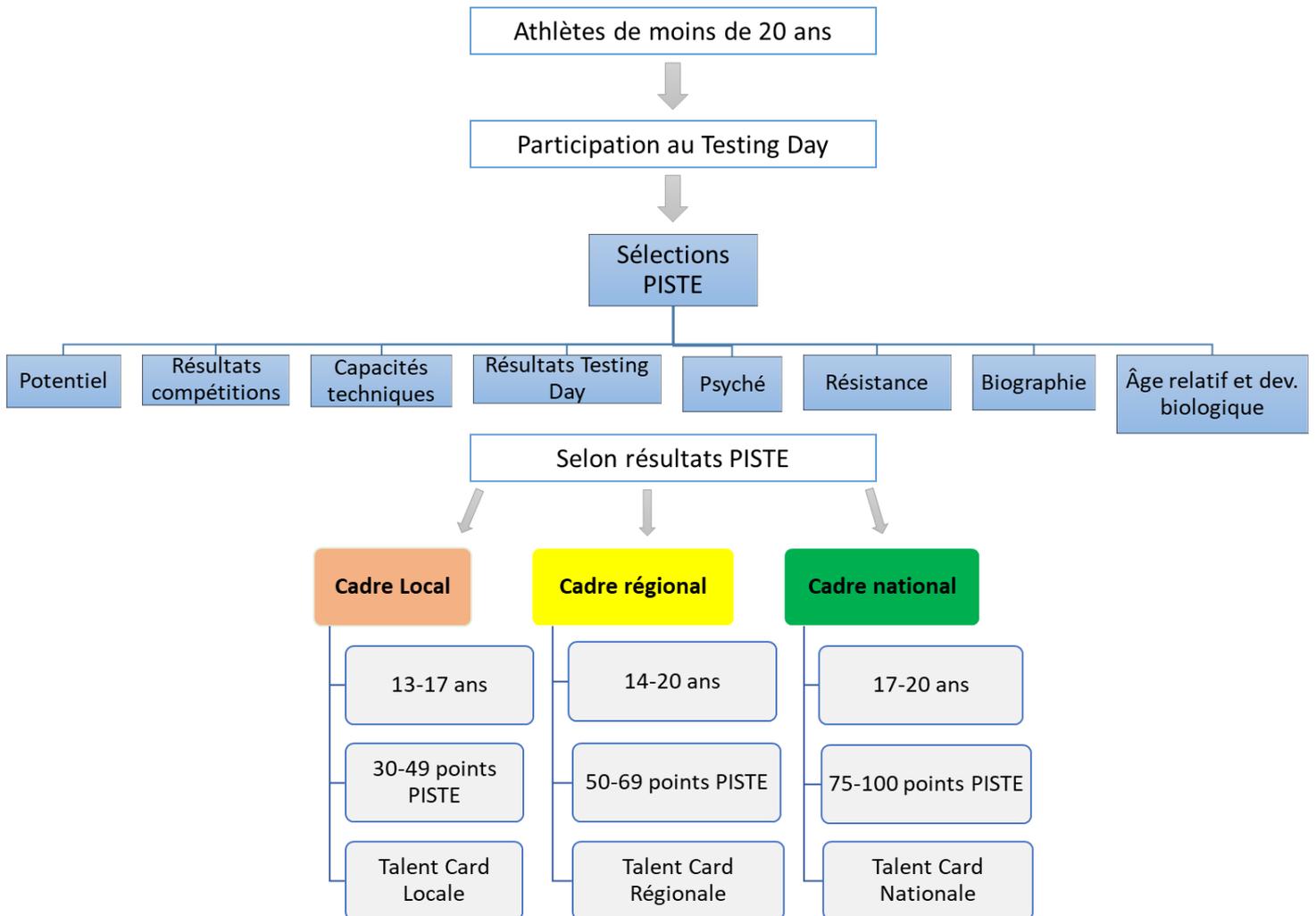




Concept de sélection des cadres Swiss Ski Mountaineering CAS

Le chemin pour rentrer dans un cadre Swiss Ski Mountaineering CAS



Années de naissance pour faire partie d'un cadre Swiss Ski Mountaineering CAS 2024-2025

- Cadre local : années de naissance 2007 bis 2011
- Cadre régional : années de naissance 2005 bis 2010
- Cadre national : années de naissance 2005 bis 2007

Total des points (évaluation PISTE) à atteindre pour rejoindre un cadre

- Cadre locale : 30 à 49 points
- Cadre régional : 50 à 69 points
- Cadre national : 75 points et plus.



