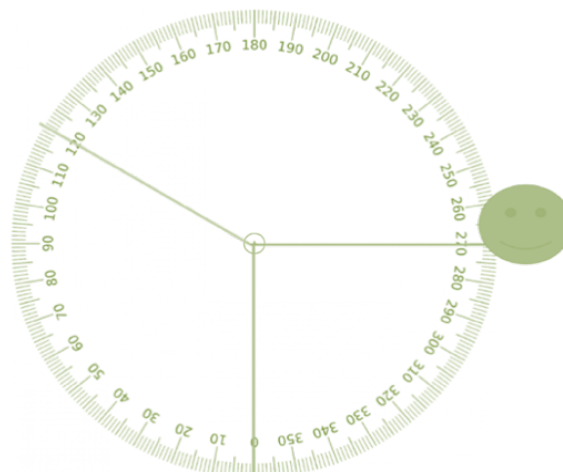
Un seul essai. La pondération est calculée en fonction de l'angle obtenu (en degré) par l'écart maximal des jambes en position assise et en fonction de la distance (en cm) entre le buste et le sol :		
écart de jambes en position assise	Points	
< 120°	0,00	Insuffisant
entre 120° et 150°	0,25	Passable
entre 150° et 180°	0,50	Suffisant
+		
distance entre buste et le sol	Points	
> 10 cm	0,00	Insuffisant
≤ 10 cm	0,25	Suffisant

- **Exercice des « trois écarts »** (vidéo de l'exercice à visionner : [ici](#))

Un seul essai. La pondération est calculée en fonction de la distance (en cm) avec le sol :		
grand-écart – jambe gauche devant	Points	
> 10 cm	0,00	Insuffisant
≤ 10 cm	0,25	Suffisant
+		
grand-écart – jambe droite devant	Points	
> 10 cm	0,00	Insuffisant
≤ 10 cm	0,25	Suffisant
+		
grand-écart facial	Points	
> 10 cm	0,00	Insuffisant
≤ 10 cm	0,25	Suffisant

- **Exercice de l'avion** (vidéo de l'exercice à visionner : [ici](#))

Deux essais en position avion, seul le meilleur est comptabilisé. Exercice à réaliser sur jambe gauche <u>et</u> sur jambe droite. La pondération est calculée en fonction de l'angle permettant le maintien en hauteur de la jambe libre (en degré) pendant au <u>moins 10 secondes</u> :		
jambe droite d'appui / jambe gauche en hauteur	Points	
< 90°	0,00	Insuffisant
Entre ≥ 90° et < 120°	0,50	Passable
≥ 120°	1,00	Suffisant
+		
jambe gauche d'appui / jambe droite en hauteur	Points	
< 90°	0,00	Insuffisant
Entre ≥ 90° et < 120°	0,50	Passable
≥ 120°	1,00	Suffisant



2.3.4. Résistance

- **Exercice de force musculaire du tronc** – avec mouvement dynamique et cadencé des jambes (vidéo de l'exercice à visionner : [ici](#))

Un seul essai. La pondération est calculée en fonction du temps maximal réalisé (en secondes) :		
	Points	
<150 sec	0,00	Insuffisant
150 - 179 sec	0,25	Passable
180 - 209 sec	0,50	Suffisant
210 – 239 sec	0,75	Satisfaisant
≥ 240 sec	1,00	

- **Exercice de force musculaire « latéral »** - avec mouvement dynamique et cadencé du bassin (vidéo de l'exercice à visionner : [ici](#))

Un seul essai, côté au choix (gauche ou droit). La pondération est calculée en fonction du temps maximal réalisé (en secondes) :		
	Points	
<30 sec	0,00	Insuffisant
30 – 49 sec	0,25	Passable
50 – 69 sec	0,50	Suffisant
70 – 89 sec	0,75	Satisfaisant
≥ 90 sec	1,00	

2.3.5. Spécifique

Patinage artistique :

- **Exercice de rotation maximale sans élan** (vidéo de l'exercice à visionner : [ici](#))

