

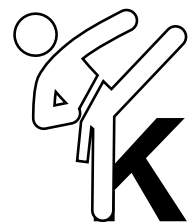
Kick-Off Day 2026

Tout ce qui concerne le fonctionnement des cadres de la SKF

17 janvier 2026, Sportcampus Sursee

**La version allemande de cette présentation prévaut sur la version française en cas de conflit d'interprétation*





Kick-Off Day 2026

Tout ce qui concerne le fonctionnement des cadres de la SKF

17 janvier 2026, Sportcampus Sursee

**La version allemande de cette présentation prévaut sur la version française en cas de conflit d'interprétation*



Programme - Matin

09:00

ENREGISTREMENT ET CAFÉ DE BIENVENUE

09:30

- Inscription & signature de la liste de présence

📍 Lieu : Foyer Konferenzsaal, Zentralgebäude (3e étage)

09:30

ACCUEIL & RÉTROSPECTIVE 2025

10:00

- Déroulement de la Kick-off Day
- Rétrospective des succès de nos athlètes 2025

📍 Lieu : Konferenzsaal, Zentralgebäude (3e étage)

10:00

TABLE RONDE

10:30

- Sur le podium : Yuki Ujihara, autres à confirmer

📍 Lieu : Konferenzsaal, Zentralgebäude (3e étage)

10:30

PERSPECTIVES 2026 - PART 1

11:15

- Cadre national
- Équipe d'encadrement
- Sponsor (Budo-Sport AG)

📍 Lieu : Konferenzsaal, Zentralgebäude (3e étage)

11:30

DÉJEUNER

12:15

📍 Lieu : Restaurant MERCATO

Programme - Après-midi

Déplacement vers la salle de sport triple

12:30



SPECIAL-SHOOTING SÉLECTIONNÉS JJU21 CE

13:30

- Autres membres de l'équipe : pause et préparation pour l'entraînement



Lieu : Triple salle de sport

13:30

ENTRAÎNEMENT CADRE NATIONAL KUMITE & KATA

15:00



Lieu : Triple salle de sport

Douche et déplacement vers la salle de conférence

15:45

PERSPECTIVES 2026 - PART 2

16:30

- Entraînements et tournois 2026
- Obligations des membres de l'équipe
- Armée et karaté



Lieu : Konferenzsaal, Zentralgebäude (3e étage)

16:45

INFOS MEMBRES AVEC ADHÉSION À PARTIR DE 2025

17:15

- FTEM Karaté
- Éthique & antidopage, aide sportive, planification de carrière



Lieu : Konferenzsaal, Zentralgebäude (3e étage)

Rétrospective 2025



La Fondation suisse pour l'encouragement du sport

Le karaté suisse a également été soutenu une nouvelle fois par les fonds de la «Fondation suisse pour l'encouragement du sport».



Stiftung Sportförderung Schweiz

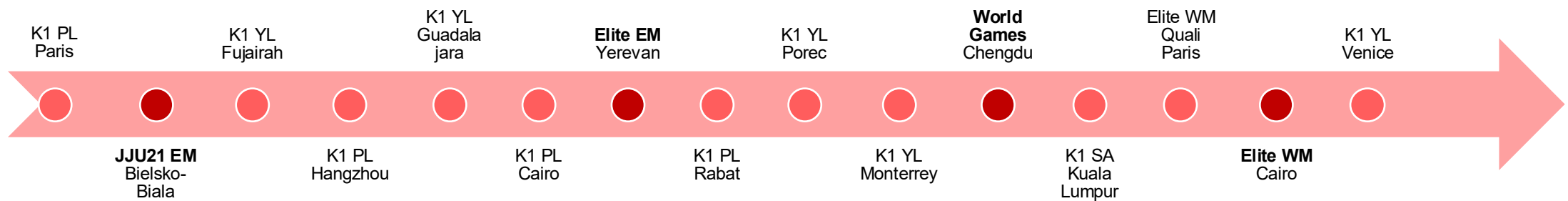
La Fondation suisse pour l'encouragement du sport

La Fondazione per la promozione dello sport in Svizzera



Résultats du top 7 2025

L'année dernière, nos athlètes ont obtenu des résultats dans le top 7 lors des événements WKF suivants...



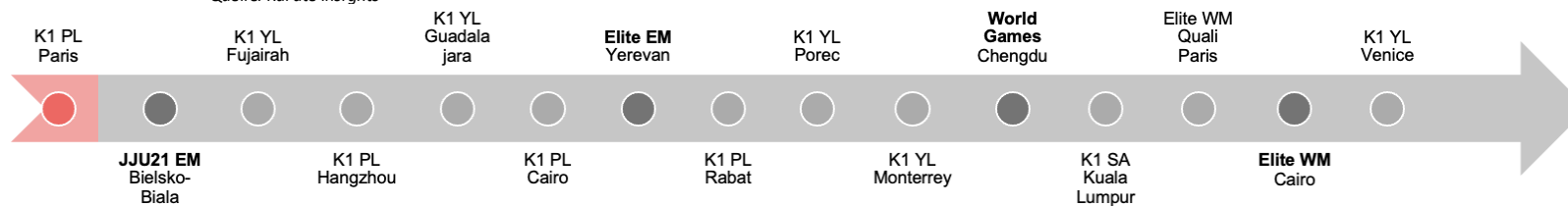
Karate1 Premier League – Paris



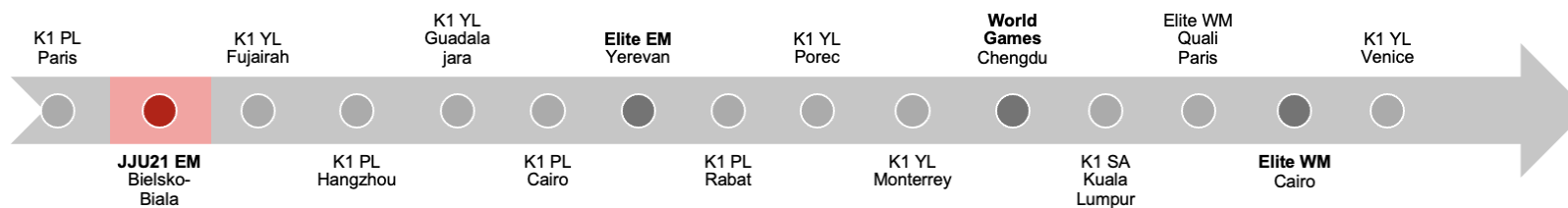
3. Place : Elena Quirici
(Kumite Female Senior -68kg)



Quelle: Karate Insights



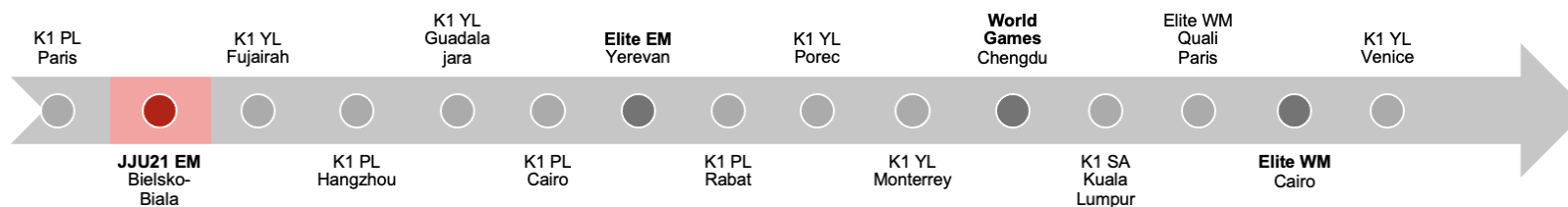
EKF Junior, Cadet & U21 Championships – Bielsko-Biala



EKF Junior, Cadet & U21 Championships – Bielsko-Biala



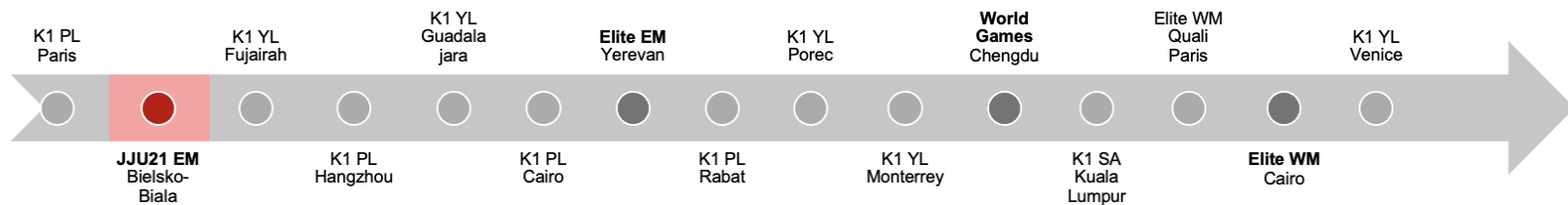
3. Place : Lea Huber
(U21 Kumite Female -50kg)



EKF Junior, Cadet & U21 Championships – Bielsko-Biala

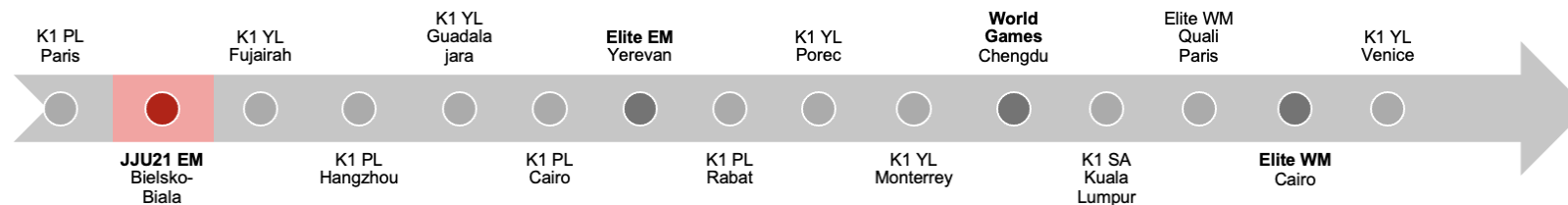


3. Place : Elson Jason Kabashi (U18 Kumite Male -61kg)



EKF Junior, Cadet & U21 Championships – Bielsko-Biala

5. Place : Lea Bosshard (Kumite Female U21 -68kg)

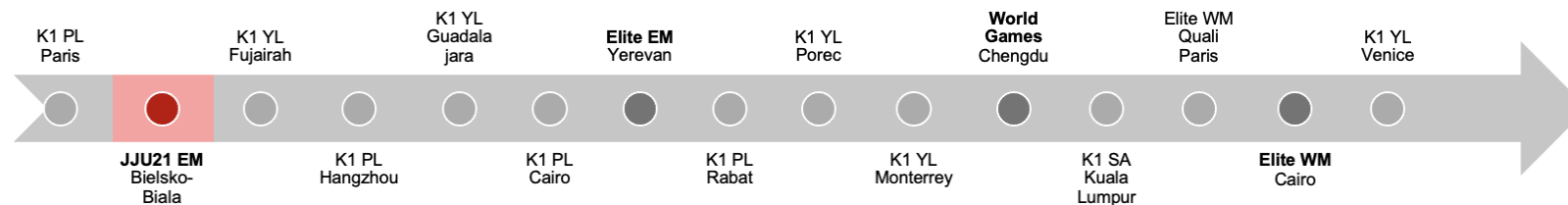


EKF Junior, Cadet & U21 Championships – Bielsko-Biala

7. Place : Steven Torres (Kumite Male U21 -67kg)



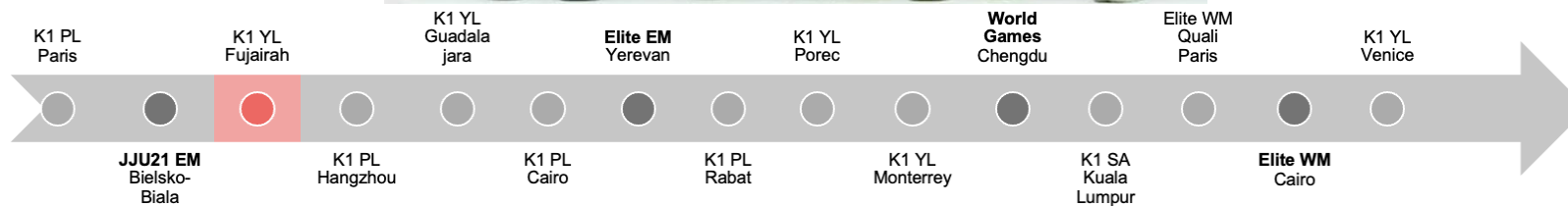
7. Place : Théo Karlen (Kumite Male U18 -68kg)