- ➔ Pour les athlètes ayant obtenu entre 70 et 74.9 points : la décision est prise en fonction du potentiel de l'athlète, sa courbe de progression lors des dernières années et ses résultats en compétition durant la dernière saison.

Durée de sélection

- **Cadre local et régional** : les athlètes sont sélectionnés pour une année. Ils doivent participer chaque année au Testing Day et atteindre les points nécessaires pour pouvoir se requalifier pour un cadre.
- **Cadre national** : les athlètes sont sélectionnés pour deux années (sauf si transition relève vers le cadre U23). Ils doivent cependant participer au Testing Day chaque année.

La commission de sélection peut décider de raccourcir ces durées de sélection si l'athlète ne respecte pas les points d'engagement des cadres (contrat d'athlète et charte éthique de Swiss Olympic).

Nombre de courses pour entrer dans un cadre

La participation à minimum deux courses Youth Cup ou à 2 courses régionales (permettant une bonne comparaison avec d'autres athlètes des cadres) est indispensable afin de pouvoir rejoindre le cadre régional ou national.

Prestations des différents cadres

Cadre Local Phase T1

- ✓ Les athlètes ont la possibilité, selon les écoles/cantons, de recevoir des dispenses pour certains cours.
- ✓ Les athlètes ont la possibilité, en tant qu'invités, de s'entraîner avec le centre régional de leur région
- ✓ Les athlètes reçoivent une carte locale digitale de Swiss Olympic

Cadre Régional Phases T2-T3

- ✓ Les athlètes ont la possibilité, selon les écoles/cantons, de recevoir des dispenses pour certains cours et/ou de rejoindre une école sportive.
- ✓ Les athlètes sont intégrés au centre régional de leur région
- ✓ Les athlètes sont invités à participer à un camp d'entraînement avec l'équipe nationale de la relève.
- ✓ Les athlètes reçoivent une carte régionale digitale de Swiss Olympic et profitent d'une partie des avantages des partenaires de Swiss Olympic

Cadre National Phase T3-T4

- ✓ Les athlètes ont la possibilité de recevoir des dispenses pour certains cours et/ou de rejoindre une école sportive
- ✓ Les athlètes reçoivent les habits officiels de l'équipe nationale et profitent des avantages des sponsors et partenaires du CAS.
- ✓ Les athlètes sont invités à 4-5 camps d'entraînement CAS avec l'équipe suisse de la relève (financés, organisés et encadrés par le CAS).
- ✓ Les athlètes participent aux ISMF Youth World Cups (financées, organisées et encadrées par le CAS).
- ✓ Les athlètes profitent d'un suivi du CAS tout au long de l'année dans les domaines suivants : Science de l'entraînement, planification de saison, planification de carrière, sport/école/études et armée/sport.
- ✓ Les athlètes reçoivent une carte nationale digitale de Swiss Olympic et profitent des avantages des partenaires de Swiss Olympic



Outil d'évaluation PISTE

Les sélections s'effectuent selon l'outil [PISTE](#) de Swiss Olympic. Toutes les fédérations sportives suisses travaillent avec cet outil pour l'attribution des Talent Cards locales, régionales et nationales. Les sélections s'effectuent selon un standard uniforme et répondent aux exigences pour une sélection pertinente et transparente.

Personnes impliquées dans l'évaluation PISTE

Les critères comportant un questionnaire d'évaluation sont évalués par les entraîneurs régionaux (pour leurs athlètes respectifs), les entraîneurs nationaux et le responsable de la relève. Les athlètes qui ne sont pas encore dans un cadre ainsi que les athlètes locaux et régionaux, sont évalués par les entraîneurs régionaux (en concertation avec les entraîneurs nationaux et le responsable de la relève).

Les athlètes n'étant pas encore connus par les entraîneurs régionaux/nationaux/responsable de la relève ne reçoivent pas d'évaluation pour les critères suivants :

- Développement de la performance et potentiel
- Capacité technique à l'entraînement et en compétition
- Psyché
- Résistance
- Biographie de l'athlète : pas d'évaluation pour l'environnement familial et le volume d'entraînement

Barème de points et pondération des critères d'évaluation

Pour chaque critère d'évaluation, un barème de points et un pourcentage de pondération sont attribués. Le pourcentage de pondération varie selon l'âge de l'athlète. Ce pourcentage de pondération a été déterminé par la fédération et Swiss Olympic.

