

A decorative trail of grey plus signs starts at the top left, curves around the top right, and then descends along the right side of the page.

SWISSski

Förderkonzept Telemark

Swiss-Ski
Aarastrasse 6
3048 Worblaufen b. Bern
www.swiss-ski.ch

Inhaltsverzeichnis

1.	Athletenweg	3
1.1.	Trainings-Guideline	3
2.	Organisation- und Kaderstruktur	6
2.1.	Organisationsstruktur	6
2.2.	Übersicht und Verteilung Förderstufen	8
3.	Trägerschaften	9
3.1.	Institutionen.....	9
3.2.	Anforderungen für Anmeldung von Regionalkadern	9
4.	Wettkampfsystem.....	10
4.1.	Wettkampfformen	10
5.	Selektionen	12
5.1.	Selektionsprozess	12
5.2.	Selektionskriterien und Gewichtung.....	12
5.3.	Selektionsrichtlinien	16

Version	2.2	
Erstellt durch:	Hans-Peter Birchler	22.7.2025
Überarbeitet durch:	Hans-Peter Birchler	11.10.2025
Genehmigt durch:	Sacha Giger	17.10.2025

1. Athletenweg

Der Athletenweg Telemark bezieht sich auf den Idealverlauf in der sportlichen Entwicklung eines Athleten auf dem Weg an die internationale Spitze und basiert auf dem Rahmenkonzept «FTEM Schweiz». Er beschreibt den Weg eines Athleten in der Förderstruktur von Swiss-Ski ab der Kategorie U15 bis ins Elitealter. Im Telemark werden Athleten erst ab dieser Stufe vom Trainerstab Swiss-Ski betreut und gefördert. Für die Kategorien <U15 gibt es auf nationaler wie auch auf regionaler Stufe zurzeit keine spezifische Förderung. Jedoch bestehen einzelne lokale Angebote, welche durch alpine Skiclubs geführt werden.

Der klassische Weg erfolgt über den Einstieg in Förderstrukturen anderer Schneesportarten hin zur späteren Spezialisierung in die Disziplin Telemark.

1.1. Trainings-Guideline

1.1.1 Talenttransfer

Transfer von Talenten sind in der Regel der Einstieg zu Telemark und kommen aus den Schneesportdisziplinen Alpin und Nordisch. Drop-outs oder aktive «Umsteiger» stehen dabei im Fokus, unabhängig vom Alter des Athleten.

1.1.2 Die Steuerinstrumente von Swiss-Ski im Telemark

Als Grundlage für die gezielten Trainingsempfehlungen gelten die Trainings-Guidelines, sowie der Rahmentrainingsplan Telemark. Diese werden von den Trainern sowohl auf der Stufe Swiss-Ski, den Regionalverbänden oder Clubs angewendet. Sie bilden den roten Faden in der Ausbildung eines Athleten. Der Umfang an betreuten Trainingsstunden auf der Stufe U15 bis ins Elitealter ist abhängig vom persönlichen Umfeld eines Athleten. Dieser kann bis ca. 50% des persönlichen Trainings betragen. Diese Zahl ist jedoch stark abhängig vom Angebot der von Swiss-Ski zur Verfügung stehenden Trainer. Die Betreuung erfolgt hauptsächlich bei Trainings- und Wettkampfeinheiten auf Schnee. Für das Konditions- und Mentaltraining ist der Athlet grösstenteils selber verantwortlich. Jedoch bieten die Rahmentrainingspläne und organisierte Workshops zu spezifischen Themen die entsprechende Unterstützung.

	Kindesalter 6-9 Jahre 250 – 400 Std.	Schulkinder U12 300 – 450 Std.	Erste Puberale Phase U14 400 – 550 Std.	Zweite Puberale Phase U16 500 – 650 Std.	Frühes Erwachsenenalter U18 – U21 Ü21 600 – 900 Std.
Betreute Stunden	Eltern, Umfeld Generell 1-2 Stunden pro Tag	Individuelles Training	Individuelles Training	Individuelles Training	Individuelles Training
		160 Std. Club, Stützpunkte	220 Std. Club, Stützpunkte	290 Std. Club, Stützpunkte Trainingsgruppe 3	450 Std. Swiss Ski Kader, Trainingsgruppe 3

Private Organisationen
(MUKI, Elternvereine, Spielgruppen)
Club, Schule

450 Std. = Maximal betreute Trainingsstunden

Abbildung 1: Swiss-Ski Guideline – Betreute Stunden Telemark

Nachfolgend sind die Training-Guideline und der Rahmentrainingsplan im Sinne des Jahresplans abgebildet.