Deux essais, seul le meilleur est comptabilisé. La pondération est calculée en fonction de la rotation réalisée, dans son sens de rotation usuel, sur un saut sans élan départ sur 2 pieds et arrivée debout sur un ou deux pieds :		
	Points	
≤ 2	0,00	Insuffisant
> 2 mais ≤ 2½	1,00	Passable
> 2½ mais ≤ 3	2,00	Suffisant
> 3	3,00	Satisfaisant

- **Exercice de contrôle de rotation** (vidéo de l'exercice à visionner : [ici](#))

Deux essais, seul le meilleur est comptabilisé. La pondération est calculée en fonction de la réussite à contrôler sa rotation sur un saut sans élan (départ et arrivée sur 2 pieds et dans son sens de rotation usuel), avec un arrêt précis de la rotation après :			
		Points	
	¾ tour → non réussi	0,00	Insuffisant
¾ tour → réussi	1½ tour → non réussi	0,25	
1½ tour → réussi	2 tours → non réussi	0,50	Passable
2 tours → réussi	2½ tours → non réussi	1,00	Suffisant
2½ tours → réussi	3 tours → non réussi	2,00	Satisfaisant
3 tours → réussi		3,00	Excellent

- **Exercice de rotation du « double Axel »** avec élan (vidéo de l'exercice à visionner : [ici](#))

Deux essais, seul le meilleur est comptabilisé. La pondération pour tous les candidats est calculée en fonction du nombre de rotations réalisé sur la base d'un exercice de 2A ou 3A engagé avec élan, dans son sens de rotation usuel et arrivé debout en <u>stabilité sur un pied</u> (au moins 3 secondes) :		
	Points	
1A ou 2A<<	0,00	Insuffisant
2A< ou 2Aq	1,00	Passable
2A	2,00	Suffisant
3A< ou 3Aq	3,00	Satisfaisant
3A	4,00	Excellent

Danse sur glace :

- **Exercice du métronome en « position valse »** (vidéo de l'exercice à télécharger : [ici](#))

Balancés cadencés par la jambe libre de devant/derrière (garçon) et de derrière/devant (fille) pendant 45 secondes sur un rythme de 60 bpm à exécuter une fois appuyés sur jambe gauche (fille) / jambe droite (garçon) puis une fois appuyés sur jambe droite (fille) / jambe gauche (garçon). Le synchronisme doit être parfait, le rythme soutenu et les jambes libres tendues (un seul essai sur chaque jambe) :

Métronome « position valse » jambe gauche (fille) / jambe droite (garçon)	Points	
45 secondes non tenues	0,00	Insuffisant
45 secondes tenues	1,00	Satisfaisant

+

Métronome « position valse » jambe droite (fille) / jambe gauche (garçon)	Points	
45 secondes non tenues	0,00	Insuffisant
45 secondes tenues	1,00	Satisfaisant

- **Exercice de « squats » 90° cadencés pour le garçon avec la fille en position « just married » dans ses bras**

(vidéo de l'exercice à télécharger : [ici](#))

La fille vient dans les bras du garçon en position « just married » et le garçon commence une série de flexions/extensions cadencée au rythme du métronome (60bpm) : un battement en bas et le deuxième en haut (un seul essai) (les points sont pris en compte seulement pour le garçon) :

« Squats » 90° du garçon en gardant la cadence et la fille en position « just married »	Points	
< 40 secondes	0,00	Insuffisant
≥ 40 secondes mais < 60 secondes	1,00	Suffisant
≥ 60 secondes	2,00	Satisfaisant

- **Exercice du « singe » avec départ et fin en position « leaning out »** (vidéo de l'exercice à télécharger : [ici](#))

Le garçon est en position « aigle » (angle des cuisses : minimum 110 degrés) et la fille en position de départ « leaning out » (cage thoracique tournée vers le haut, jambes tendues avec le corps à l'horizontal). La fille doit faire le tour du tronc du garçon le plus vite possible et se remettre en position initiale, le garçon doit avoir les mains jointes au-dessus de la tête lors du tour de la fille. La fille doit maintenir la position « leaning-out » strictement horizontale au début et à la fin pendant au minimum 2 secondes. Deux essais, seul le meilleur est comptabilisé :

Le « singe »	Points	
Non exécuté ou Tour de la fille en > 10 secondes	0,00	Insuffisant
Tour de la fille réussi en ≤ 10 sec	1,00	Suffisant
Tour de la fille réussi en ≤ 8 sec	2,00	Satisfaisant