Karate1 Youth League – Fujairah



3. Place : Demet Özdemir
(U16 Kumite Female -47kg)



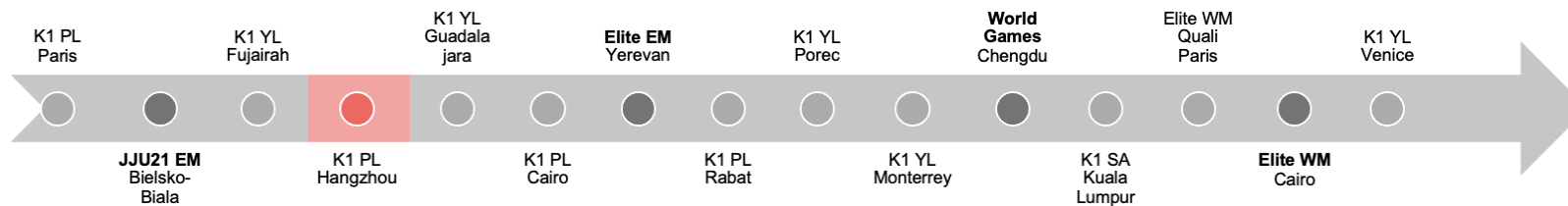
Karate1 Premier League – Hangzhou



2. Place : Elena Quirici
(Kumite Female Senior -68kg)



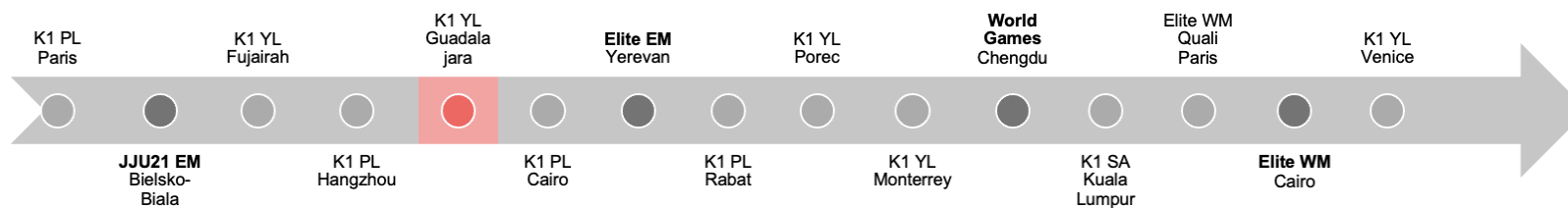
Quelle: KarateInsights



Karate1 Youth League – Guadalajara



1. Place : Fatumata Sanneh
(U16 Kumite Female -61kg)



Karate1 Youth League – Guadalajara

5. Place : Oksana Duperrex
(U21 Kumite Female -61kg)



5. Place : Lorian Musa
(U16 Kumite Male -57kg)

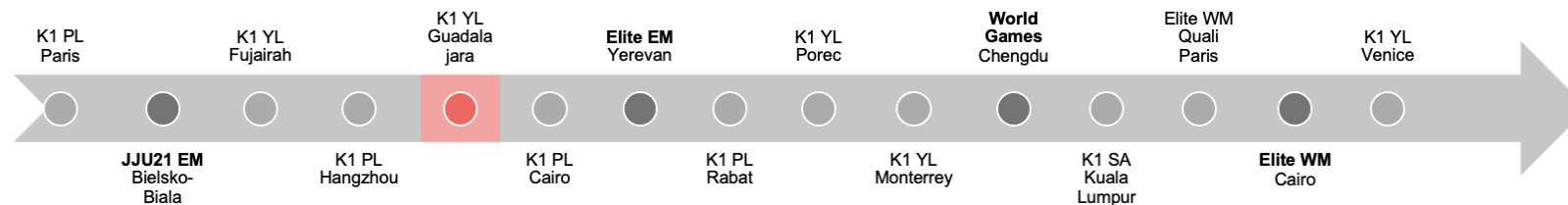


7. Places :

Liliane Burri
(Kumite Male U21 -61kg)

Théo Karlen
(Kumite Male U18 -68kg)

Swan Lorenz
(Kumite Male U21 -67kg)



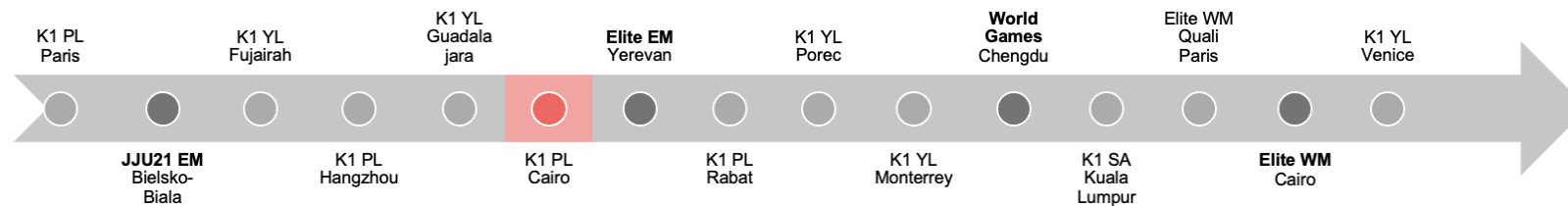
Karate1 Premier League – Cairo



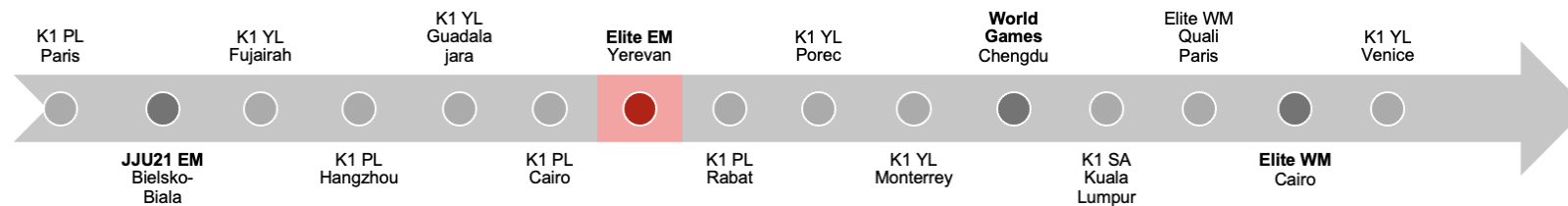
1. Place : Elena Quirici
(Kumite Female Senior -68kg)



Quelle: KarateInsights



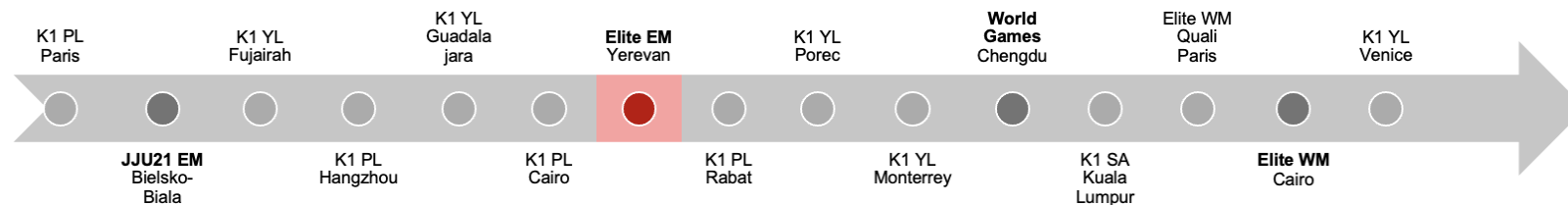
EKF Senior Championships - Yerevan



EKF Senior Championships - Yerevan

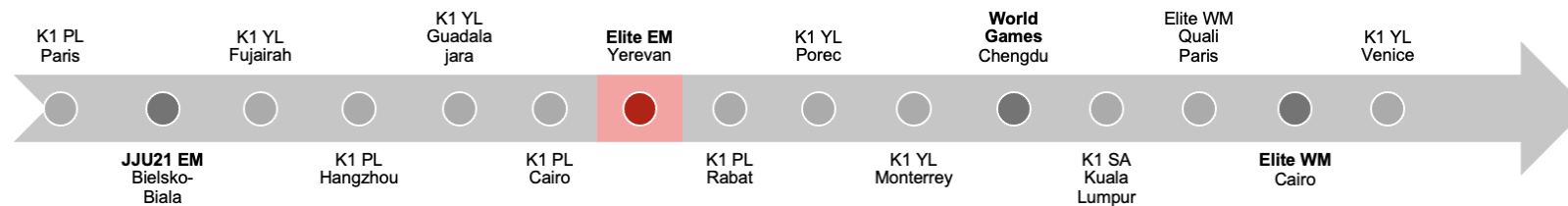


3. Place : Elena Quirici (Kumite Female Seniors -68kg)



EKF Senior Championships - Yerevan

5. Place : Yuki Ujihara (Kata Male Seniors)

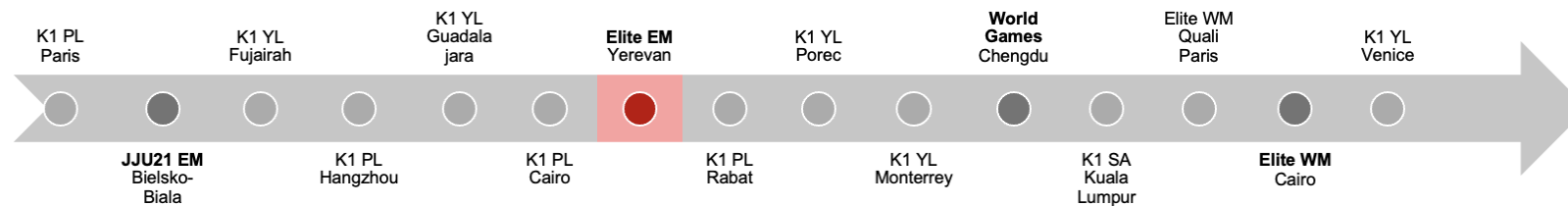


EKF Senior Championships - Yerevan

7. Place : Nina Radjenovic (Kumite Female -61kg)



7. Place : Nico Sparer (Kumite Male -75kg)

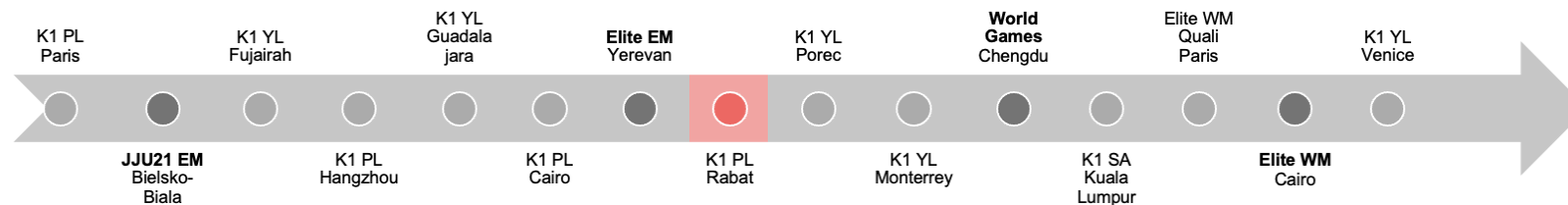


Karate1 Premier League – Rabat

5. Place : Nina Radjenovic
(Kumite Female Seniors -61kg)



7. Place : Elena Quirici
(Kumite Female Seniors -68kg)



Karate1 Youth League – Porec

5. Place : Jonathan Tiefenauer
(U14 Kumite Male -55kg)



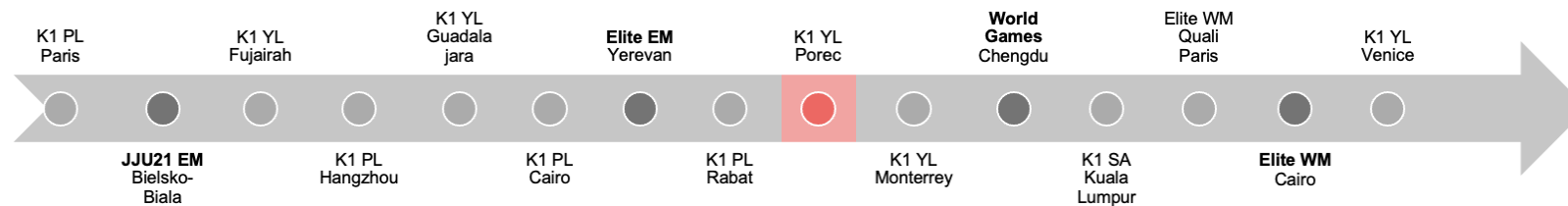
5. Place : Sanneh Fatumata
(U16 Kumite Female -61kg)



7. Places : Swan Lorenz
(Kumite Male U21 -67kg)

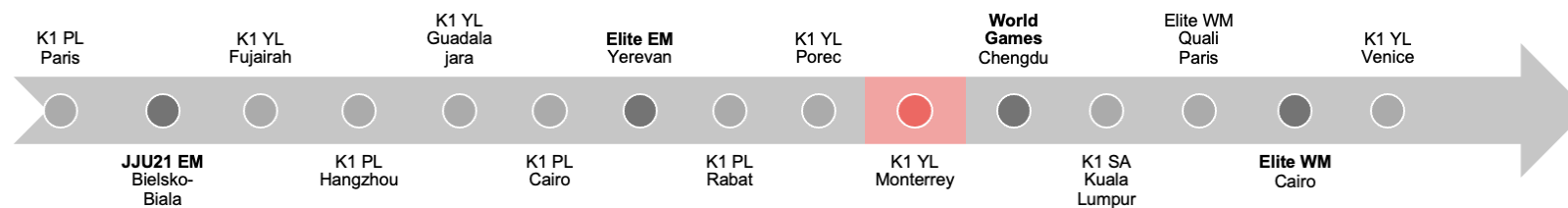


& Lorian Musa
(U16 Kumite Male -57kg)