Ziele	Kindesalter		Schulkindalter		Erste puberale Phase	Zweite puberale Phase	Frühes Erwachsenenalter	
	6-9 Jahre – U10		9-12 Jahre – U12		12-15 Jahre – U14-U16*	15-19 Jahre – U16 – Jugend*	19-24 Jahre – Junioren – Elite*	
Entwicklungsphase	Sportartübergreifende, motorische Grundlagenbildung Phase des Lernen auf Anhieb - Kopieren, - Nachahmen - Abschaun • Das heisst, das Kind braucht: • Vorbilder • Beispiele zum Nachahmen • Sportlichkeit aufbauen • Selbstständigkeit fördern	Allgemein Skitechnisch / Skilanglauftechnisch Athletik (Kondition)	Allgemein Skitechnisch / Skilanglauftechnisch Athletik (Kondition)	Allgemein - Fokus Training - Polysportivität beibehalten - Wettkampfgedanke vermitteln Telemarktechnisch - Viel Techniktraining - Racing Basics - Gelände und Schneearten variieren Skilanglauftechnisch - Skatingtechnik - Spezifische Lauftechniken - Beherrschen aller Schritttarten beider Techniken - Geländeangepasstes laufen fördern Athletik (Kondition) - Regelmässiges Training - Bekanntmachung der Intensitäten - Stabilität der Rumpfkraft - Koordinationstraining - Grundlagen für den Spitzensport setzen	Allgemein - Wettkampf gezieltes training - Selbstständigkeit - Optimale Verbindung – Umfeld, Schule und Sport Telemark- & Langlauftechnisch - Stabilisierung auf höherem Niveau und auf allen Geländen - Taktik - Racing Basics und Essentials Athletik (Kondition) - Entscheidende Phase in einer Sportkarriere, komplette, systematische und zielgerichtete Ausbildung eines Hochleistungssportlers - Spezifisches Kraft- und Ausdauertraining - Förderung der aeroben Leistungsfähigkeit - Strukturiertes Training (Periodisierung, 5 Intensitäten)	Allgemein - Wettkampfsport international - Training für den Wettkampf - Hochleistungssport – Push the Limit - Stabile Leistungen Telemark- & Langlauftechnisch - Perfektionieren der Technik - Weitere Entwicklung des Skigefühls - Spezifische Techniken (Sprint, Ökonomie) - Racing Basics und Essentials - Top Material Athletik (Kondition) - Ideale Trainingspartner, Team Work - Individuelle Ausreizung des Trainings mittels: Höherentraining (z.B. sleep high train low), Blocktraining (z.B. VO ₂ max), Sommerski (Maximal Krafttraining) - Strukturiertes Training weiterführen und verfeinern	Hochleistungstraining • Durchbruch zur Spitzenklasse • Hochintensives Training über mehrere Jahre • Stabilisierung physischer und psychischer Leistungsfaktoren • Verhältnis Training – Regeneration optimieren • Übergang zum Profi Langläufer • Intensive und spezifische Betreuung	Bewegung soviel wie möglich Training Umfang 650 - > 900 Std./Jahr (Steigerung pro Jahr max 10%) davon spezifisch 60% - 75% (Ski und Rollski) Sommerski
Umfang					Bewegung soviel wie möglich Training Umfang 250 - > 450 Std./Jahr davon spezifisch 30% - > 40% (Ski und Rollski) Sommerski als Ergänzung	Bewegung soviel wie möglich Training Umfang 450 - > 650 Std./Jahr davon spezifisch 40% - > 60% (Ski und Rollski) Sommerski	Bewegung soviel wie möglich Training Umfang 650 - > 900 Std./Jahr (Steigerung pro Jahr max 10%) davon spezifisch 60% - 75% (Ski und Rollski) Sommerski	

* Diese Phasen werden von den Mädchen jeweils um ca. 1-2 Jahren früher erreicht.

Abbildung 2: Trainings-Guideline Telemark (1/2)