- **Exercice du « porté combiné »**

1ère Partie (départ de la fille du côté droit du garçon) : (vidéo de l'exercice à télécharger : [ici](#))

Roulade de la fille pour monter sur l'épaule gauche du garçon (montée « croisée »). Une fois la position stabilisée, le garçon fait une rotation de 360° vers la gauche. Une fois la position de nouveau stabilisée, le garçon fait une rotation de 360° vers la droite. Une fois la position stabilisée, le retour de la fille au sol est réalisé par une « roulade inversée ». Deux essais, seul le meilleur est comptabilisé :

Roulade de la fille depuis la <u>droite</u> du garçon sur l'épaule <u>gauche</u> du garçon	Points	
non exécutée ou non contrôlée	0,00	Insuffisant
exécutée et contrôlée	0,25	Satisfaisant

+

Rotation à gauche de 360°	Points	
non exécutée ou non stabilisée	0,00	Insuffisant
exécutée et stabilisée	0,25	Satisfaisant

+

Rotation à droite de 360°	Points	
non exécutée ou non stabilisée	0,00	Insuffisant
exécutée et stabilisée	0,25	Satisfaisant

+

Roulade « inversée » de la fille depuis l'épaule du garçon	Points	
non exécutée ou non contrôlée	0,00	Insuffisant
exécutée et contrôlée	0,25	Satisfaisant

+

La durée totale du porté combiné est de *	Points	
> 10 sec	0,00	Insuffisant
> 7 sec mais ≤ 10 sec	0,50	Suffisant
≤ 7 sec	1,00	Satisfaisant

*à condition que les points pour les 4 étapes soient obtenus

2ème Partie (départ de la fille du côté gauche du garçon) : (vidéo de l'exercice à télécharger : [ici](#))

Roulade de la fille pour monter sur l'épaule droite du garçon (montée « croisée »). Une fois la position stabilisée, le garçon fait une rotation de 360° vers la gauche. Une fois la position de nouveau stabilisée, le garçon fait une rotation de 360° vers la droite. Une fois la position stabilisée, le retour de la fille au sol est réalisé par une « roulade inversée ». Deux essais, seul le meilleur est comptabilisé :

Roulade de la fille depuis la <u>gauche</u> du garçon sur l'épaule <u>droite</u> du garçon		Points
non exécutée ou non contrôlée	0,00	Insuffisant
exécutée et contrôlée	0,25	Satisfaisant
+		
Rotation à gauche de 360°		Points
non exécutée ou non stabilisée	0,00	Insuffisant
exécutée et stabilisée	0,25	Satisfaisant
+		
Rotation à droite de 360°		Points
non exécutée ou non stabilisée	0,00	Insuffisant
exécutée et stabilisée	0,25	Satisfaisant
+		
Roulade « inversée » de la fille depuis l'épaule du garçon		Points
non exécutée ou non contrôlée	0,00	Insuffisant
exécutée et contrôlée	0,25	Satisfaisant
+		
La durée totale du porté combiné est de *		Points
> 10 sec	0,00	Insuffisant
> 7 sec mais ≤ 10 sec	0,50	Suffisant
≤ 7 sec	1,00	Satisfaisant

*à condition que les points pour les 4 étapes soient obtenus

2.3.6. Endurance

- **Exercice de la course « navette »**

- vidéo de l'exercice à télécharger : [ici](#)
- feuille de score : [ici](#)
- fichier audio : [ici](#)

Il est très important d'avoir été entraîné-e à cet exercice avant le jour du test !

Principe de l'exercice : courir entre 2 lignes espacées de 20 mètres, avec un tempo donné par un signal acoustique qui indique à quel moment les coureurs doivent avoir franchi la ligne. Durant le test, le tempo augmentera continuellement. Plus un coureur court longtemps, plus il recevra de points.

