

Nom / Prénom de l'athlète :

Date de naissance :

## Questionnaire

### ENTRAÎNEMENT

1) Par rapport aux préconisations du FTEM Patinage artistique dans la phase « Talent », j'estime aujourd'hui que le volume d'entraînement de l'athlète,

- n'est pas comparable, car bien en-deçà  
 n'est pas comparable, car bien au-delà  
 est tout à fait comparable

2) J'estime que les conditions générales d'entraînement de l'athlète sont aujourd'hui,

- peu favorable au développement futur des performances  
 moyennement favorable au développement futur des performances  
 très favorable au développement futur des performances

3) Je rédige pour l'athlète et chacune des périodes de la saison, une planification d'entraînement détaillée et individualisée,

- non  
 oui

4) J'estime que les charges d'entraînement, sur glace et off-ice (incl. prévention, psychologie du sport et médical) sont réparties d'une manière optimale pour l'athlète, tout en tenant compte de ses temps de trajet,

- non  
 oui

5) J'estime pour l'athlète en période de compétitions (de septembre à mars), un nombre de participations en compétitions et/ou en tests,

- trop élevé (plus de 10 compétitions-tests/saison principale)  
 dans la moyenne (entre 5 et 10 compétitions-tests/saison principale)  
 trop faible (moins de 5 compétitions-tests/saison principale)

### CAPACITÉ DE RÉSISTANCE

6) J'estime pour l'athlète en période de compétitions (de septembre à mars), un nombre d'absences en raison de blessure(s) et/ou de maladie(s) (hors COVID-19 et quarantaines obligatoires),

- plutôt élevé (plus de 10 jours/saison principale)  
 plutôt moyen (entre 5 et 10 jours/saison principale)  
 plutôt faible (entre 0 et 5 jours/saison principale)

7) Sur l'ensemble de la saison sportive, j'estime que le nombre de jours de vacances, de repos et/ou de régénération que s'accorde l'athlète est optimal,

- non  
 oui

### ENTOURAGE

8) J'estime que l'entourage comme l'environnement de l'athlète sont aujourd'hui d'une manière générale,

- peu favorable au développement futur des performances  
 moyennement favorable au développement futur des performances  
 très favorable au développement futur des performances

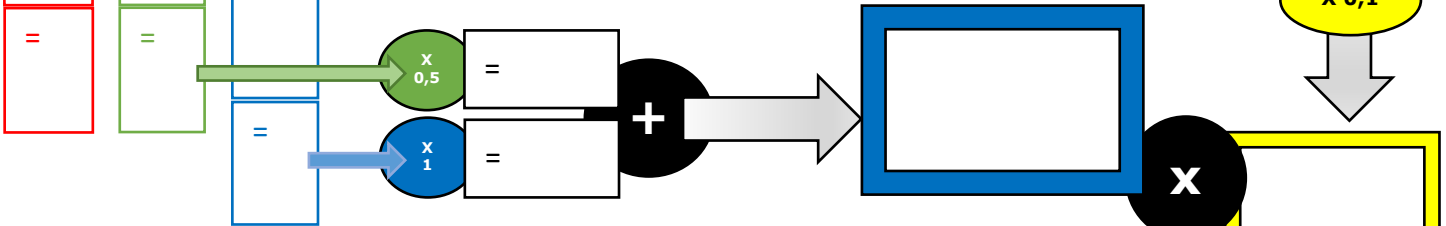
### SCOLARITÉ

9) J'estime que la situation scolaire dans laquelle évolue l'athlète aujourd'hui est d'une manière générale,

- peu compatible avec son entraînement sportif  
 moyennement compatible avec son entraînement sportif  
 très compatible avec son entraînement sportif

10) En ce sens, l'athlète suit actuellement sa scolarité,

- uniquement à distance  
 dans un établissement sans allègement particulier pour le sport  
 dans un établissement avec des allègements pour le sport



### Coefficient de correction

(cf. Manuel PISTE RELÈVE 2022 pour les consignes de calcul)

#### A. État de développement biologique

développement précoce	0
développement normal	1,5
développement tardif	3

→

#### B. Âge d'entraînement

nombre d'années relativement élevé ( $\Delta \geq 4$ ans)	1
nombre d'années dans la moyenne ( $\Delta = 3$ )	2
nombre d'années relativement faible ( $\Delta \leq 2$ ans)	3

→

#### C. Situation actuelle vers le sport de performance

(cadres de Swiss Ice Skating en 2021-22)

Cadres Nationaux, incl. Équipe Nationale (Team Novice avec SOTC N ou R)	3
Cadres Régionaux A (avec SOTC R)	2
Cadres Régionaux B (avec SOTC L)	1
Participation à aucune activité des cadres régionaux/nationaux de la relève de Swiss Ice Skating énoncés ci-dessus	0

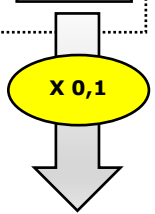
→

#### D. Mois de naissance

athlète né entre le 1 <sup>er</sup> juillet et le 31 décembre	0
athlète né entre le 1 <sup>er</sup> janvier et le 30 juin	1

→

TOTAL (A+B+C+D) →



Nom de l'entraîneur :

Date :

Signature :

**=**