Karate1 Youth League – Monterrey

5. Place : Corsin Dion Lüthy (U16 Kumite Male -52kg)

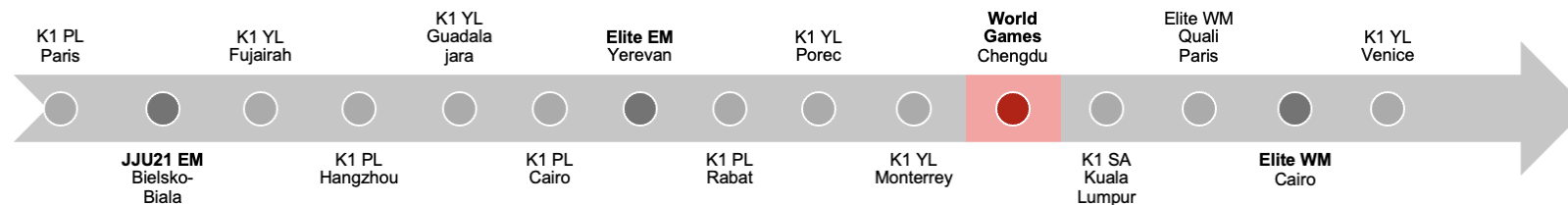


The World Games – Chengdu



THE WORLD GAMES 
2025 CHENGDU

2025年第12届世界运动会



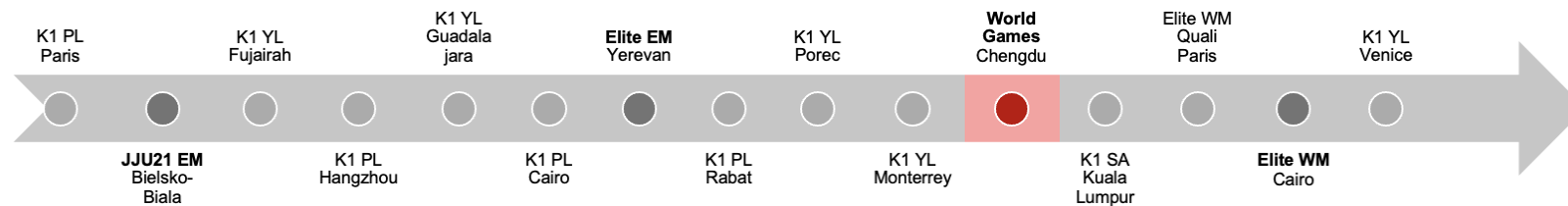
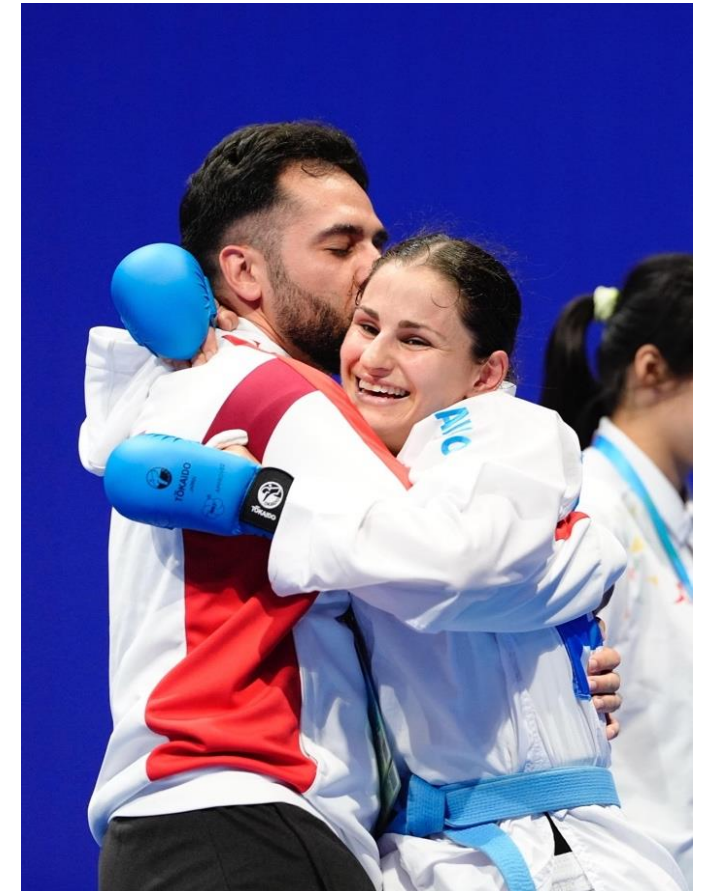
The World Games – Chengdu



Quelle: KarateInsights



1. Place : Elena Quirici (Kumite Female Senior -68kg)

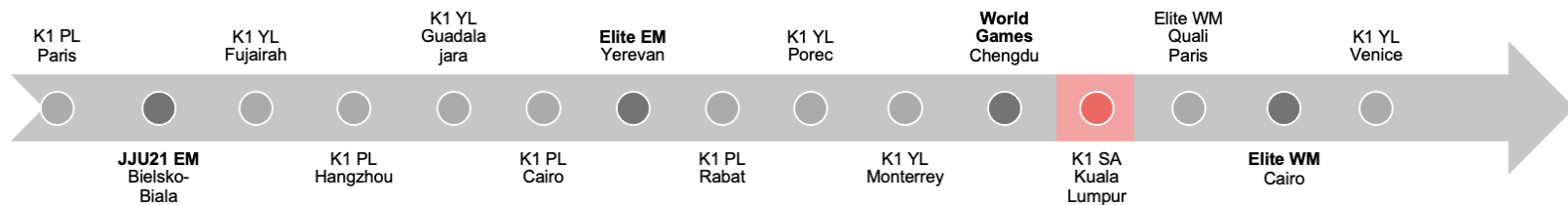


Karate1 Series A – Kuala Lumpur

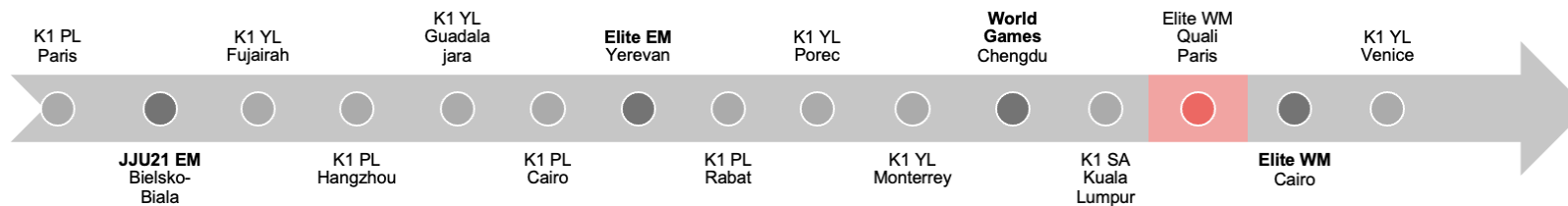
5. Place : Maya Schärer
(Kumite Female Seniors -50kg)



7. Place : Kata Team Female
(Suter, Mark, Blaser)



WKF Senior Championships – Qualification Phase Paris



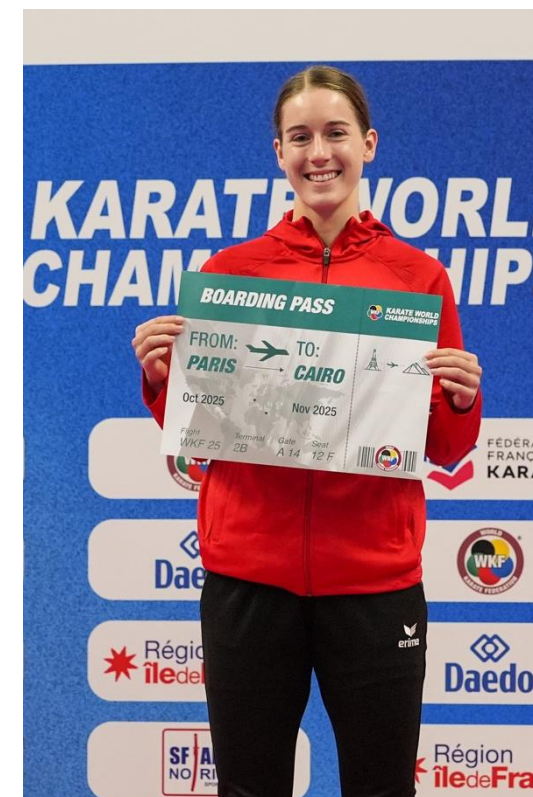
WKF Senior Championships – Qualification Phase Paris



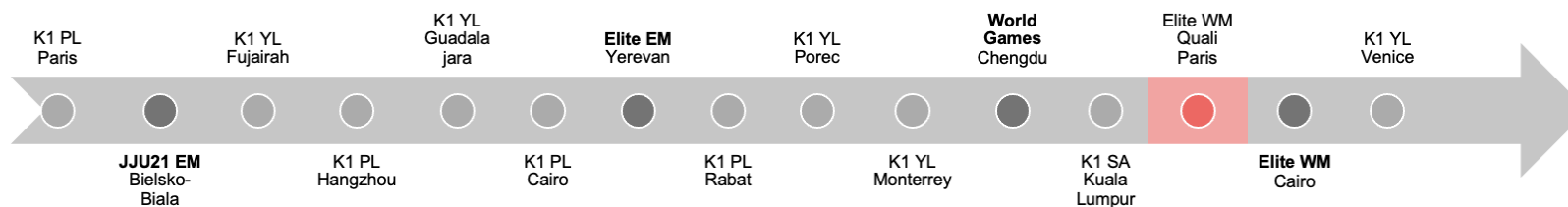
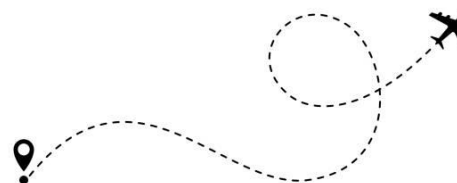
Maya Schärer
(Kumite Female Seniors -50kg)



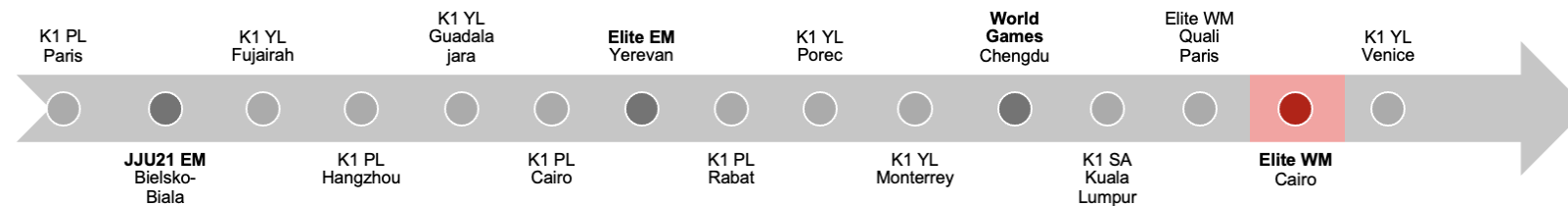
Nina Radjenovic
(Kumite Female Seniors -61kg)



Tickets to Cairo

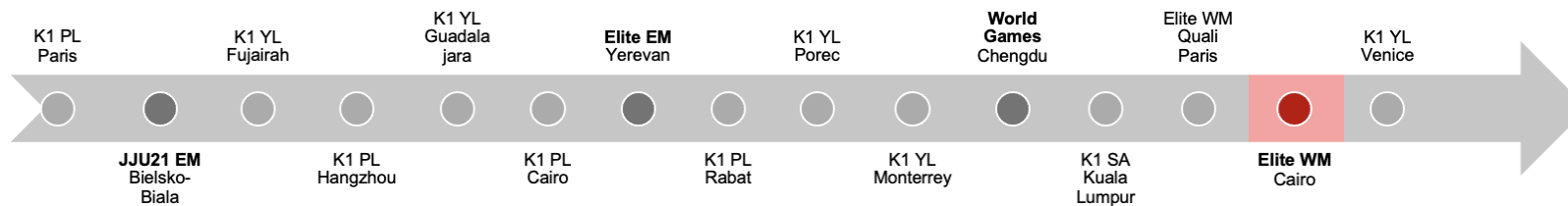


WKF Senior Championships – Final Phase Cairo



WKF Senior Championships – Final Phase Cairo

5. Place : Elena Quirici (Kumite Female Senior -68kg)



WKF Senior Championships – Final Phase Cairo

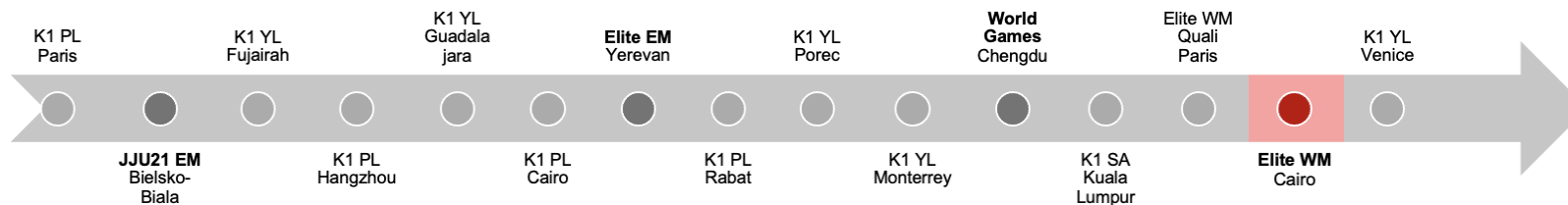
1/8-finale : Yuki Ujihara
(Kata Male Senior)



1/8-finale : Maya Schärer
(Kumite Female Senior -50kg)



Nina Radjenovic
(Kumite Female Senior -61kg)



Karate1 Youth League – Venice

5. Place : Lila Ritz
(U18 Kata Female)

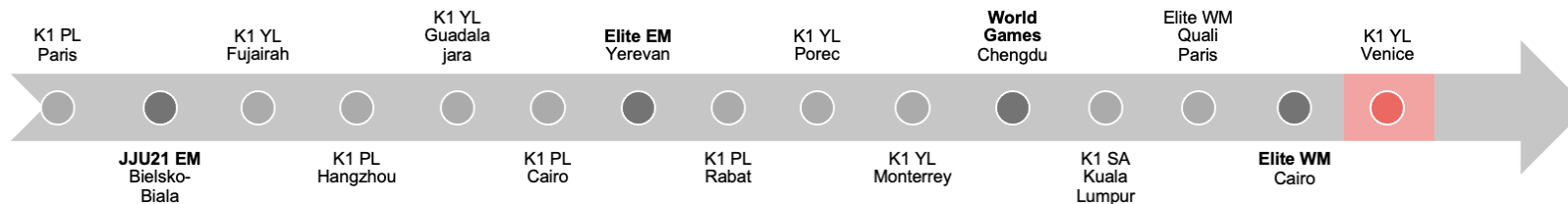


Quelle: foto.kjetil

5. Place : Elie Hachem
(U14 Kumite -55kg)



7. Place : Corsion Dion Lüthy
(U16 Kata Male)



Grand Winner 2025



Elena Quirici

4 tournois de Premier League :