La pondération est calculée en fonction du palier atteint (un seul essai) :

	Points
< niveau 06	0,00
≥ niveau 06 < niveau 07	0,50
≥ niveau 07 < niveau 08	1,00
≥ niveau 08 < niveau 09	1,50
≥ niveau 09 < niveau 10	2,00
≥ niveau 10 < niveau 11	2,50
≥ niveau 11 < niveau 12	3,00
≥ niveau 12 < niveau 12/6	3,50
≥ niveau 12/6 < niveau 13	4,00
≥ niveau 13 < niveau 13/6	4,50
≥ niveau 13/6	5,00

En cas de doute ou de confusion concernant les termes employés dans le présent document, rédigé parallèlement en français et en allemand par le département du Sport de performance, seule la version française fait foi.

3. MENTIONS LÉGALES ET UTILISATION DES DONNÉES

Règles éthiques

Tous les participant-e-s à **PISTE 2026** doivent respecter les principes de la [Charte d'éthique du sport](#) de **Swiss Olympic**.

Responsabilité personnelle

- La participation se fait sous la **responsabilité de chaque athlète**.
- **Swiss Ice Skating** décline toute responsabilité en cas d'accident, maladie, vol ou dommages matériels.
- Chaque participant-e doit disposer de sa **propre assurance** couvrant ces risques.

Photos et vidéos

- Des photos et vidéos seront réalisées pendant les sessions de tests physiques.
- Elles pourront être utilisées par **Swiss Ice Skating** pour :
 - la communication sur l'événement,
 - la promotion de ses programmes,
 - la diffusion auprès des médias.
- Si vous **ne souhaitez pas apparaître** sur ces supports, merci de le signaler **par écrit avant le 1^{er} février 2026** à **Sabrina Martin** (sabrina.martin@swissiceskating.ch)

Données personnelles collectées

Pour organiser le programme **PISTE 2026**, les informations suivantes peuvent être demandées :

- Données de base : nom, adresse, date de naissance, nationalité, genre, langue
- Coordonnées : téléphone, e-mail, canton de domicile, club
- Informations de santé pertinentes (ex. allergies) ou certificats médicaux en cas de blessure
- Contenus multimédias : photos, vidéos, enregistrements audios
- Informations sportives : club/fédération, listes de départ, résultats, notes des juges
- Données du coach principal
- Noms et prénoms des parents de l'athlète
- Copie du passeport suisse ou permis de séjour B/C pour étrangers le cas échéant

Partage des données

Les informations produites par **PISTE 2026** sont confidentielles et ne seraient transmises à des tiers que si cela est nécessaire à l'organisation du programme **PISTE 2026** ou pour respecter une obligation légale.

Consentement

- En s'inscrivant au **PISTE 2026**, chaque participant-e (ou son représentant légal pour les mineurs) confirme avoir lu et accepté les présentes mentions.
- En cas de besoin ou d'un besoin d'un complément d'information, toute demande écrite doit être formulée à **Sabrina Martin** (sabrina.martin@swissiceskating.ch)

4. RAPPEL DES DATES IMPORTANTES

02.01.2026 - 05.02.2026

Inscription sur le VVA d'un·e candidat·e par son club :

- avec la mention du format ISU de compétitions (Junior ou Adv. Novice ou Danse sur glace)
- avec la mention du choix de la session de tests physiques
- avec le paiement de l'inscription sur le compte indiqué en page 2
- avec la vérification et la mise à jour des données personnelles de l'athlète dans le système des membres de Swiss Ice Skating (y compris le nom et l'adresse de courriel de l'entraîneur·e principal·e pour toute correspondance utile)

05.02.-15.02.2026

Délai pour remplir en ligne :

- le questionnaire **Biographie** de l'athlète par l'entraîneur·e

16.02.2026

Envoi par courriel de Swiss Ice Skating aux candidat.e.s :

- de la convocation pour la session de tests physiques

AVANT LE 23.02.2026

Renseignements par l'entraîneur·e à Sabrina Martin :

- des scores pour le niveau de la performance spécifique

Attention : les scores obtenus en compétitions internationales entre le 23 février et le 8 mars 2026 seront considérés et introduits dans le système directement par l'équipe du Sport de performance le cas échéant

07.-08.03.2026

+

14.-15.03.2026

Sessions des tests physiques à Lucerne

***** selon la convocation *****

Ne pas oublier de remettre à l'accueil à l'arrivée :

- l'attestation médicale (EMS)

15.04.2026

Résultats de PISTE 2026

Ittigen, le 15 septembre 2025

(mis à jour le 15 novembre 2025)