Le barème de points n'a pas d'influence sur le pourcentage de la pondération (un critère avec un barème de 0 à 2 points peut avoir une plus grande pondération qu'un critère avec un barème de 0 à 12 points).

Commission de sélection des cadres

La commission de sélection se compose de :

- Urs Stöcker, chef du domaine sports de compétition
- Malik Fatnassi, Chef du sport de performance
- Denis Vanderperre, chef de la relève
- Esteban Hofer, entraîneur national de la relève
- William Déglise, entraîneur national de la relève

Agenda 2024

Inscriptions Testing Day	Jusqu'au 8 avril 2024
Testing Day	Le 4 mai 2024
Communication des sélections	Le 6 juin 2024



Pondération des critères de sélection des cadres selon l'âge de l'athlète

Critères & âges	11 ans	12 ans	13ans	14 ans	15 ans	16 ans	17 ans	18 ans	19 ans
Développement de la performance/potentiel	1%	1%	1%	1%	5%	8%	11%	11%	14%
Résultats compétitions	20%	20%	20%	20%	24%	28 %	31%	33%	33%
Capacités techniques à l'entraînement et en compétition	18%	18%	18%	18%	15%	13%	10%	10%	10%
Tests condition physique	37%	37%	37%	37%	37%	35%	33%	31%	29%
Psyche	4%	4%	4%	4%	4%	4%	4%	4%	4%
Résistance	4%	4%	4%	4%	4%	4%	4%	4%	4%
Biographie de l'athlète	16%	16%	16%	16%	11%	8%	7%	7%	6%
Total	100%	100%	100%	100%	100%	100%	100%	100%	100%

- L'âge relatif et le développement biologique (développement précoce, normal ou tardif) de l'athlète sont également pris en compte dans l'évaluation selon les recommandations scientifiques de Swiss Olympic.



Description générale des critères de sélection

Critères	Indicateurs	Outils	Barème
Développement de la performance/potentiel	Progression de la courbe de performance et potentiel de l'athlète à long terme.	Évaluation des entraîneurs (formulaire)	Min 0 point Max 2 points
Résultats compétitions	Résultats obtenus sur le circuit national et international.	Listes de classement	Min 0 point Max 100 points
Capacités techniques à l'entraînement et en compétition	Maitrise des différents pas de glisse, des manipulations et des descentes.	Test de manipulation + évaluation des entraîneurs (formulaire)	Min 0 point Max 2 points
Tests condition physique	Résultats obtenus lors des tests du Testing Day.	Résultats Testing Day	Min 0 point Max 950 points
Psyché	Motivation à la performance (motivation exprimée par le comportement, orientation vers les objectifs, motivation autonome).	LEMOVIS	Min 0 point Max 12 points
Résistance	Capacité de résistance physique et psychique.	Évaluation des entraîneurs (formulaire)	Min 0 point Max 2 points
Biographie de l'athlète	Environnement, nombre d'années d'entraînement dans la discipline et volume d'entraînement.	Évaluation des entraîneurs (formulaire)	Min 0 point Max 2 points



1. Développement de la performance et du potentiel

Description

A) Le développement de la performance de l'athlète à l'entraînement et en compétition est évalué :

- En octobre : au début de la phase de préparation sur neige
- En décembre : À la fin de la phase de préparation sur neige
- En janvier : au début de la phase de compétition
- En avril : A la fin de la phase de compétition

B) Potentiel à long terme de l'athlète en vue des championnats d'Europe, championnats du Monde et des Jeux Olympiques

Outil d'évaluation

Evaluation des entraineurs à l'aide d'un questionnaire :

Quel est le développement de la performance de l'athlète à l'entraînement et en compétition lors des derniers mois ?

0= Déclin ou pas de développement
1= Stagnation ou léger développement
2= Bon à très bon développement

Quel niveau peut atteindre l'athlète dans sa discipline la plus forte à long terme dans la catégorie élite ?

0= Athlète de niveau national
1= Top 30 ISMF World Cup élite
2= Top 10 ISMF Word Cup élite

Barème de points dans l'évaluation PISTE

La moyenne des deux notes est réalisée.