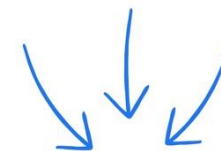
1 x 1. Place

1 x 2. Place

1 x 3. Place

1 x 7. Place

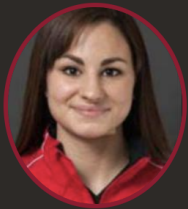
Élection de la
«Sportive
argovienne de
l'année»



STANDING	LASTNAME	FIRSTNAME	COUNTRY	RANK	EVENTS	TOTAL POINTS
TOP 10						
1	QUIRICI	ELENA	 SWITZERLAND (SUI)	2	4	2640
2	SOMBE	THALYA	 FRANCE (FRA)	1	4	2460 -180
3	KAMA	TSUBASA	 JAPAN (JPN)	4	4	2310 -150

World Ranking (État au 26.12.2025)

Top 10
Elite



ELENA QUIRICI



Country: SWITZERLAND
ID: SUI202
Age: 31
Total Bouts: 349
Win Rate: 77.08%

Female Kumite -68 kg

2 RANK 5745 points

Honours

- | | | | |
|---|----|----|---------------------------|
| 9 | 11 | 10 | Karate1 Premier League |
| 3 | 3 | 1 | Continental Championships |
| 1 | 2 | 2 | Karate1 Series A |
| 0 | 1 | 0 | World Championships |



World Ranking (État au 26.12.2025)

Top 32
Elite



NINA RADJENOVIC



Country: SWITZERLAND

ID: SUI2015

Age: 27

Total Bouts: 144

Win Rate: 48.61%

Female Kumite -61 kg

19 RANK 1830 points

Honours

0 1 0 Karate1 Series A



YUKI UJIHARA



Country: SWITZERLAND

ID: SUI2121

Age: 24

Total Bouts: 133

Win Rate: 57.14%

Male Kata

24 RANK 1417.5 points

Honours

0 1 0 Karate1 Premier League
0 0 3 Continental Championships
0 0 1 Karate1 Series A

World Ranking (État au 26.12.2025)

Top 10
U21, U18,
U16



LILA RITZ



Country: SWITZERLAND
ID: SUI02740
Age: 17
Total Bouts: 71
Win Rate: 66.20%

Junior Kata Female

7 RANK 1350 points

Honours

0 0 1 Karate1 Youth League



THÉO KARLEN



Country: SWITZERLAND
ID: SUI02734
Age: 17
Total Bouts: 61
Win Rate: 68.85%

Junior Kumite Male -68 kg

7 RANK 1150 points



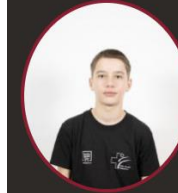
CORSIN DION LUETHY



Country: SWITZERLAND
ID: SUI003341
Age: 15
Total Bouts: 38
Win Rate: 52.63%

Cadet Kata Male

7 RANK 790 points



LORIAN MUSA



Country: SWITZERLAND
ID: SUI003152
Age: 15
Total Bouts: 15
Win Rate: 80.00%

Cadet Kumite Male -57 kg

8 RANK 740 points

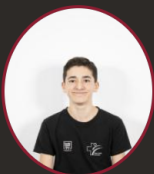
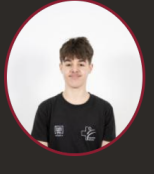
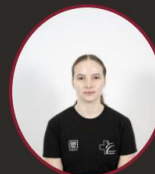
World Ranking (État au 26.12.2025)

Top 32
U21

 OKSANA DUPERREX  Country: SWITZERLAND ID: SUI02280 Age: 20 Total Bouts: 100 Win Rate: 58.00%	 SHANIA BONNY  Country: SWITZERLAND ID: SUI02568 Age: 19 Total Bouts: 61 Win Rate: 37.70%	 STEVEN TORRES  Country: SWITZERLAND ID: SUI02282 Age: 19 Total Bouts: 32 Win Rate: 56.25%	 LEANDRO PETRONE  Country: SWITZERLAND ID: SUI003155 Age: 20 Total Bouts: 24 Win Rate: 33.33%	 SWAN LORENZ  Country: SWITZERLAND ID: SUI02269 Age: 19 Total Bouts: 61 Win Rate: 70.49%
U21 Kumite Female -61 kg 12 RANK 945 points	U21 Kumite Female 68+ kg 19 RANK 390 points	U21 Kumite Male -67 kg 23 RANK 590 points	Under 21 Kata Male 31 RANK 490 points	U21 Kumite Male -67 kg 32 RANK 470 points

World Ranking (État au 26.12.2025)

Top 32
U16/U18

 DEMET ÖZDEMİR  Country: SWITZERLAND ID: SUI03111 Age: 16 Total Bouts: 36 Win Rate: 63.89%	 LUCAS ZECCA  Country: SWITZERLAND ID: SUI03114 Age: 16 Total Bouts: 40 Win Rate: 72.50%	 FATUMATA SANNEH  Country: SWITZERLAND ID: SUI004971 Age: 16 Total Bouts: 19 Win Rate: 84.21%	 PATRICK ALVES DA GLORIA  Country: SWITZERLAND ID: SUI003763 Age: 16 Total Bouts: 16 Win Rate: 62.50%	 SUSAN ALARI  Country: SWITZERLAND ID: SUI003344 Age: 15 Total Bouts: 13 Win Rate: 53.85%
Junior Kumite Female -48 kg 19 RANK 20 points	Junior Kumite Male -68 kg 20 RANK	Junior Kumite Female -59 kg 25 RANK 100 points	Junior Kumite Male -55 kg 25 RANK 460 points	Cadet Kumite Female 61+ kg 28 RANK 350 points

Rencontre des talents 3T Tenero



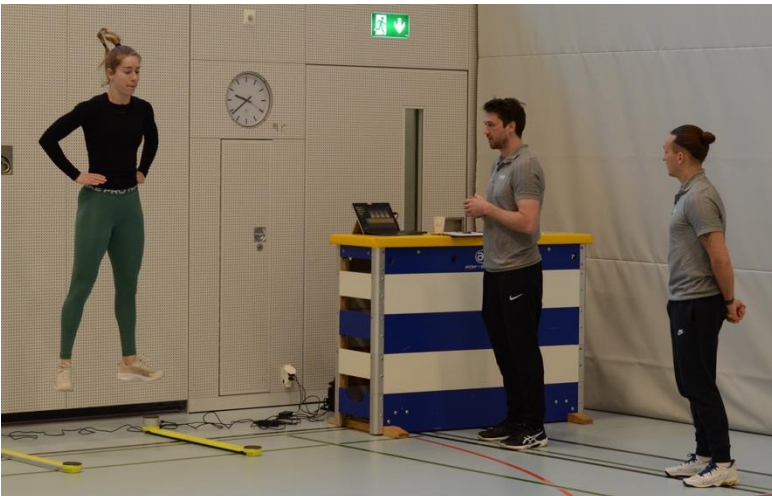
Rencontre des talents 3T Tenero



ER sport d'élite 2/25 – Steven Torres



Tests de performance de l'élite à Wettingen



Journée de détection de talents à Zuchwil (PISTE)



Un grand merci pour votre engagement exceptionnel !

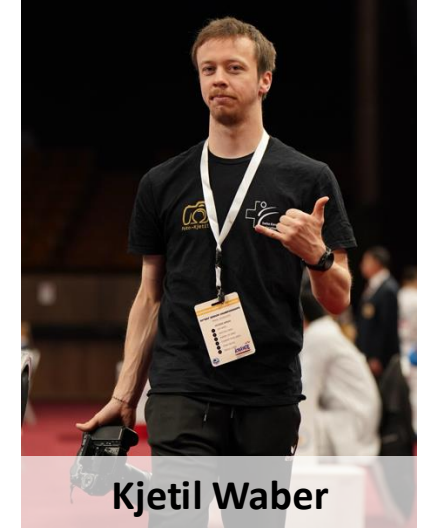


Table ronde

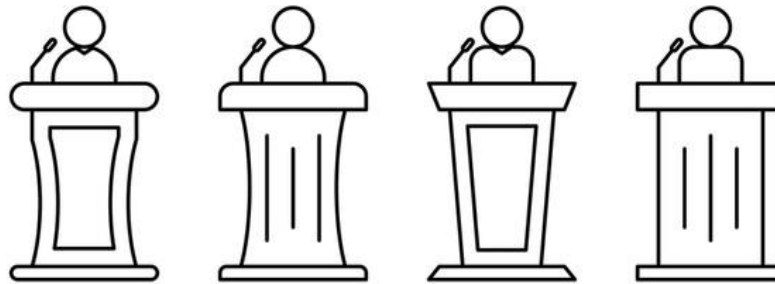
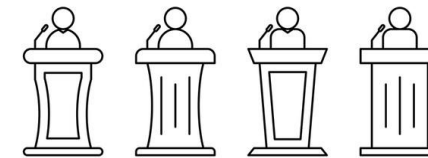


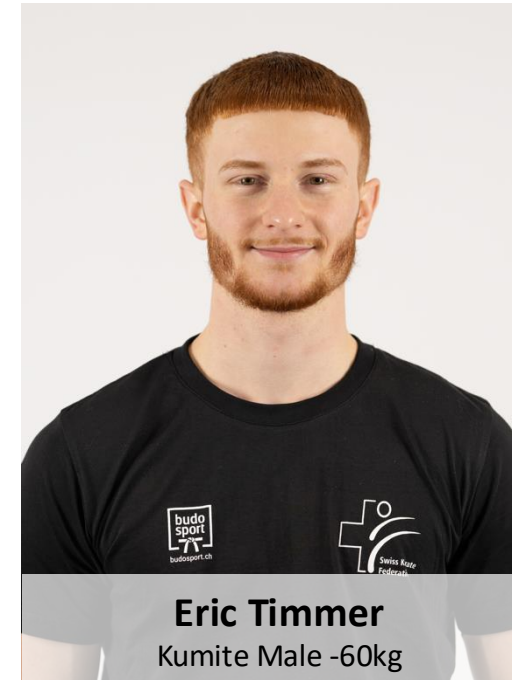
Table ronde



- 24 ans, membre de l'équipe depuis 2015
- 58 tournois EKF/WKF (48 élite)
- 🥉 European Games 2023
- 🥉 3x Bronze CE élite
- 🥉 CE U21 2022
- 🥈 2x CE U18
- 5. Place CM élite 2021



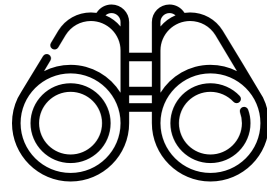
- 21 ans, membre de l'équipe depuis 2018
- 36 tournois EKF/WKF (14 élite)
- 5. Place CE U21 2025
- 🥇🥈 K1 Youth League U18 & U21
- 3x 9. Place K1 Series A



- 22 ans, membre de l'équipe depuis 2023
- 30 tournois EKF/WKF (17 élite)
- 5. Place CM U21 2024
- 9. Place K1 Series 2023

Perspectives 2026

Part 1



L'équipe d'encadrement

L'équipe d'encadrement

Secrétariat central du sport de compétition



Rahel de Virgala

Responsabilités :

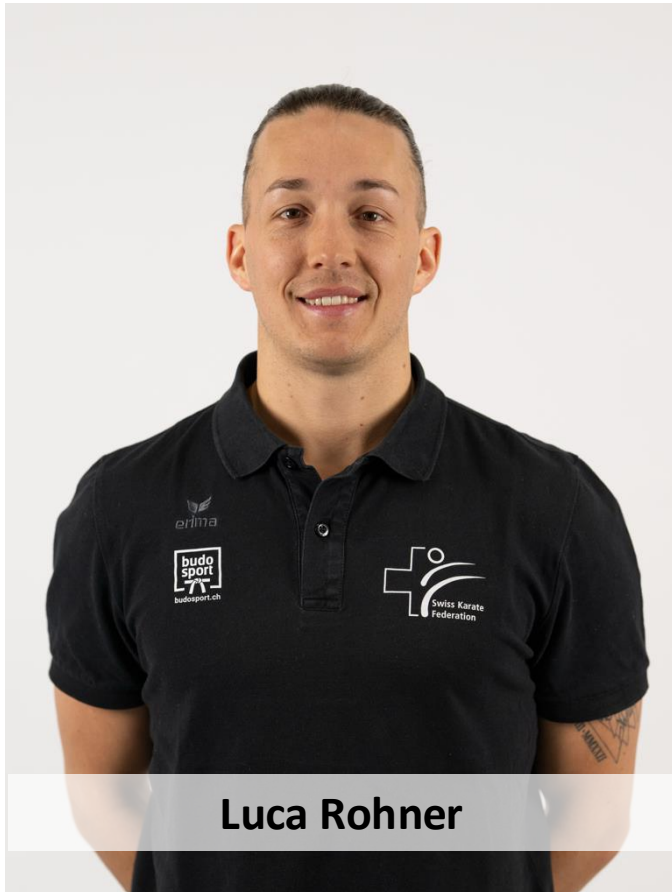
Organisation administrative et
coordination dans le domaine du
sport de compétition

E-Mail:

skf-leistungssport@karate.ch

L'équipe d'encadrement

Chef du sport de performance



Luca Rohner

Responsabilités :