	Kindesalter	Schulkindalter	Erste puberale Phase	Zweite puberale Phase	Frühes Erwachsenenalter
	6-9 Jahre – U10	9-12 Jahre – U12	12-15 Jahre – U14 – U16*	15-19 Jahre – U16 – Jugend*	19-24 Jahre – Jun. u. Elite*
Athletik, Telemark- und Skilanglauftraining (unspezifisch und spezifische Formen)	Geführtes Techniktraining/ Vormachen-Zeigen Geführtes, freies Skifahren Kleine Wettkämpfe - Kombi-Race	Techniktraining in den Stangen RS (30%) - Racing Basics – SL (40%) - müssen erlernt werden OR (30%) - Geführtes Techniktraining/ - Racing Basics – müssen erlernt werden	Ausdauer auf allen Geländen und Schneesportarten - Grundtechnik und Grundlagenausdauer - Erlernen der Racing Basics TM	- Spezifisches Techniktraining - Kraftausdauer und Ausdauer - Wettkampftechnik Taktik und Material - Grundlagenausdauer und Technik - Beherrschen der Racing Basics TM - Erlernen der Racing Essentials TM	- Spezifische und intensive Ausdauer - Kraftausdauer - Wettkampftechnik - spezifisches Skating-Training - spezifisches Technik-Training - spezifisches Sprung-Training - Taktisches Verhalten in verschiedenen Wettkampfformen
	Freies Skifahren - jede Gelegenheit nutzen!	Freies Skifahren in Training	Koordinationsbetonte Kraft und Schnelligkeit: - Rumpfstabilität - Sprung- und Laufschule - allgemeine Kraft	Kraft, Sprungkraft, Rumpfstabilität Koordination, Schnelligkeit Intensive Ausdauer und allgemeine Sommerwettkämpfe (Polysport)	gezielte Kraft, Sprungkraft, Rumpfstabilität Koordination, Schnelligkeit + spezifische Sommerwettkämpfe
	Spieleisches und gesamtheitliches, geführtes Athletik- und Bewegungs- Training → Benachteiligung → Rumpfstabilität	Gezieltes Athletik- und Bewegungstraining, Koordination, Beweglichkeit mit eigenem Körpergewicht → Krafttraining mit eigenem Grundlagenausdauer	Vielseitige (zum Teil intensiv) polysportive Ausdauer	Polysportive Grundlagenausdauer	Ausgleichsportarten
	Verschiedene Sportarten und Bewegungsmöglichkeiten Leichtathletische Grundlagen - Laufen, Springen, Werfen Spiele, Spielformen Gewandtheit, Koordination (v.a. Gleichgewicht, Schnelligkeit)	Verschiedene Sportarten und Bewegungsmöglichkeiten → Laufschule, Sprungschule → Wettkämpfe in 2. Sportart Bsp. Leichtathletik/Geräteturnen			
	Spaß an Bewegung wecken Fokus auf Freude am Tun	Freude an der Leistung → Zielsetzung, Wettkampfspiele, Identifi- kation mit Idolen	Wille	Entwicklung der Motivation zur →	Eigenmotivation
Persönlichkeit/Mental	Gestütztes Ausprobieren Offener Lernweg Vorbildfunktion des Trainers	Eigeninitiative Arbeit in Kleingruppen	Selbständigkeit mit Leitplanken	Selbständigkeit	Eigenverantwortung, Teambildung
	Einführung psychologisches Training	Umgang mit Leistungssituationen	Optimaler Leistungszustand	Wettkampfsinn	Mentale Stärke, sich mit der eigener Psyche befassen
	Spieleisches Bewegungssteuerung	Bewusstsein für Bewegung	Mentales Training	Wettkampfsituationen visualisieren	Lebhafte Bewegungsvorstellung
Allgemeinwissen	Einführung in den Ablauf einer Trainingslektion - Aufwärmen - Training - Cool Down - Verhalten auf der Piste	- Verletzungsprävention - Basics der Ernährung - Biomechanische Grundlagen zu den „Racing Basics“ - Pflege des Materials - Trainingstagebuch	- Erholungsfördernde Massnahmen kennen lernen - Materialpflege - Grundlagen Trainingslehre - Leistungsdiagnostik - Sporternährung	- Optimale Regenerationsmassnahmen - Doping und Vorbeugung - Trainingslehre/Trainingsplanung - Materialkunde - Individuelle Leistungsdiagnostik - Sponsoring/Marketing - Grundlagen des Sportunterrichts - Leiterausbildung	- Selbstverantwortung für die eigene Karriere - Umgang mit Medien - Vorbereitung auf Grossanlässe

* Diese Phasen werden von den Mädchen jeweils um ca. 1-2 Jahren früher erreicht.

Abbildung 3: Trainings-Guideline Telemark (2/2)

2. Organisation- und Kaderstruktur

2.1. Organisationsstruktur

2.1.1 Organigramm Swiss-Ski

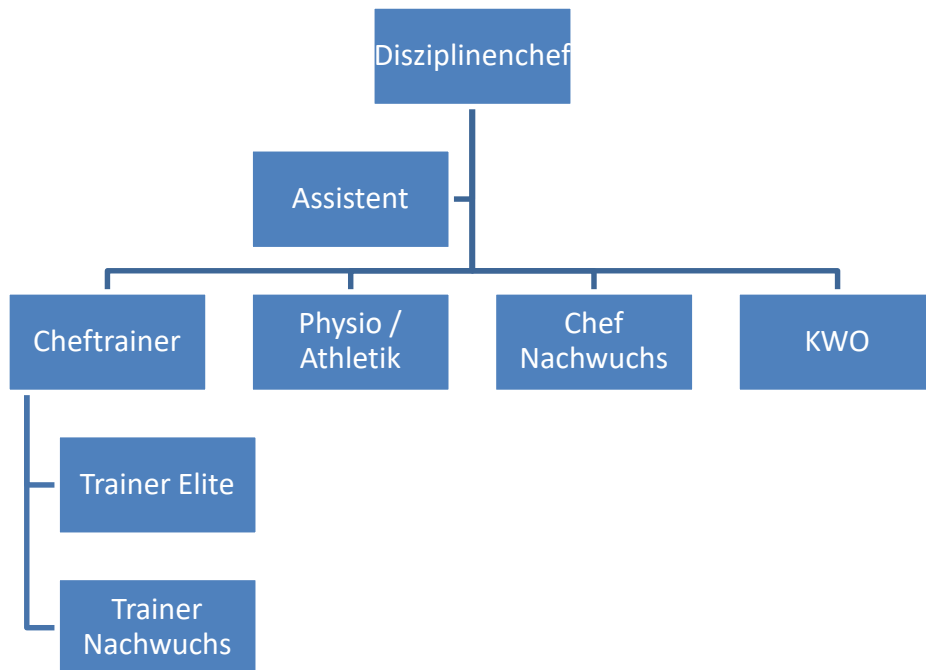


Abbildung 4: Organigramm Swiss-Skit (Telemark)