Barème= 0 à 2 points



2. Résultats en compétition

Description

Résultats obtenus en compétition sur le circuit national ou/et international entre le mois de novembre et mai. Les trois meilleurs résultats obtenus sont pris en compte.

Outil d'évaluation

Chaque course se voit attribuer un facteur 1, 2 ou 3 en fonction du niveau de la course ainsi qu'un facteur de 1 à 5 selon le nombre de participants. La place obtenue lors d'une course donne également un certain nombre de points.

Facteur niveau de la course :

Facteur 1= Niveau régional
Facteur 2= Niveau national
Facteur 3= Niveau international

Facteur nombre de participants :

0 à 5 participants = Facteur 1
6 à 10 participants = Facteur 2
11 à 15 participants = Facteur 3
16 à 20 participants = Facteur 4
Plus de 20 participants = Facteur 5



Points distribués en fonction de la place obtenue :

Place	Points	Place	Points	Place	Points	Place	Points
1	100	11	32.5	21	15	31	2.5
2	90	12	30	22	13.75	32	1.25
3	80	13	27.5	23	12.5	33	0
4	70	14	25	24	11.25		
5	60	15	22.5	25	10		
6	55	16	21.25	26	8.75		
7	50	17	20	27	7.5		
8	45	18	18.75	28	6.25		
9	40	19	17.5	29	5		
10	35	20	16.25	30	3.75		

Formule utilisée pour obtenir le résultat final :

Facteur niveau de la course x le facteur nombre de participants x le nombre de points en fonction de la place obtenue

Un classement final est ensuite établi. La répartition de points s'effectue ainsi :

1 ^{er} place = 100 points	7 ^{ème} place = 40 points
2 ^{ème} place = 90 points	8 ^{ème} place = 30 points
3 ^{ème} place = 80 points	9 ^{ème} place = 20 points
4 ^{ème} place = 70 points	10 ^{ème} place = 10 points
5 ^{ème} place = 60 points	11 ^{ème} place = 0 points
6 ^{ème} place = 50 points	/



Barème de points dans l'évaluation PISTE

Barème= 0 à 100 points

3. Compétences techniques à l'entraînement et en compétition

Description

Les compétences techniques sont évaluées dans les domaines suivants :

- La maîtrise des différents pas de glisse (pas de montée et skating)
- La maîtrise des manipulations
- La technique en descente à l'entraînement et en compétition

Outil d'évaluation

Evaluation des entraîneurs à l'aide d'un formulaire :

Les différents pas de glisse :

0= Pas maîtrisé
1= Maîtrisé à basse vitesse
2= Maîtrisé à haute vitesse

Les manipulations :

0= Pas maîtrisé
1= Maîtrisé à basse vitesse
2= Maîtrisé à haute vitesse



La technique en descente :

0= Pas maîtrisé
1= Maîtrisé à basse vitesse
2= Maîtrisé à haute vitesse

Barème de points dans l'évaluation PISTE

La moyenne de ces trois valeurs donne la note finale. Le résultat du test des manipulations lors du Testing Day permet également d'évaluer les athlètes sur les manipulations.

Barème= 0 à 2 points

4. Tests condition physique générale (Testing Day)

Description

Les tests physiques sont basés sur le Swiss Ski Power Test et sont adaptés au ski-alpinisme :

- Sauts à une jambe (droite et gauche)
- Sauts à pieds joints
- Croix suisse
- Parcours d'obstacles
- Appuis faciaux
- High box jump
- Stabilité du tronc
- Test des 12 minutes

➤ [Catalogue de tests du Testing Day](#)



Outil d'évaluation

Lors de chaque test, un total de points est calculé en fonction du résultat du test et de la meilleure performance réalisée les dernières années lors du Testing Day. La meilleure performance par catégorie (U16, U18 ou U20) est prise en compte.