Responsable général du domaine
du sport de performance

E-Mail:

luca.rohner@karate.ch

L'équipe d'encadrement

Chef de la relève



Responsabilités :

Responsable du domaine de la
relève en collaboration avec le chef
du sport de performance

E-Mail:

raphael.iseli@karate.ch

L'équipe d'encadrement

Entraîneur national Head-Coach Kumite



Dragan Leiler

Responsabilités :

- Responsable technique, développement conceptuel
- Coordination, planification et réalisation de l'entraînement Kumite
- Coaching lors des Championnats d'Europe et du Monde seniors et de la relève
- Coaching lors de la Karate1 Premier League
- Autres tâches conformément au cahier des charges

E-Mail:

dragan.leiler@karate.ch

L'équipe d'encadrement

Entraîneur national Kumite Elite/U21



Franco Pisino

Responsabilités :

- Planification et réalisation de l'entraînement Kumite
- Coaching lors des Championnats d'Europe et du Monde seniors et de la relève
- Coaching lors de la Karate1 Premier League
- Autres tâches conformément au cahier des charges

E-Mail:

franco.pisino@karate.ch

L'équipe d'encadrement

Entraîneur national Kumite U16/U18



Demian Seiler

Responsabilités :

- Planification et réalisation des entraînements U16/U18
- Coaching lors des CE Jeu/Jun/U21
- Coaching lors de la Karate1 Youth League
- Autres tâches selon le cahier des charges

E-Mail:

demian.seiler@karate.ch

L'équipe d'encadrement

Entraîneur national de Kata



Franco Sacristani

Responsabilités :

- Planification et réalisation de l'entraînement pour tous les niveaux de cadre
- Développement du cadre national Kata
- Coaching lors de tournois définis de la K1 Youth League et des CE/CM
- Autres tâches selon le cahier des charges

E-Mail:

franco.sacristani@karate.ch

L'équipe d'encadrement

Entraîneur assistant Kata



Yuki Ujihara

Tâches :

- Planification et réalisation des entraînements à tous les niveaux
- Coaching lors de CE/CM définis

L'équipe d'encadrement

Physiothérapeute



Saskia Seitz

Responsabilités :

- Physio-interventions CE/CM

E-Mail:

saskia.seitz@gmx.at

L'équipe d'encadrement

Scientifique du sport



Sandro Galli



Responsabilités :

- Développement de projets de sciences du sport en collaboration avec la SKF
- Réalisation de tests de performance d'élite

E-Mail:

info@personal-training.ch

L'équipe d'encadrement

Entraîneur mental



Rinaldo Manferdini

MENTAL DRIVE  **SPORTS
BUSINESS
SCHOOL**

Responsabilités :

- Formation des athlètes
- Interventions sur demande

E-Mail:

r.manferdini@mentaldrive.ch

L'équipe d'encadrement

Entraîneur mental



Tina Elisabeth Dyck

E-Mail:

t.dyck@mentaldrive.ch

Entraîneur mental



Michael Kaufmann

E-Mail:

m.kaufmann@mentaldrive.ch

Entraîneur mental



Thomas Reutimann

E-Mail:

t.reutimann@mentaldrive.ch

Entraîneur mental



**Roberta Antonini Philippe
(F/I)**

E-Mail:

Roberta.AntoniniPhilippe@unil.ch

L'équipe d'encadrement

Médecin de la fédération



Dr. med. René Zenhäusern



Responsabilités :

- Évaluations médicales
- Examen médico-sportif (EMS)
- Présence de tournois en Suisse

E-Mail:

zenhaeusern@rehazeno.ch

c.rosso@arthro.ch

Médecin adjoint de la fédération



Prof. Dr. med. Claudio Rosso



L'équipe d'encadrement

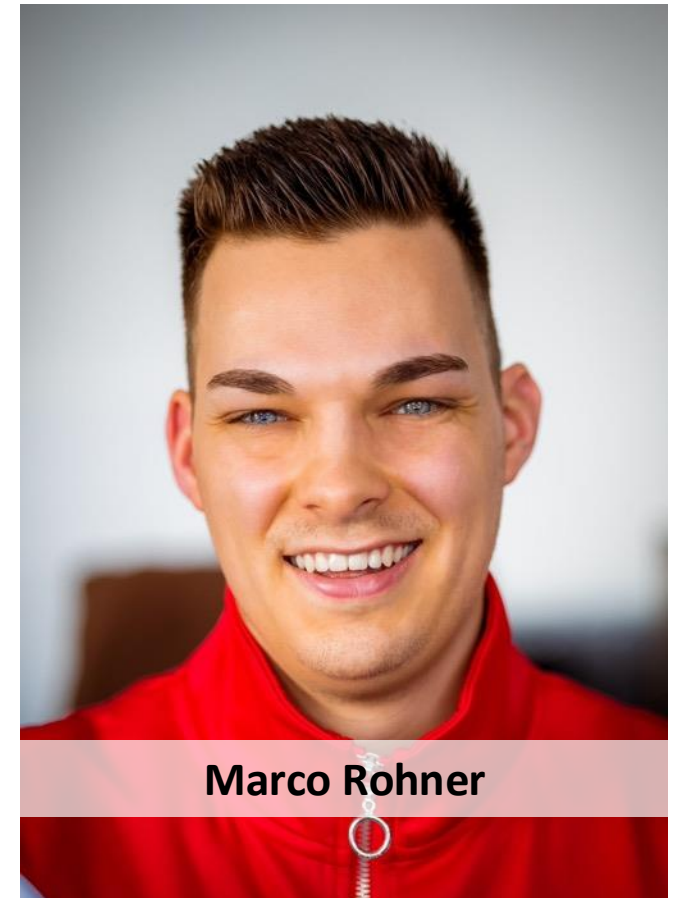
Photographes

Responsabilités :

- Production photo CE/CM



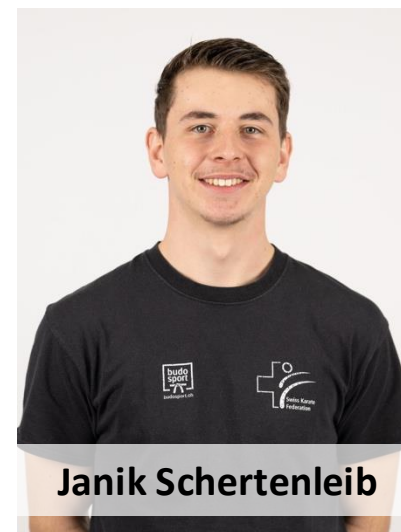
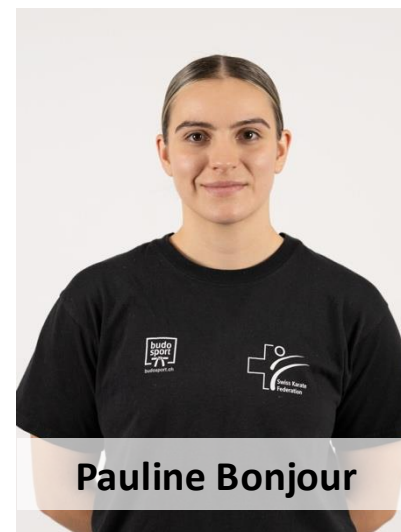
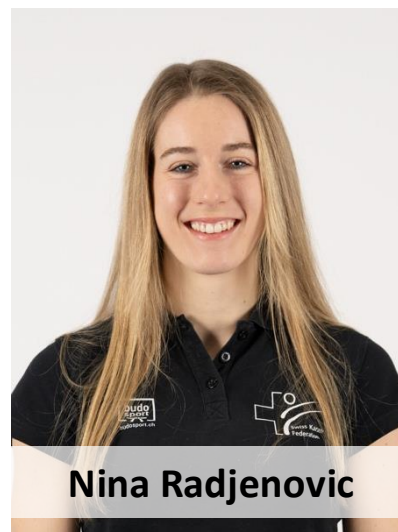
Kjetil Waber



Marco Rohner

L'équipe d'encadrement

Commission des athlètes → athletes@karate.ch



Tâches :

- Représenter les intérêts des athlètes
- Lien entre les athlètes et la fédération (Comité central/Commission d'éthique/Equipe dirigeante du sport de compétition)
- Conseiller la fédération en général pour le développement du sport de compétition et d'élite

Le cadre national



Le cadre national

Formation des cadres de la relève (Carte de talent nationale)

La formation des cadres dans le domaine de la relève (U16/U18/U21) se base sur le classement PISTE

➔ *Total 60 cartes : 48 kumite et 12 kata dans un rapport 50:50 m/f*

Si un membre du cadre n'atteint pas la limite pour la Talent Card nationale, il/elle peut être mis(e) en "save" pour l'année suivante.

Remarque : *les athlètes qui n'ont pas la nationalité suisse et qui n'ont pas entamé de procédure de naturalisation peuvent tout de même être admis dans l'équipe nationale s'ils remplissent les critères d'obtention d'une Talent Card nationale selon le classement PISTE. Dans ce cas, toutefois, l'admission se fait sans attribution effective de la carte.*

Le cadre national

Formation des cadres de l'élite (Carte d'élite)

Conditions préalables :

- Participation à un total d'au moins 4 compétitions internationales dans l'année en cours (au moins 1 tournoi WKF).
- Au moins **500 points U18 et/ou U21** ou bien **400 points Elite** au SKF-Ranking (tournois à points nationaux et internationaux, 12 mois avant la date de constitution de l'équipe)
- Respect du contrat d'athlète (obligation de s'entraîner, tenue d'un journal d'entraînement en ligne, etc.)

*Une/plusieurs de ces exigences ne sont pas remplies → Evaluation à la fin de l'année par le chef du sport d'élite et les coachs nationaux (exclusion du cadre ou statut "**save**" pour l'année suivante)*

Le cadre national

Formation des cadres Team-Kata

Les équipes Kata (U16/U18 & Elite) qui ont l'ambition de représenter la Suisse aux CE/CM à l'avenir peuvent déposer une demande écrite auprès du chef du sport de performance **jusqu'au 31 octobre de l'année concernée.**

→ Evaluation par le chef du sport de performance et les coachs nationaux, qui décident si l'équipe sera soutenue par la fédération l'année suivante.

Le cadre national

Swiss Olympic Cards Bronze, Argent, Or :



Critères :

- Potentiel pour atteindre le sommet mondial
- U21 CM Top 16
- ou U21 CE Top 12
- Premier tiers du classement
- Valable max. 4-6 ans



Critères :

- Classement CM 4-16
- ou classement CE 2-12
- Premier quart du classement
- Valable max. 2 ans



Critères :

- Classement CM 1-3
- ou classement CE 1
- Valable 1 an

→ Si les critères sont remplis, le CHSLP dépose une demande auprès de Swiss Olympic pour la nouvelle période d'attribution des cartes.

Le cadre national – Kata

KATA Elite 2026							
Name	Vorname	m/w	Geburtsdatum	Disziplin	Kader	SO Card	Bemerkung
BLASER	Elena	w	01.03.00	KATA - TEAM	Elite	Elite	Bestehend
BUCHSER	Anel	w	12.09.04	KATA	Elite	Elite	Bestehend
CODES	Julien	m	17.04.02	KATA - TEAM	Elite	Elite	Bestehend
MARK	Melinda	w	25.02.95	KATA - TEAM	Elite	Elite	Bestehend
MORENO DOMONT	Matias	m	23.04.02	KATA	Elite	Elite	Bestehend / Status Save (Einzel)
PETRONE	Leandro	m	08.03.05	KATA	Elite	Elite	Bestehend
SCHEDEL	Keni	m	16.11.04	KATA	Elite	Elite	Bestehend
SUTER	Anina	w	12.09.03	KATA - TEAM	Elite	Elite	neu nur Team
TSCHANZ	Olivia	w	13.01.05	KATA	Elite	Elite	Bestehend / Status Save
UJIHARA	Yuki	m	13.01.01	KATA	Elite	Elite	Bestehend

KATA U21 2026							
Name	Vorname	m/w	Geburtsdatum	Disziplin	Kader	SO Card	Bemerkung
MISCHLER	Kevin	m	16.08.07	KATA	U21/Elite	Elite	Bestehend / neu Elite
RITZ	Lila	w	03.04.08	KATA	U21/Elite	Elite	Bestehend / neu Elite
CAJÖRI	Milo	m	19.05.08	KATA	U21	National	Bestehend / Status Save
SCHEDEL	Nolan	m	14.04.08	KATA	U21	National	Bestehend

Le cadre national – Kata

KATA U18 2026

Name	Vorname	m/w	Geburtsdatum	Disziplin	Kader	SO Card	Bemerkung
DOS SANTOS	Samuel	m	20.01.09	KATA	U18	National	Bestehend
GOLUBOVIĆ	Inija	w	06.12.10	KATA	U18	National	neu
LIMACHER	Ramon	m	09.07.10	KATA	U18	National	Bestehend
RITZ	Maia	w	04.03.10	KATA	U18	National	Bestehend
SCHDEL	Kaena	w	23.09.10	KATA	U18	National	Bestehend

KATA U16 2026

Name	Vorname	m/w	Geburtsdatum	Disziplin	Kader	SO Card	Bemerkung
ISEPPI	Nevio	m	24.07.11	KATA	U16	National	Bestehend
PRESTON RICO	Isla	w	27.03.13	KATA	U16	National	neu
SIGILLÒ	Anastasia	w	31.03.11	KATA	U16	National	Bestehend
VOGLER	Ryu	m	13.12.13	KATA	U16	National	neu