2.1.2 Kaderstruktur Swiss-Ski

Athleten unter 14 Jahren trainieren normalerweise in lokalen Strukturen (Clubs) oder vereinzelt in regionalen Stützpunkten. Diese funktionieren unabhängig von Swiss Ski. Danach werden die Athleten in die Kader, welche direkt Swiss-Ski unterstellt sind, selektioniert. Die folgenden Kader stehen auf der Nachwuchs Ebene zur Auswahl:

- TG 3
- Kandidatengruppe/Junioren NM
- C-Kader

Die Trainingsgruppe 3 wird von Swiss-Ski finanziell nur beschränkt unterstützt. Die Athleten müssen für ihre Aufwendungen im Wesentlichen selber aufkommen (Reise-, Trainings-, Wettkampf- und Trainerkosten).

Für die Disziplin Telemark bestehen unter Swiss-Ski keine regionalen oder nationalen Leistungszentren. Ebenso sind keine Aktivitäten auf Stufe Regionalverbände vorhanden.

SWISS-SKI ORGANISATIONSSTRUKTUR Telemark

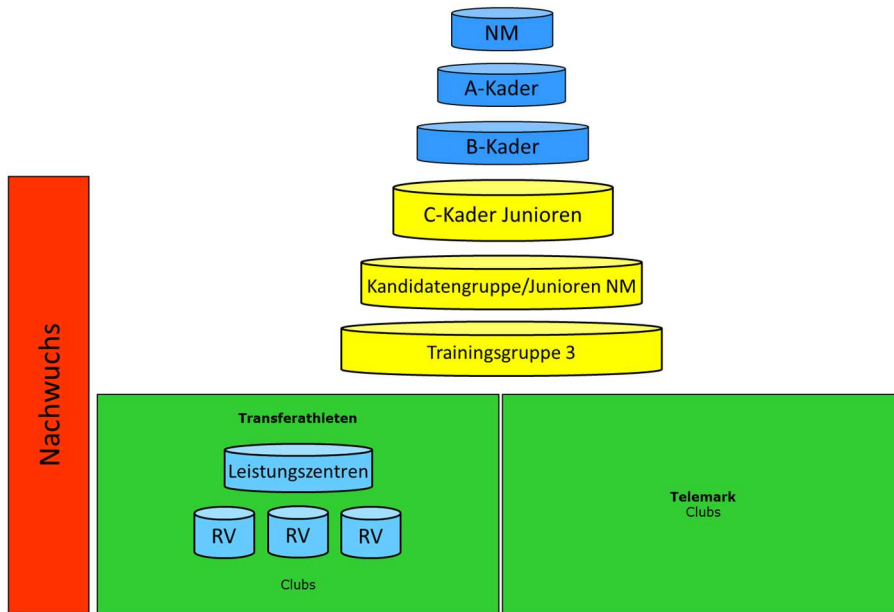


Abbildung 5: Organisations- und Kaderstruktur Telemark

2.1.3 Sportwissenschaft und Medizin

Im Bereich Sportwissenschaft und Medizin stehen dem Bereich Telemark die Funktionen von Swiss-Ski zur Verfügung, wobei für sportartenspezifische Athletik und physiotherapeutische Unterstützung eigene Fachkräfte bereitgestellt sind.

2.1.4 Trainingsinfrastruktur

Das Physis-Training wird individuell und somit dezentral durchgeführt. Somit wird diesbezüglich auf die bewährten regionalen und lokalen Infrastrukturen gegriffen.

Die Schnee-Trainings finden vom September bis November auf den Schweizer Gletschern statt, vorwiegend auf den von Swiss-Ski reservierten Trainingspisten in Saas-Fee. Ab Dezember sind die On-Snow Kurse regional auf lokalen Trainingspisten.

2.2. Übersicht und Verteilung Förderstufen

Telemark




Strukturen des Athlet*innenwegs im Leistungssport

FTEM	Foundation			Talent				Elite		Mastery
Phase	F1	F2	F3	T1	T2	T3	T4	E1	E2	M
Schlagwort	Freudvolle Entdecken, Erlernen und Üben von elementaren Bewegungs- und Spielgrundformen			Potenzial zeigen	Potenzial bestätigen	Trainieren und Ziele erreichen	Durchbruch schaffen und belohnt werden	Die Schweiz (int.) repräsentieren	International Erfolg haben	Sportart dominieren
Internationale Wettkämpfe	Verschiedene Sportarten lernen und einen aktiven Lebensstil pflegen			3T				WM		
				JWM (U21)				FIS-Rennen, Europacup		
				Internationale Wettkämpfe Transfersportarten						
				A & B Kader, Nationalmannschaft						
Card/ Kaderstruktur	Sich sportartspezifisch engagieren (mit/ohne Wettkampf)			Regional				National		
				Regionalkader (TG3)				Junioren Nationalmannschaft (C-Kader)		
				Clubs (Transfersportarten)						
Wochenumfang in Stunden	5	7	11	12	13	14	16	17	18	18
	5	6	5	4	4	4	5	6	6	6
Anzahl Wett- kämpfe/Jahr		2	4	6	8	10	15	20	25	25