Formules utilisées :

- 1) Sauts jambe droite + saut jambe gauche + Sauts à pieds joints

Formule : (résultat saut droit + résultat saut gauche) /meilleure performance x 50) + (résultat pieds joints/meilleure performance pieds joints x50)

- 2) Croix suisse et parcours d'obstacles

Formule : (meilleure performance croix suisse/résultat test croix suisse) x 50) + (meilleure performance parcours/résultat test parcours)x50)

- 3) Appuis faciaux

Formule : (résultat appuis faciaux/meilleure performance appuis faciaux) x100

- 4) High box jump

Formule : (résultat High Box/meilleure performance high box) x100

- 5) Stabilité du tronc

Formule : (résultat stabilité tronc/meilleure performance stabilité tronc) x100

- 6) Test des 12 minutes

Formule : (résultat 12 min /meilleure performance 12min) x100



Les tests avec un facteur 2 (compte double) : Tests de saut à une jambe (droite et gauche), saut à pieds joints, croix suisse et le parcours d'obstacle.

Le test avec un facteur 2.5 : le test de 12 minutes en course à pied.

Barème de points dans l'évaluation PISTE

Les points de chaque test sont additionnés et donne le total final.

Barème= 0 à 950 points.

5. La psyché

Description

La psyché est évaluée sur l'initiative personnelle , l'orientation vers la réussite et la volonté de performance sur la base de dix comportements.

Outil d'évaluation

L'outil utilisé est le LEMOVIS. Cet outil a été développé par Swiss Olympic et l'université de Bern. Tu trouveras la description détaillée de cet outil sous le lien suivant: [Outil Lemovis](#)

Barème de points dans l'évaluation PISTE

Barème= 0 à 12 points

6. La résistance

Description

L'évaluation de la résistance s'effectue dans les trois domaines suivants :

1. Les blessures/maladies
2. La résistance physique
3. La résistance psychique



Outil d'évaluation

Evaluation des entraineurs à l'aide d'un formulaire :

L'athlète manque des entrainements à cause de maladies/blessures

0= Jamais/très peu
1= Parfois
2= Souvent

L'athlète supporte de grosses charges d'entraînement (volume, durée, intensité, monotonie)

0= Pas d'accord
1= En partie d'accord
2= Tout à fait d'accord

L'athlète dispose d'une grande résistance psychique

0= Pas d'accord
1= En partie d'accord
2= Tout à fait d'accord

Barème de points dans l'évaluation PISTE

La moyenne des notes des trois questions donne la note finale.

Barème= 0 à 2 points



7. Biographie de l'athlète

Description

La biographie de l'athlète est évaluée dans les trois domaines suivants :

- 1) Environnement de l'athlète
 - Formation/étude/apprentissage/travail
 - Lieu d'entraînement et lieu de résidence
 - Environnement familial général
- 2) Années d'entraînement spécifiques dans la discipline
- 3) Volume d'entraînement selon la phase [FTEM](#)

Outil d'évaluation

L'évaluation de ces trois domaines est réalisée à l'aide d'un formulaire d'évaluation et du questionnaire rempli par les athlètes avant le Testing Day.

L'athlète dispose-t-il d'assez de temps à côté de sa formation/études/apprentissage/travail?

0= Pas favorable à la performance
1= Favorable à la performance
2= Très favorable à la performance

L'athlète habite-t-il proche de son lieu d'entraînement ?

0= Pas favorable à la performance (+ de 40min)
1= Favorable à la performance (entre 20 et 40min)
2= Très favorable à la performance (moins de 20min)



L'environnement familial général de l'athlète est-il favorable à la performance ?

- 0= Pas favorable à la performance
- 1= Favorable à la performance
- 2= Très favorable à la performance

Combien d'années d'entraînement l'athlète compte-t-il dans le ski alpinisme ?

- 0= Le nombre d'années d'entraînement est faible (1 à 2 an)
- 1= Le nombre d'années d'entraînement est moyen (3 à 4 ans)
- 2= Le nombre d'années d'entraînement est élevé (5 ans et plus)

Volume d'entraînement selon la phase FTEM

- 0= le volume d'entraînement nécessaire ne peut pas être effectué de manière suffisante
- 1= le volume d'entraînement nécessaire peut être effectué de manière suffisante
- 2= le volume d'entraînement nécessaire peut tout à fait être effectué



Personnes de contact

Tu as des questions sur le processus de sélection ? Contacte-nous, nous sommes à ta disposition par mail ou par téléphone pour répondre à tes questions.



Chef de la relève

Denis.vanderperre@sac-cas.ch

031 370 18 25



Entraîneur national relève

William.deglise@sac-cas.ch

031 370 18 50



Entraîneur national relève

Esteban.hofer@sac-cas.ch

031 370 18 75