Le cadre national – Kata

KATA U18 2026							
Name	Vorname	m/w	Geburtsdatum	Disziplin	Kader	SO Card	Bemerkung
DOS SANTOS	Samuel	m	20.01.09	KATA	U18	National	Bestehend
GOLUBOVIĆ	Inija					National	neu
LIMACHER	Ramon					National	Bestehend
RITZ	Maia					National	Bestehend
SCHEDL	Kaena					National	Bestehend
Présentation des nouveaux membres du cadre : - Nom, Prénom - Dojo/ entraîneur personnel - Entraîneur du point de soutien - Mes modèles en karaté - Ma vision au sein du cadre national							
Name	Vorname					SO Card	Bemerkung
ISEPPI	Nevio					National	Bestehend
PRESTON RICO	Isla					National	neu
SIGILLÒ	Anastasia	w	31.03.11	KATA	U16	National	Bestehend
VOGLER	Ryu	m	13.12.13	KATA	U16	National	neu

Le cadre national – Kumite

KUMITE Elite 2026							
Name	Vorname	m/w	Geburtsdatum	Disziplin	Kader	SO Card	Bemerkung
BONJOUR	Pauline	w	01.05.99	KUMITE	Elite	Elite	Bestehend
BONNY	Shania	w	11.04.06	KUMITE	Elite	Elite	Bestehend
BOSSHARD	Lea	w	27.05.04	KUMITE	Elite	Elite	Bestehend
CARNEIRO	Fabienne	w	20.01.97	KUMITE	Elite	Elite	Bestehend / Status Save
DI GIOIA	Raffaele	m	14.06.00	KUMITE	Elite	Elite	Bestehend
DI GIOIA	Gabriele	m	27.05.04	KUMITE	Elite	Elite	Bestehend / Status Save
JOST	Ruben	m	28.06.05	KUMITE	Elite	Elite	Bestehend
LORENZ	Swan	m	31.10.06	KUMITE	Elite	Elite	Wiedereintritt
QUIRICI	Elena	w	16.02.94	KUMITE	Elite	Elite	Bestehend
RADJENOVIC	Nina	w	24.08.98	KUMITE	Elite	Elite	Bestehend
SCHÄRER	Maya	w	22.03.98	KUMITE	Elite	Elite	Bestehend
SPARER	Nico	m	23.09.03	KUMITE	Elite	Elite	Bestehend
TIMMER	Eric	m	09.11.03	KUMITE	Elite	Elite	Bestehend
TORRES	Steven	m	02.08.06	KUMITE	Elite	Elite	Bestehend
WYSSBROD	Selin	w	28.11.06	KUMITE	Elite	Elite	Bestehend

Le cadre national – Kumite

KUMITE U21 2026							
Name	Vorname	m/w	Geburtsdatum	Disziplin	Kader	SO Card	Bemerkung
BANDELIER	Mathis	m	22.08.07	KUMITE	U21/Elite	Elite	Bestehend / neu Elite
BÜRKI	Danicha	w	18.09.07	KUMITE	U21/Elite	Elite	Bestehend / neu Elite
GUYE	Nina	w	31.08.07	KUMITE	U21/Elite	Elite	Bestehend / neu Elite
KABASHI	Elson Jason	m	28.09.07	KUMITE	U21/Elite	Elite	Bestehend / neu Elite
PEDRO	Théo	m	20.11.07	KUMITE	U21/Elite	Elite	Bestehend / neu Elite
STREIT	Kim	w	26.01.07	KUMITE	U21/Elite	Elite	Bestehend / neu Elite
TSCHARNER	Loan	m	07.04.07	KUMITE	U21/Elite	Elite	Bestehend / neu Elite
BUHURCU	Jiyan	m	17.02.08	KUMITE	U21	National	Bestehend
KARLEN	Théo	m	08.02.08	KUMITE	U21	National	Bestehend
LÜTHI	Moritz	m	15.12.08	KUMITE	U21	National	Bestehend
REDZIC	Esma	w	18.12.08	KUMITE	U21	National	Bestehend
SIEBER	Elija	m	13.06.08	KUMITE	U21	National	Bestehend / Status Save
SOLAZZO	Ilario	m	25.12.05	KUMITE	U21	National	neu
SOLAZZO	Diamante	w	21.02.08	KUMITE	U21	National	neu
WENGER	Levin	m	13.02.08	KUMITE	U21	National	Bestehend / Status Save

Le cadre national – Kumite

KUMITE U21 2026							
Name	Vorname	m/w	Geburtsdatum	Disziplin	Kader	SO Card	Bemerkung
BANDELIER	Mathis	m	22.08.07	KUMITE	U21/Elite	Elite	Bestehend / neu Elite
BÜRKI	Danicha	w	18.09.07	KUMITE	U21/Elite	Elite	Bestehend / neu Elite
GUYE	Nina					Elite	Bestehend / neu Elite
KABASHI	Elson Jason					Elite	Bestehend / neu Elite
PEDRO	Théo					Elite	Bestehend / neu Elite
STREIT	Kim					Elite	Bestehend / neu Elite
TSCHARNER	Loan					Elite	Bestehend / neu Elite
BUHURCU	Jiyan					National	Bestehend
KARLEN	Théo					National	Bestehend
LÜTHI	Moritz					National	Bestehend
REDZIC	Esma					National	Bestehend
SIEBER	Elija					National	Bestehend / Status Save
SOLAZZO	Ilario	m	25.12.05	KUMITE	U21	National	neu
SOLAZZO	Diamante	w	21.02.08	KUMITE	U21	National	neu
WENGER	Levin	m	13.02.08	KUMITE	U21	National	Bestehend / Status Save

Présentation des nouveaux membres du cadre :

- Nom, Prénom
- Dojo/ entraîneur personnel
- Entraîneur du point de soutien
- Mes modèles en karaté
- Ma vision au sein du cadre national

Le cadre national – Kumite

KUMITE U18 2026							
Name	Vorname	m/w	Geburtsdatum	Disziplin	Kader	SO Card	Bemerkung
ALARI	Susan	w	25.01.10	KUMITE	U18	National	Bestehend
ALVES DA GLORIA	Patrick	m	27.02.09	KUMITE	U18	National	Bestehend
ARIFAGIC	Almina	w	17.11.09	KUMITE	U18	National	Bestehend
BAUMGARTNER	Cebrail	m	13.05.10	KUMITE	U18	National	Bestehend / Status Save
DUMITRAS	Pia	w	24.07.09	KUMITE	U18	National	Bestehend
HERMENIER	Norah	w	11.07.09	KUMITE	U18	National	neu
LÜTHY	Corsin Dion	m	16.04.10	KUMITE	U18	National	Bestehend
MATEUS GOMES	Leonardo	m	28.05.10	KUMITE	U18	National	neu
MÜHLEMANN	Noemi Emma	w	09.08.09	KUMITE	U18	National	neu
MUSA	Lorian	m	17.09.10	KUMITE	U18	National	Bestehend
NÄF	Sylvie	w	18.06.10	KUMITE	U18	National	Bestehend / Status Save
OYMAK	Almina	w	22.02.10	KUMITE	U18	National	Bestehend
ÖZDEMİR	Demet	w	02.10.09	KUMITE	U18	National	Bestehend
PATRICIO--CLÉMONT	Johan	m	18.08.09	KUMITE	U18	National	Bestehend / Status Save
SANNEH	Fatumata	w	12.08.09	KUMITE	U18	National	Bestehend
SOLIARYK	Platon	m	03.12.09	KUMITE	U18	National	Bestehend
STREIT	Mila	w	21.06.09	KUMITE	U18	National	Bestehend / Status Save
TSCHARNER	Anais	w	27.03.09	KUMITE	U18	National	Bestehend / Status Save
ZECCA	Lucas	m	01.12.09	KUMITE	U18	National	Bestehend

Le cadre national – Kumite

KUMITE U18 2026							
Name	Vorname	m/w	Geburtsdatum	Disziplin	Kader	SO Card	Bemerkung
ALARI	Susan	w	25.01.10	KUMITE	U18	National	Bestehend
ALVES DA GLORIA	Patrick	m	27.02.09	KUMITE	U18	National	Bestehend
ARIFAGIC	Almina	w	17.11.09	KUMITE	U18	National	Bestehend
BAUMGARTNER	Cebrail					National	Bestehend / Status Save
DUMITRAS	Pia					National	Bestehend
HERMENIER	Norah					National	neu
LÜTHY	Corsin Dion					National	Bestehend
MATEUS GOMES	Leonardo					National	neu
MÜHLEMANN	Noemi Emma					National	neu
MUSA	Lorian					National	Bestehend
NÄF	Sylvie					National	Bestehend / Status Save
OYMAK	Almina					National	Bestehend
ÖZDEMİR	Demet					National	Bestehend
PATRICIO--CLÉMONT	Johan	m	18.08.09	KUMITE	U18	National	Bestehend / Status Save
SANNEH	Fatumata	w	12.08.09	KUMITE	U18	National	Bestehend
SOLIARYK	Platon	m	03.12.09	KUMITE	U18	National	Bestehend
STREIT	Mila	w	21.06.09	KUMITE	U18	National	Bestehend / Status Save
TSCHARNER	Anais	w	27.03.09	KUMITE	U18	National	Bestehend / Status Save
ZECCA	Lucas	m	01.12.09	KUMITE	U18	National	Bestehend

Présentation des nouveaux membres du cadre :

- Nom, Prénom
- Dojo/ entraîneur personnel
- Entraîneur du point de soutien
- Mes modèles en karaté
- Ma vision au sein du cadre national

Le cadre national – Kumite

KUMITE U16 2026							
Name	Vorname	m/w	Geburtsdatum	Disziplin	Kader	SO Card	Bemerkung
AREGGER	Leila	w	26.10.12	KUMITE	U16	National	neu
BATTISTEL	Florin	m	04.04.11	KUMITE	U16	National	Bestehend / Status Save
CARVALHO PEREIRA	Rafael	m	30.10.12	KUMITE	U16	National	Bestehend / Status Save
GNÄGI	Naya	w	25.11.11	KUMITE	U16	National	Bestehend / Status Save
HACHEM	Elie	m	17.06.12	KUMITE	U16	National	neu
HÜGLI	Elena	w	16.09.12	KUMITE	U16	National	Bestehend
KÜHL	Bjarne	m	28.10.11	KUMITE	U16	National	Bestehend
MARANO	Nerea Mey	w	08.12.13	KUMITE	U16	National	neu
PACE	Gioia	w	16.08.12	KUMITE	U16	National	Bestehend
PAYZINER	Asya	w	12.09.13	KUMITE	U16	National	neu
SCHWERZMANN	Mona	w	22.11.13	KUMITE	U16	National	neu
SISSOKHO	Aissata	w	24.12.13	KUMITE	U16	National	neu
SIVARASALINGAM	Laarushan	m	03.08.11	KUMITE	U16	National	neu
TARTAGLIONE	Roméo	m	12.12.11	KUMITE	U16	National	Bestehend / Status Save
TIEFENAUER	Jonathan	m	11.01.12	KUMITE	U16	National	Bestehend
VUIONG	Yven	m	09.11.13	KUMITE	U16	National	neu
VUONG	Levin	m	05.03.11	KUMITE	U16	National	Bestehend / Status Save
WÄCHTER	Felicia	w	20.06.11	KUMITE	U16	National	Bestehend / Status Save
WIDMER	Alisha	w	20.06.11	KUMITE	U16	National	Bestehend / Status Save

Le cadre national – Kumite

KUMITE U16 2026							
Name	Vorname	m/w	Geburtsdatum	Disziplin	Kader	SO Card	Bemerkung
AREGGER	Leila	w	26.10.12	KUMITE	U16	National	neu
BATTISTEL	Florin	m	04.04.11	KUMITE	U16	National	Bestehend / Status Save
CARVALHO PEREIRA	Rafael	m	30.10.12	KUMITE	U16	National	Bestehend / Status Save
GNÄGI	Naya	Présentation des nouveaux membres du cadre : - Nom, Prénom - Dojo/ entraîneur personnel - Entraîneur du point de soutien - Mes modèles en karaté - Ma vision au sein du cadre national				National	Bestehend / Status Save
HACHEM	Elie					National	neu
HÜGLI	Elena					National	Bestehend
KÜHL	Bjarne					National	Bestehend
MARANO	Nerea Mey					National	neu
PACE	Gioia					National	Bestehend
PAYZINER	Asya					National	neu
SCHWERZMANN	Mona					National	neu
SISSOKHO	Aissata					National	neu
SIVARASALINGAM	Laarushan					National	neu
TARTAGLIONE	Roméo	m	12.12.11	KUMITE	U16	National	Bestehend / Status Save
TIEFENAUER	Jonathan	m	11.01.12	KUMITE	U16	National	Bestehend
VUIONG	Yven	m	09.11.13	KUMITE	U16	National	neu
VUONG	Levin	m	05.03.11	KUMITE	U16	National	Bestehend / Status Save
WÄCHTER	Felicia	w	20.06.11	KUMITE	U16	National	Bestehend / Status Save
WIDMER	Alisha	w	20.06.11	KUMITE	U16	National	Bestehend / Status Save

Le cadre national - Pool de promotion

- **Condition préalable → Top-100 du WKF Seniors Ranking au 18 décembre 2025**
- Subdivisé ensuite en :
 - Pool de promotion A (Top-32)
 - Pool de promotion B (Top-64)
 - Pool de promotion C (Top-100)
- Les athlètes du pool de promotion seront **soutenus financièrement** par la SKF en 2026 **lors des des tournois K1 Premier League et du Karate1 Series A.**
- Soutien assuré jusqu'à fin 2026 (ou jusqu'à ce que le montant soit épuisé), à condition que le contrat des athlètes soit respecté.
- Le montant financier diminue du "pool de promotion A" au "pool de promotion C"
- Le budget 2026 pour ces athlètes sera envoyé prochainement
- «*Mastery*» → soutien supplémentaire (conditions cadres individuelles)

Obligation de rapport pour les tournois K1 Premier League et Series A !
Procédure et formulaire à suivre par e-mail