■ Sportartenspezifisch (Training & Wettkämpfe) ■ Athletik (Kraft, Beweglichkeit, Koordination) ■ Allgemein sportliche Aktivitäten (Schulsport, Polysportives, Ausgleichstraining)

Koordination Schule/Lehre und Leistungssport (Sek I und II, inkl. Berufsschule)

Der Verband empfiehlt:

- Flexibilität zur Freistellung von einzelnen Trainings/Wettkämpfen (auch in der Regelschule): ab T2
- Dispensationen (auch in der Regelschule): ab T3
- Sportklasse/Sportschule (abhängig von Trainings-/Schul- und Wohnort): ab T3 (TC N)

Merkblatt «Schule/Lehre & Leistungssport»

Broschüre «Berufliche Grundbildung und Leistungssport»

Kontakt Verband:

Hans-Peter Birchler
hans-peter.birchler@swiss-ski.ch
Telefon 079 602 17 17

Cards

Gültigkeit: Talent Cards (R, N): 01.06.–31.05.

Elite Cards (E): 01.06.–31.05.

Altersrange: Talent Card Regional: ~14–18J

Talent Card National: ~15–20J

NWF-Trägerschaften

Die Trägerschaften können [hier](#) aufgerufen und u.a. nach Stufe und Kanton gefiltert werden.

© Swiss Olympic, Version: September 2023

Abbildung 6: Athletenweg nach FTEM Telemark

Die Förderstufen sind so aufgebaut, dass Jugendliche im Breitensportangebot von 5 bis 20 Jahren in Vereinen trainieren. Diese J+S Angebote werden über Skifahren abgerechnet, da Telemark als Einzeldisziplin in J+S nicht geführt ist. Eine spezifische Förderung durch Swiss-Ski vor der Kategorie U15 ist nicht vorgesehen.

Im Telemark werden **20 Talent Cards Regional** und **10 Talent Cards National** abgegeben. Diese werden bis max. zur Kategorie U21 vergeben. Zudem werden auf der **Elite Stufe 15 Elite Cards** vergeben.

3. Trägerschaften

Bis zur Kategorie U14 sind die Clubs verantwortlich. In diesen Alterskategorien ist eine spezifische Förderung auf regionaler und nationaler Ebene nicht zwingend notwendig. Die lokalen Angebote, welche durch die Skiclubs über das kantonale J+S Angebot angemeldet und abgerechnet werden können, werden durch die Clubs organisiert.

In der Förderstruktur von Swiss-Ski sind Athleten ab der Kategorie U15 bis ins Elitealter. Der Athlet geht auf seinem Weg vom lokalen Club direkt zu Swiss-Ski.

3.1. Institutionen

Auf der Stufe Nachwuchs, ebenso wie auf der Stufe Elite gibt es keine Institutionen, die Swiss-Ski untergeordnet sind. Die Träger, die im Nachwuchs unter Swiss-Ski bestehen sind das C-Kader, die Kandidatengruppe und die Trainingsgruppe 3.

3.2. Anforderungen für Anmeldung von Regionalkadern

Der nationale Verband ist die einzige Trägerschaft. Weitere Trägerschaften oder Anforderungen an solche (Leistungszentren, Regionalkader usw.) sind zurzeit für Telemark nicht definiert, da dafür noch keine Strukturen vorhanden sind.

4. Wettkampfsystem

Ausgangslage

Grundsätzlich sind die nationalen Wettkämpfe auf alle Altersstufen ausgerichtet und zugänglich. Internationale Wettkämpfe sind auf ein höheres Leistungsniveau ausgerichtet. Für die Teilnahme ist eine Selektion erforderlich. Im Telemark existieren zurzeit Wettkampfstrukturen auf nationaler- und internationaler Ebene. Aufgrund der geringen Anzahl an Telemark-Athleten werden nur vereinzelt nachwuchsspezifische Wettkämpfe ausgetragen. Die Nachwuchsathleten werden bereits sehr früh in die internationale Wettkampfstruktur eingebunden.

Die nationalen Wettkämpfe existieren für die Kategorien Kids, Junioren und Elite. Dabei werden Swiss-Series und nationale Meisterschaften durchgeführt. Vorwiegend werden die Wettkampfformen Sprint Classic und Telemark Parallel Sprint sowie Riesenslalom ausgetragen. Der Weltcup ist die höchste Wettkampfserie im Telemark. Zusätzlich werden auch FIS Wettkämpfe durchgeführt. Für die Teilnahme am Weltcup werden keine Quotenplätze benötigt. Die Athleten werden von den Nationen für den Weltcup selektioniert. In der Schweiz dienen Wettkämpfe des Weltcups als Selektionswettkämpfe für die Weltmeisterschaften. Im Weltcup werden sämtliche Weltcup Wettkampfformen durchgeführt.