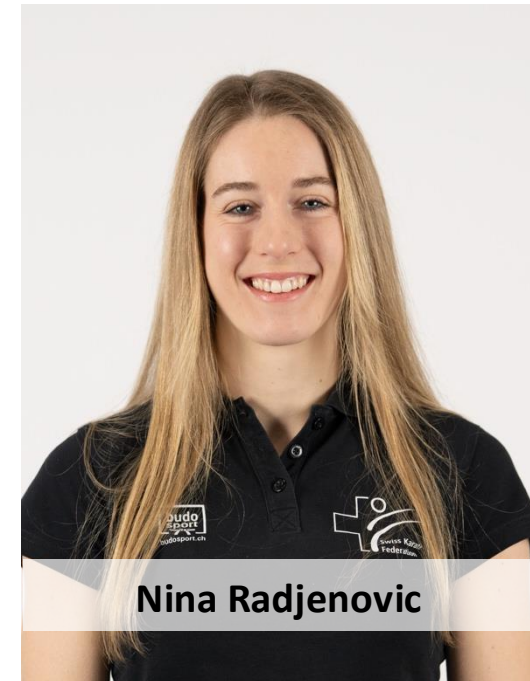
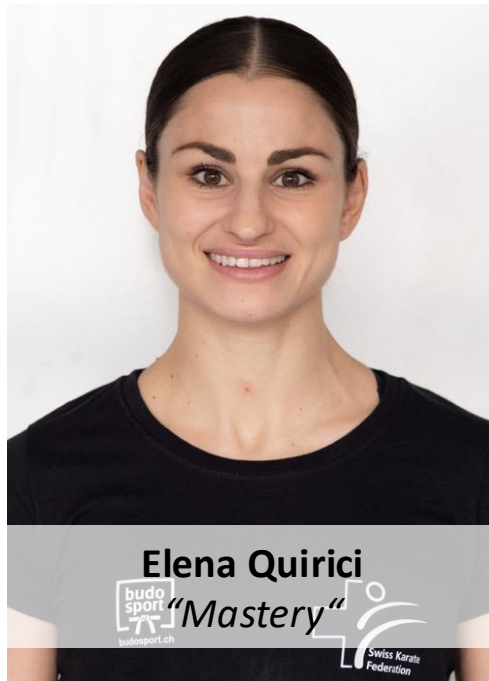
Le cadre national – NOUVEAU pool de promotion de la relève

- **Condition préalable à un résultat dans le top 5 aux Championnats d'Europe/du monde JJU21 = pool de la relève pour l'année suivante**
- Les athlètes du pool de promotion seront **soutenus financièrement** par la SKF en 2026 **lors des tournois K1 Youth League, K1 Premier League et K1 Series A.** .
- Soutien assuré jusqu'à fin 2026 (ou jusqu'à ce que le montant soit épuisé), à condition que le contrat des athlètes soit respecté.
- Le budget 2026 pour ces athlètes sera envoyé prochainement

Rapportpflicht für K1 Youth League, Premier League und Series A Turniere!
Prozedere und Vorlage folgt per E-Mail

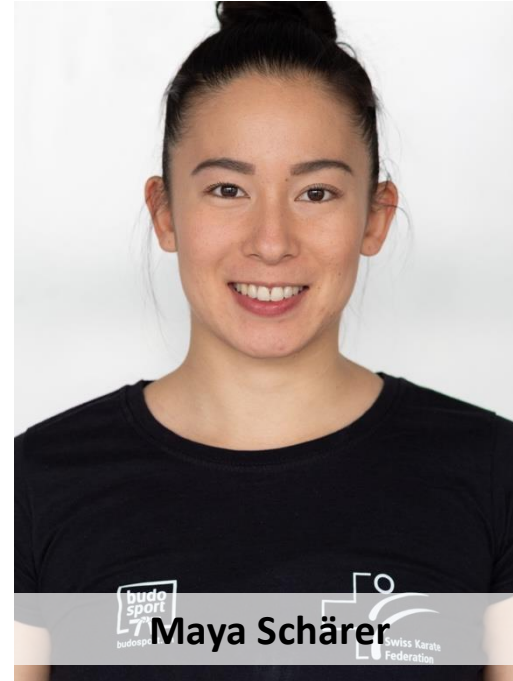
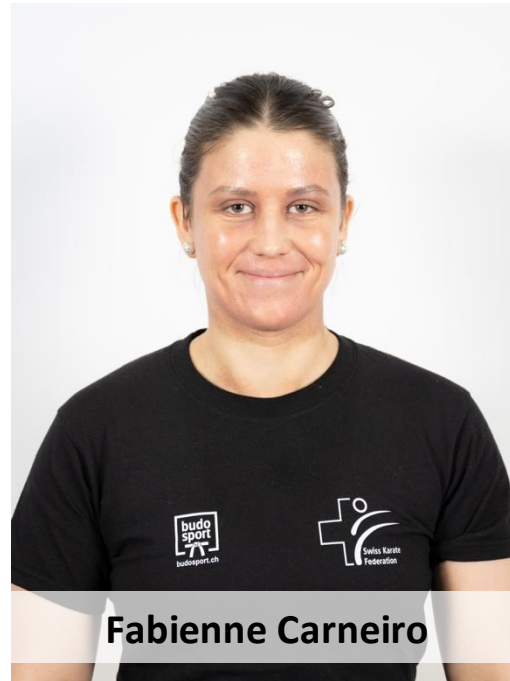
Le cadre national - Pool de promotion élite

Pool de promotion A:



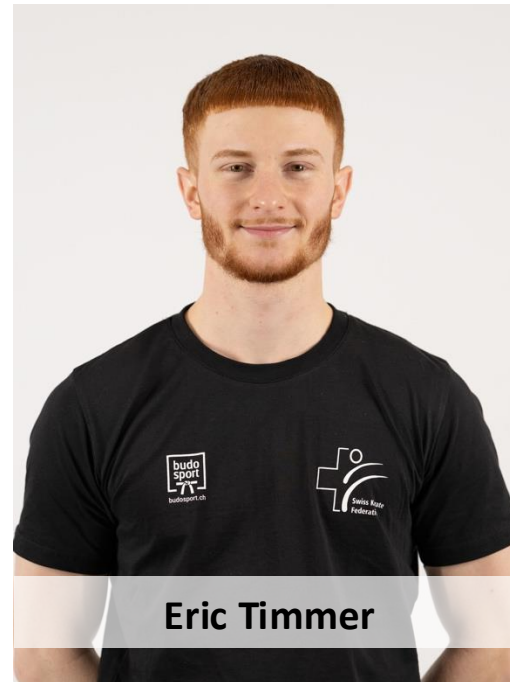
Le cadre national - Pool de promotion élite

Pool de promotion B:



Le cadre national - Pool de promotion élite

Pool de promotion C:



Le cadre national – Pool de promotion de la relève

Pool de promotion de la relève :



Elson Jason Kabashi

Le cadre national – Départs en 2025

Départs 2025					
Name	Vorname	m/w	Geburtsdatum	Disziplin	Kader
BURRI	Liliane	w	10.11.05	KUMITE	Elite
CALUORI	Svenja	w	22.12.06	KUMITE	Elite
CAMPELL	Larissa	w	22.02.09	KATA	U18
DUPERREX	Oksana	w	01.11.05	KUMITE	Elite
EISELT	Zoe	w	07.01.08	KATA	U21
FLEISCHMANN	Alany	w	15.11.08	KUMITE	U21
FRISCHKNECHT	Jessica	w	16.01.10	KUMITE	U18
GERBER	Yara	w	04.05.09	KUMITE	U18
HUBER	Lea	w	21.10.04	KUMITE	Elite
KABASHI	John	m	15.03.05	KUMITE	Elite
LATSIS	Spiro	m	11.05.07	KATA	U21
MINANO	Lanyfer	w	26.01.04	KATA	Elite
PELLADONI	Gina	w	12.09.06	KATA	Elite
SANARICA	Niccolo	m	31.07.06	KUMITE	Elite
SCHERTENLEIB	Lars Noah	m	26.10.03	KATA	Elite
SCHERTENLEIB	Janik Timo	m	18.09.05	KATA	Elite
STEINER	Solène	w	17.03.12	KUMITE	U16
TAWFIK	Salim	m	20.07.96	KUMITE	Elite
VRANJES	Andrej	m	10.01.06	KUMITE	Elite



Equipement SKF cadre national *Informations « 2026 »*



Online
Budosport.ch

Email
info@budosport.ch

Call
+41 31 371 11 51

Come by
Worbstrasse 201
3073 Gümligen



#WeAreProudToSupportYourDreams

Budo-Sport AG est le fier fournisseur de l'équipe nationale suisse de karaté.

Information:

- Toute la collection SKF ERIMA peut être commandée par tout le monde (même par les non-cadres)
- La ligne Liga Star sera maintenue jusqu'à l'été
- Nous définirons une nouvelle ligne avec la fédération à l'été 2026. Cela concernera probablement les vestes d'entraîneur, nous conserverons le reste dans la mesure du possible.

Sur les prochaines diapositives, nous vous présentons les détails du sponsoring et la « collection SKF ERIMA ».

Sponsoring annuel aux athlètes

Nouveaux athlètes du cadre

Tous **les nouveaux athlètes** du cadre reçoivent, lors de la réunion de lancement en janvier, **un bon** pour un **Kumite-Gi ou Kata-Gi TOKAIDO** de leur choix.

Toutes les nouvelles inscriptions reçoivent un mail de Budo-Sport AG avec les informations nécessaires pour le processus de commande.

Athlètes sélectionnés Championnats d'Europe / du monde

Les athlètes reçoivent chaque année pour la **1ère sélection** un bon d'achat de marchandises d'une valeur brute de **CHF 750.00**

Les athlètes reçoivent chaque année pour la **2e sélection** un bon d'achat de marchandises d'une valeur brute de **CHF 400.00**

Le bon d'achat doit obligatoirement être utilisé pour acheter la tenue d'équipe SKF (survêtement, t-shirt) ainsi que les articles nécessaires pour la compétition de la marque TOKAIDO. En dehors de cela, les athlètes peuvent choisir des articles dans l'ensemble de la gamme Budo-Sport AG.

Une fois la sélection pour les CE/CM effectuée, les athlètes reçoivent un e-mail contenant les informations nécessaires au processus de commande.

Réductions pour tous les athlètes

- Tous les athlètes du cadre, les fonctionnaires SKF et les arbitres bénéficient de rabais sur l'assortiment de Budo-Sport AG.
- Voici les principales marques et leurs réductions

Conditions spéciales pour tous les athlètes, fonctionnaires SKF et arbitres

	30%
	30%
	20%
	20%
	30%
	10%

Collection SKF ERIMA 2024 – 2026

« Veste de survêtement »



N° d'art. : E1032319SKF

Collection SKF ERIMA 2024 – 2026

« Sweat à capuche »



N° d'art. : E1032326SKF

Collection SKF ERIMA 2024 – 2026

« Pantalon de survêtement avec empiècement au mollet 2.0 »



Pas
d'impression



N° d'art. : 3100704SKF

Collection SKF ERIMA 2024 – 2026

« Short d'entraînement UNISEX »



Pas
d'impression



N° d'art. : E3151805SKF

Collection SKF 2024 – 2026

« T-Shirt »



N° d'art. : H10127

Collection SKF ERIMA 2024 – 2026

« Polo »



N° d'art. hommes : E211330SKF

N° d'art. femmes : E211350SKF

Collection SKF ERIMA 2024 – 2026

« Sacs »

Sac à roulettes SKF (Travel Line avec compartiment inférieur)

(N° d'art. E7232504SKF)



Impression sur le couvercle

Sac de sport

(N° d'art. E7232301SKF)



Sac à roulettes SKF

(N° d'art. E7232503SKF)



Impression sur le couvercle

Sac à dos

(N° d'art. E7232317SKF)



Collection SKF ERIMA 2024 – 2026

« Vestes » (sans l'impression « SUISSE »)



CMPT Puffer Jacket

N° d'art. hommes : E2062420SKF-E

N° d'art. femmes : E2062406SKF-E



Premia Parka

N° d'art. hommes : E2062410SKF-E

N° d'art. femmes : E2062412SKF-E

Cycles de commande

Pour les textiles ERIMA

- Nous n'avons pas de vêtements et de sacs ERIMA en stock.
- Les dates des cycles de commande correspondent à celles des championnats d'Europe et du monde.
- Bien entendu, les autres marques (Tokaido, HIKU, etc.) peuvent être commandées à tout moment de l'année.
- Les cycles de commande sont publiés sur www.budosport.ch dans les articles de la Swiss Karate Federation (SKF).
- De plus, il existe désormais un cycle directement après la réunion de lancement. Les commandes qui nous parviennent jusqu'au **01.02.2026** seront livrées **Mi-mars 2026**.



SKF Trainingsjacke mit Kapuze (ERIMA Liga Star)

CHF 53.00 inkl. MwSt.

Offizielle Trainingsjacke mit Kapuze des Schweizerischen Karate Nationalkaders (SKF)

ACHTUNG: Per Mai 2024 musste auf ein neues Modell gewechselt werden (ERIMA Liga Star) da ERIMA die bisherige Kapuzen-Sweatjacke aus dem Sortiment genommen hat.

Material: 100% Polyester

Grössen

Kinder: 116 - 164

Erwachsene: S - XXL

Diese Linie ist unisex geschnitten, es gibt keine Damengrössen.