4.1. Wettkampfformen

Im Telemark gibt es folgende FIS-Wettkampfformen:

- Classic (WC)
- Sprint Classic (WC)
- Telemark Parallel Sprint (WC)
- Riesenslalom
- Parallel Riesenslalom
- Team Telemark Parallel Sprint (WC)

Der Parcours wird in allen Disziplinen als Riesenslalom ausgeflaggt und beinhaltet mindestens einen Sprung. Die Ausführung der Telemarktechnik (Schrittwechsel und Telemark-Position) sowie die Landeart (Telemark) sowie Mindestweite beim Sprung ist vorgegeben und reglementiert.

Als nicht FIS-Wettkampfform werden derzeit auch Telecross-Wettkämpfe oder Allmountain Wettkämpfe durchgeführt.

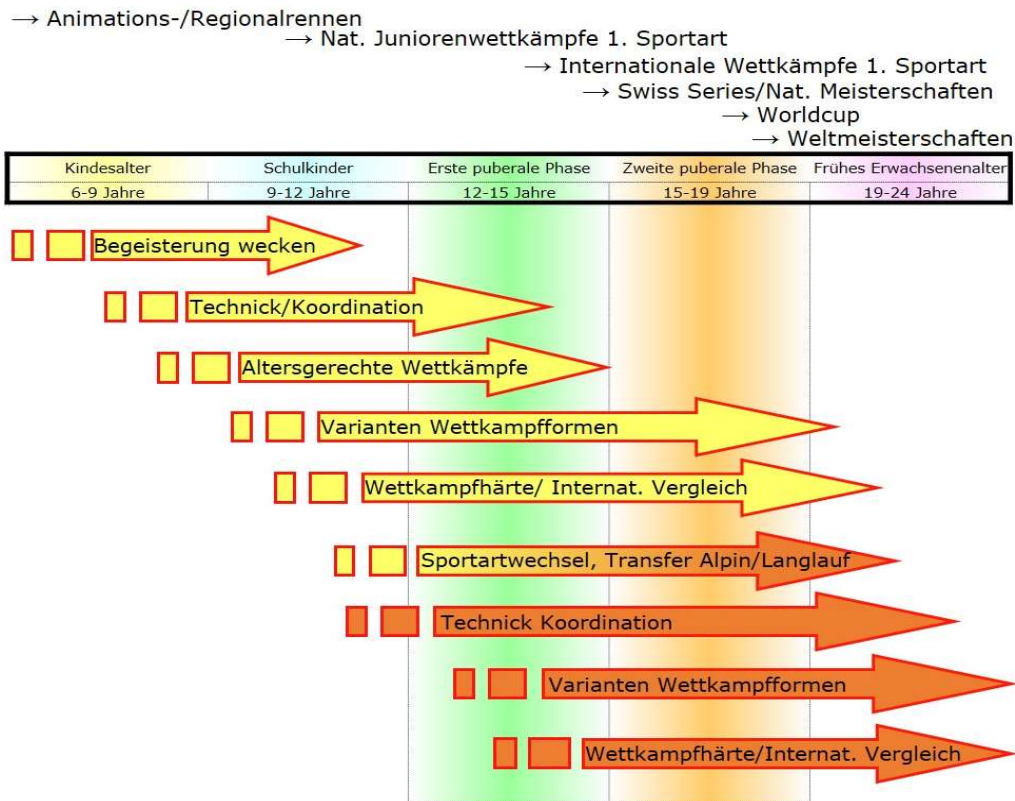


Abbildung 7: Wettkämpfe und Entwicklungsphase

Classic (WC)

Elemente; Riesenslalom, 1-2 Sprünge (5-30m), 1-2 Kreisel (360 Grad), Skating (ca. 1/3 der Gesamtlaufzeit);
 1 Lauf; Laufzeit 100-170 Sec.

Sprint Classic (WC)

Elemente; Riesenslalom, 1 Sprung (5-25m), 1 Kreisel (360 Grad), Skating (ca. 1/3 der Gesamtlaufzeit);
 2 Läufe; Laufzeit 45-70 Sec.

Telemark Parallel Sprint (WC)

Elemente; Riesenslalom, 1 Sprung (5-20m), 1 Kreisel (360 Grad), Skating (ca. 1/3 der Gesamtlaufzeit);
 Knock-out; 1 Lauf; Laufzeit 30-50 Sec.

Riesenslalom

Elemente; Riesenslalom, 1 Sprung (5-25m),
 2 Läufe; Laufzeit 55-75 Sec.

Parallel Riesenslalom/Slalom

Elemente; Riesenslalom, 1 Sprung (5-20m),
 Knock-out; 1 Lauf; Laufzeit 20-35 Sec.

Telemark Team Parallel Sprint (WC)

Elemente; Riesenslalom, 1 Sprung (5-20m), 1 Kreisel (360 Grad), Skating (ca. 1/3 der Gesamtlaufzeit);
 Knock-out; 1 Lauf; Laufzeit 30-50 Sec.
 Team besteht aus 3 Athleten wobei mind. 1 Dame

Die aktuellen Guidelines und Reglemente zu den Wettkämpfen sind auf www.fis-ski.com im Bereich «Telemark» zu finden.

5. Selektionen

5.1. Selektionsprozess

Der Selektionsprozess sieht folgende Eckdaten über das Jahr hinweg vor:

Ende März	Eingang der individuellen Athletenbeurteilungen
April	Selektionssitzungen
Ende April	Kommunikation der Selektionen
Mai/Juni	Frühlingsleistungstests
September	Herbstleistungstests
Ende September	Publikation der Selektionskriterien
November - April	Wettkampfsaison

5.2. Selektionskriterien und Gewichtung

In der Disziplin Telemark wird anhand der PISTE selektioniert, dabei beinhaltet diese die folgenden drei Bereiche:

- Athletenbeurteilung
- Wettkampfleistung
- Technik Beurteilung Telemark

Nachfolgend werden die einzelnen PISTE Bestandteile Wettkampfleistung und Technik Beurteilung Telemark erklärt.

Für die Beurteilung der Wettkampfleistung wird der Durchschnitt der drei besten Wettkampfergebnisse errechnet. Die erzielte Punktzahl pro Resultat variiert je nach Wettkampfsaison und ergibt sich aus der nachstehenden Tabelle

Herren	WM	J-WM	WC	SM	J-SM	FIS	Andere
Sieg	6	6	6	5.5	5	5	Individuell
Top 3	6	5.75	5.75	5	4.5	4.75	
Top 5	5.75	5.5	5.5	4.5	4	4.5	
Top 10	5	5.25	5.25	4	3.5	4.25	
Top 15	4.5	5	5	3.5	3	4	
Top 20	4	4.75	4.75	3	2.5	3.75	
Top 25	3.5	4.5	4.5	2.5	2	3.5	
Top 30	3	4.25	4.25	2	1.5	3.25	

Damen	WM	J-WM	WC	SM	J-SM	FIS	Andere
Sieg	6	6	6	5.5	5	5	Individuell
Top 3	6	5.75	5.75	5	4.25	4.5	
Top 5	5.5	5.25	5.25	4.25	3.75	4	
Top 10	4.75	4.5	4.5	3.5	3	3.5	
Top 15	4	3.75	3.75	2.75	2.25	3	
Top 20	3.25	3	3	2	1.5	2.5	
Top 25	2.5	2.25	2.25	1.25	0.75	2	
Top 30	1.75	1.5	1.5	0.5	0	1.5	

Die Bewertung der Telemark Technik erfolgt an einem Sichtungskurs resp. an einem Sichtungstag oder integriert an einem definierten Wettkampftag (im Anschluss an Wettkampf). Es bestehen genau definierte Kriterien anhand von welchen die Telemark Technik von den Experten/Trainern beurteilt wird. Die Bewertung stützt sich auf die Technische Prüfung des Moduls TE Telemark von Swiss Snowsports. Es werden Noten von 1-6 vergeben und folgende 5 Elemente werden gemäss den Kriterien von Swiss Snowsports geprüft:

- Basic Air
- Kurzsprung
- Skating 1:1 sowie 1:2 mit Bogentreten
- Switch Telemark
- Freies Hangabschwingen

Die Gewichtung der Selektionskriterien und der daraus folgenden Abgabe der Talent Cards erfolgt wie in Abbildung 8 dargestellt.

	Alter 14-18jährig	Alter 19-20jährig
Athletenbeurteilung	50%	30%
Wettkampfleistung	20%	30%
Technikbeurteilung Telemark	30%	40%

Abbildung 8: Selektionsrichtlinien und Gewichtung

5.2.1. Individuelle Athletenbeurteilung

Für jeden Athleten wird vom Trainer jeweils per Ende Saison ein Formular mit der Athletenbeurteilung ausgefüllt. Die Athletenbeurteilung enthält den Bereich Biographie (inkl. Umfeld /Trainingsalter), persönliche Voraussetzungen, Bewegungstechnischer Entwicklungsstand, psychologische Voraussetzungen und Leistungsentwicklung.

Athletenbiographie												
Persönliches Umfeld						Persönliche Voraussetzungen						
1	2	3	4	5	6	1	2	3	4	5	6	
#	#	#	#	#	#	Schule/Ausbildung	#	#	#	#	#	Körperbauliche Voraussetzungen
#	#	#	#	#	#	Eltern/privates Umfeld	#	#	#	#	#	Belastbarkeit/Gesundheit
Bemerkung:						Bemerkung:						
#	#	#	#	#	#	Trainingsalter	#	#	#	#	#	Trainingsaufwand
Bemerkung:						Bemerkung:						

Bewegungstechnischer Entwicklungsstand											
1	2	3	4	5	6						
#	#	#	#	#	#	Koordinative Fähigkeiten (Gewandtheit, Geschicklichkeit)					
#	#	#	#	#	#	Skitechnische Lernfähigkeit					
Bemerkung:											

Psychologische Voraussetzungen											
1	2	3	4	5	6						
#	#	#	#	#	#	Leistungsmotivation					
#	#	#	#	#	#	Emotionale und psychische Fähigkeiten / Mentale Stärke					
Bemerkung:											

Leistungsentwicklung											
1	2	3	4	5	6						
#	#	#	#	#	#	Leistungsentwicklung - Entwicklungspotenzial					
#	#	#	#	#	#						
Bemerkung:											

1= unbrauchbar / 2= schlecht / 3 = ungenügend / 4 = genügend / 5 = gut / 6 = sehr gut

Abbildung 9: Fragebogen Individuelle Athletenbeurteilung

Zu beurteilende Kriterien		Überlegungen die zur Beurteilung einbezogen werden müssen!
Athletenbiographie	Schule/Ausbildung	Ist das persönliche Umfeld Leistungsfördernd/Unterstützend/ --> nicht Leistungshemmend
	Eltern/privates Umfeld	
	Körperbauliche Voraussetzungen	Sind die persönlichen Voraussetzungen zum Spitzensportler gegeben?
	Belastbarkeit/Gesundheit	
	Trainingsalter	Erbrachte Leistung im Verhältnis zu den Anzahl Trainingsjahren
Bewegungstechnischer Entwicklungsstand	Trainingsaufwand	Basiert auf dem Trainingsprotokoll von Swiss Ski
	Koordinative Fähigkeiten (Gewandheit, Geschicklichkeit)	Lernt er neue Bewegungen sehr schnell? Kann er sich schnell und effektiv bewegen? Sind seine Bewegungen fließend, koordiniert, im Gleichgewicht....
	Sprungtechnische Lernfähigkeit	Kann er Korrekturen effektiv und schnell umsetzen? Fühlt er sich bei Sprüngen sicher und versucht seine Grenzen zu finden?
	Leistungsmotivation	Bereitschaft/Interesse (Kann er seine Grenzen gehen - sie überwinden?)
	Emotionale + psychische Fähigkeiten/Mentale Stärke	Konzentration auf das Wesentliche, stabile Persönlichkeit, positiv Denken
Leistungsentwicklung	Leistungsentwicklung - Entwicklungspotenzial	Beinhaltet die Entwicklung der drei Faktoren: Resultate/Techniknote/Kondi Test

Abbildung 10: Zusatzblatt Athletenbeurteilung Telemark

5.2.2. Bewertung der Selektionskriterien

Eine Selektion der Athleten durch PISTE ist für folgende Stufen notwendig:

- C-Kader (nur die Junioren)
- Juniorennationalmannschaft
- TG 3 Swiss Ski Selektionskader (nur die Junioren)

Anhand der genannten Bestandteile der PISTE wird bei der Selektion eine Pistenrangliste erstellt. Diese Rangliste ist entscheidend für die Vergabe der Talent Cards. Die Zugehörigkeit zu einem der oben genannten Kader ist für die Kartenvergabe irrelevant. Anhand der Pistenrangliste werden Total (Männer und Frauen) max. 10 Nationale Talentcards und Total (Männer und Frauen) max. 20 Regionale Talentcards vergeben. Lokale Talent Cards werden in der Disziplin Telemark keine vergeben.

Wer die nachfolgend aufgeführten Selektionskriterien (5.3 Selektionsrichtlinien) erfüllt, wird für die Nomination in eines der genannten Swiss-Ski Kader berücksichtigt.

- Nationalmannschaft Damen und Herren
- A-Kader, Damen und Herren
- B-Kader, Damen und Herren
- C-Kader, Damen und Herren

Als Unterstützung führt Swiss-Ski eine Trainingsgruppe 3. Diese Gruppe setzt sich vorwiegend aus jungen talentierten und leistungswilligen Athleten zusammen, welche innerhalb von einem bis zwei Jahren der Sprung in eines der Swiss-Ski Kader zugetraut wird. Die Grösse der Gruppe wird im Frühjahr aufgrund der personellen und finanziellen Ressourcen definiert. Für die Selektionen TG 3 dienen folgende Parameter:

- Resultate aus nationalen Wettkämpfen
- Selektives rekrutieren aus den Sportarten Ski Alpin und Skilanglauf
- Selektives rekrutieren aus Telemark Instruktorenkursen SSSA
- Obligatorischer Leistungstest gemäss Richtlinien Swiss-Ski
- Beurteilung der Technik Telemark anhand definierten Kriterien (Prüfungsdisziplinen Stufe Aspirant oder IK SSSA)
- Individuelle Athleten- und Trainerbeurteilung

5.3. Selektionsrichtlinien

Die jährlich geltenden Selektionsrichtlinien für die Disziplin Telemark sind jeweils per Ende Oktober auf der Swiss-Ski Website publiziert.