Bestell-Zyklen 2025

Zyklus November 2025

Bestellung: bis 29. November 2025

Auslieferung: Mitte Januar 2026

Bestell-Zyklen 2026

Zyklus Kick-off

Bestellung: bis 01. Februar 2026

Auslieferung: Mitte März 2026

Zyklus März 2026

Bestellung: bis 19. März 2026

Auslieferung: Mitte Mai 2026



Kick-Off
2026



We are proud to support your dreams

Droits/obligations des athlètes concernant le sponsoring

Droits/obligations des athlètes concernant le sponsoring

- **Le survêtement SKF doit être porté** par tous les membres du cadre **lors de tous les tournois internationaux à points**.
- Il est obligatoire de porter le survêtement SKF lors des entraînements des cadres SKF (pas de survêtement de club autorisé).
- Les sportifs équipés (participants aux CE/CM) sont tenus de se présenter aux entraînements des cadres et aux tournois à points avec le matériel de compétition reçu du sponsor.
- Le survêtement SKF ne peut PAS être porté lors des tournois de la Swiss Karate League et lors des CS SKF !

SKF partenaires

SKF partenaire – cornercard



The advertisement features a black background with the 'cornercard' logo at the top. Below it, the text 'DIE CORNĒRCARD SKF KREDIT- UND PREPAIDKARTEN.' is displayed in white. A QR code is positioned to the left of the text 'Mehr Informationen: karate.ch/cornercard'. A photograph of a male karateka in a white gi with a blue belt is shown in the lower half. A red circular badge in the bottom left corner of the photo reads '0,5% CASHBACK FÜR KREDIT-KARTE'. A small 'e' logo is in the bottom left corner of the ad.

Cornercard fait un don à la Swiss Karate Federation :

- ✓ CHF 30.- pour chaque nouvelle carte de crédit émise et renouvelée
- ✓ CHF 5.- pour chaque nouvelle carte prépayée émise et renouvelée.
- ✓ Swiss Karate Federation reçoit 0,10 % du chiffre d'affaires total des cartes.

Exemple : sur 13'000 membres, 1'300 membres ont une carte de crédit et l'utilisent pour un chiffre d'affaires annuel de CHF 5'000.

SKF reçoit :

CHF 39'000.- de commission sur les cartes

CHF 6'500.- de participation au chiffre d'affaires par an

SKF partenaire – Athletes Network

Athletes Network

FOR ATHLETES BY ATHLETES

WHY ATHLETES NETWORK?

ADHÉSION POUR LES ATHLÈTES

Nous sommes le réseau suisse pour les athlètes actifs et anciens. Jobs, formations et réseautage : tout est réuni pour garantir une carrière réussie pendant et après la vie sportive. **L'adhésion est gratuite pour les athlètes actifs et anciens.**

En tant que membre d'Athletes Network, vous bénéficiez des avantages suivants :

EMPLOIS

Nos entreprises partenaires proposent des postes flexibles à temps plein et partiel, adaptés à une carrière sportive. Elles offrent également des stages attractifs et des opportunités d'entrée pour relancer votre carrière après le sport.

PRESENTATIONS

Nos partenaires s'intéressent à votre histoire et souhaitent s'en inspirer pour leur entreprise. Vos interventions sont rémunérées.



RÉSEAU

Lors des **Athletes Days**, vous avez l'opportunité de rencontrer, dans une ambiance détendue, les recruteurs de nos entreprises partenaires. Vous pourrez également échanger avec d'autres athlètes et enrichir votre réseau.

Lors du **Job & Education Fair**, les athlètes ont la possibilité d'échanger directement avec les décideurs de nos entreprises partenaires et ainsi de tracer la voie pour leurs prochaines étapes de carrière.

FORMATION CONTINUE

Nous collaborons avec des partenaires éducatifs qui proposent des formations flexibles et accessibles à distance. En tant que membre, vous bénéficiez de réductions exclusives et de bourses spéciales pour athlètes.

COMPTE PERSONNEL

Vous avez accès à un compte personnel où vous pouvez préciser vos centres d'intérêt et recevoir uniquement des informations pertinentes.

COACHINGS:

Pour vous préparer au mieux au monde professionnel, développer votre réseau ou perfectionner vos compétences pour des interventions, nous proposons divers coachings. Si votre club ou fédération est partenaire, vous bénéficiez de 20 % de réduction sur tous les coachings.

Athletes Network, Av. Édouard Dapples 34A, 1006 Lausanne, danilo@athletes-network.com

SKF partenaire –



À propos de Nutriathletic® – Swiss Performance Nutrition

Marque suisse indépendante spécialisée dans la nutrition sportive, basée à Einsiedeln. Toutes les recettes sont élaborées à partir des dernières découvertes en matière de sciences du sport et développées en étroite collaboration avec des athlètes.

Qu'est-ce qui caractérise Nutriathletic ?

- **Qualité supérieure** : production exclusivement en Suisse, avec des matières premières de haute qualité
- **La science au cœur** : développement basé sur des données, testé et optimisé en permanence
- **Confiance dans le sport de haut niveau** : partenaire nutritionnel d'équipes et d'athlètes de renom (FC Bâle, Wendy Holdener, Ryan Regez, etc.)

Mission : une alimentation honnête et fonctionnelle pour l'entraînement et la compétition

**En tant que membre de l'équipe nationale,
tu bénéficies d'une réduction de 30 % au [Store](#).
Un sondage d'intérêt suivra.**

Des questions jusqu'ici ?



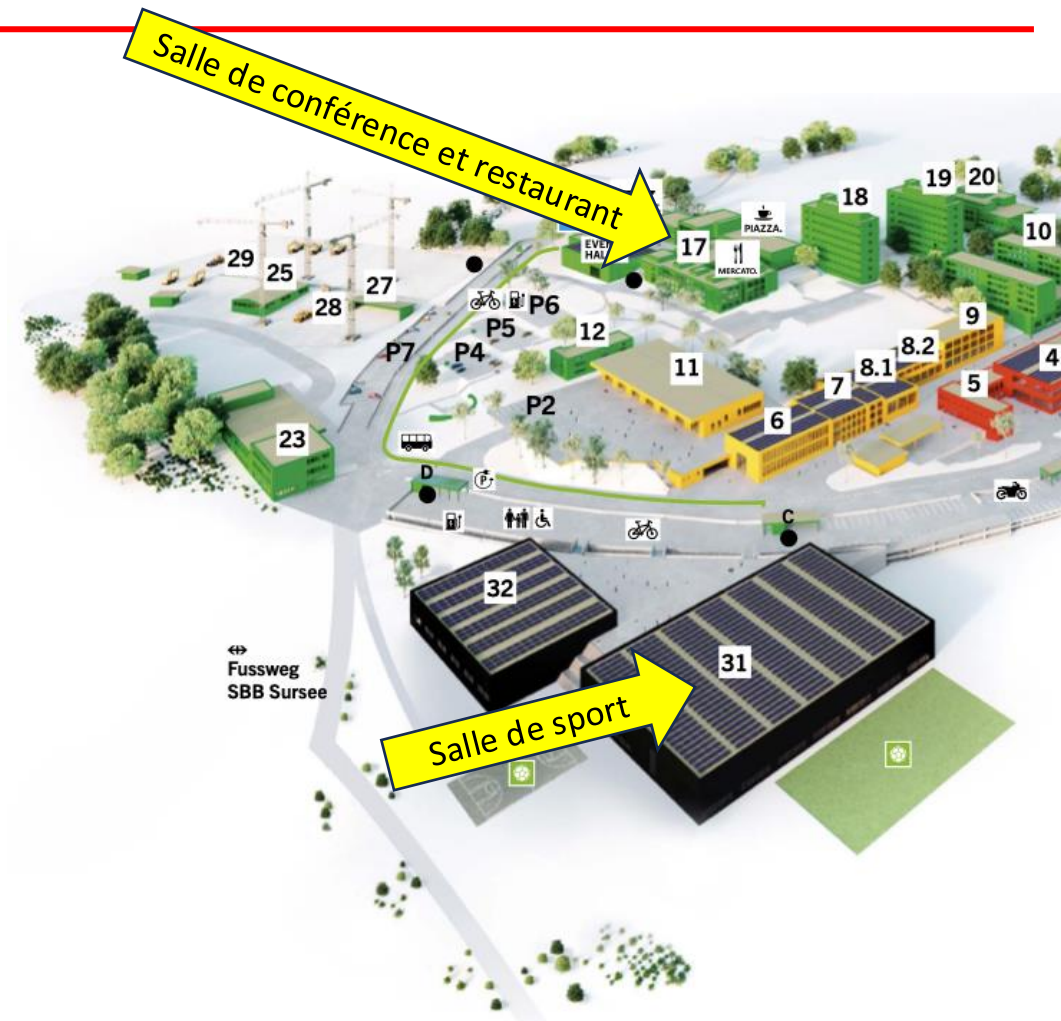
Programme - Après-midi

Déplacement vers la salle de sport triple

- 12:30**  **SPECIAL-SHOOTING SÉLECTIONNÉS JJU21 CE**
- 13:30**
- Autres membres de l'équipe : pause et préparation pour l'entraînement
-  Lieu : Triple salle de sport
-
- 13:30** **ENTRAÎNEMENT CADRE NATIONAL KUMITE & KATA**
- 15:00**
-  Lieu : Triple salle de sport

Douche et déplacement vers la salle de conférence

- 15:45** **PERSPECTIVES 2026 - PART 2**
- 16:30**
- Entraînements et tournois 2026
 - Obligations des membres de l'équipe
 - Armée et karaté
-  Lieu : Konferenzsaal, Zentralgebäude (3e étage)
-
- 16:45** **INFOS MEMBRES AVEC ADHÉSION À PARTIR DE 2025**
- 17:15**
- FTEM Karaté
 - Éthique & antidopage, aide sportive, planification de carrière
-  Lieu : Konferenzsaal, Zentralgebäude (3e étage)



Programme - Après-midi

15:45

16:30

PERSPECTIVES 2026 - PART 2

- Entraînements et tournois 2026
- Obligations des membres de l'équipe
- Armée et karaté

 Lieu : Konferenzsaal, Zentralgebäude (3e étage)

16:45

17:15

INFOS MEMBRES AVEC ADHÉSION À PARTIR DE 2025

- FTEM Karaté
- Éthique & antidopage, aide sportive, planification de carrière

 Lieu : Konferenzsaal, Zentralgebäude (3e étage)



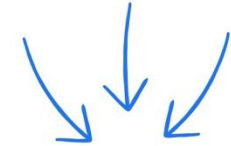
Appel à participation à l'étude ZRM

Projet ZRM – la force mentale dans le sport de compétition

- Méthode scientifiquement fondée (ZRM, >25 ans)
- Plus de concentration, de clarté et de force mentale dans les compétitions et au quotidien
- Outils concrets avec un bénéfice direct sur les performances
- Ne remplace pas les coachs mentaux, ne partage pas de sujets privés
- Approuvé et soutenu par Swiss Olympic

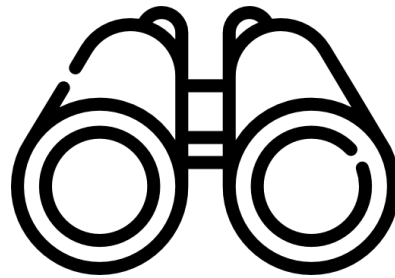
Groupe cible : athlètes bilingues et germanophones nés à partir de 2010

Participer
maintenant et
remplir le
questionnaire



Perspectives 2026

Part 2



Structures de promotion de la relève

Structures de promotion de la relève

Points de soutien de la promotion de la relève SKF

C'est ici que s'entraînent les sportives de la relève titulaires d'une carte de talent.

Les titulaires de la Talent Card suivants sont tenus de s'entraîner **au moins 50 heures par an au point de soutien** :

- Regional
- National
- Elite (jusqu'à l'année où ils atteignent l'âge de 20 ans incluse)

Un changement de point de soutien doit être demandé par écrit par e-mail au CHNW et au CHLSP !

Stützpunkt	Disziplin	Ort	Kontakt - Stützpunktleiter
Westschweiz			
Géneve	Kumite	Ippon Karaté Club Tivoli 15 Fief-de-Chapitre 1213 Petit-Lancy	Vincent Longagna 078 817 20 93 longagna@infomanjak.ch
Lausanne	Kata	EKTS Vaud (Dojo) Route de Marteley 2 1302 Vuflens-la-Ville	Jean-Marc Schedel 079 301 31 38 jm.schedel@bluewin.ch
Neuchâtel	Kumite	Neuchâtel Karate-Do Rue des Noyers 2 2000 Neuchâtel	Franco Pisino 079 637 45 44 francopisino@gmail.ch
Sion	Kumite	Karate Club Valais 4 rue du Scex 1950 Sion	Olivier Knufer 027 323 23 96 / 079 20 30 88 ok@kime.ch
Alpen/Voralpen			
Luzern	Kumite	Karate Taisho Luzernerstrasse 82 6010 Kriens	Toni Romano 041 210 10 22 info@taisho.ch
Sursee	Kata/Kumite	Karateschule Sursee Allmendstrasse 11 6210 Sursee	Piero Lüthold 041 921 97 10 / 079 641 41 70 info@karateschule-sursee.ch
Thun	Kata	Kenseikan Karate-Do Thun Tempelstrasse 20 3608 Thun	Bruno Trachsel 079 318 08 44 bruno.trachsel@skas.ch
Westmittelland			
Biel	Kata/Kumite	Zen Shin Freiburgstrasse 5 2502 Biel	Dominique Sigillo / Michelle Saner 032 342 46 57 / 079 354 74 21 sigillo.zenshin@gmail.com
Lyss	Kumite	Karatedo Lyss/Aarberg Werkstrasse 71 32 50 Lyss	Rudi, Barbara und Demain Seiler 032 392 47 43 / 032 384 65 91 info@karatelyss.ch
Burgdorf	Kata	Karate Do Emme Poliergasse 7 3400 Burgdorf	Claudio Gereon 076 390 73 26 gereon@besonet.ch
Ostmittelland			
Aargau	Kumite	Karate Do Brugg Annerstrasse 10a 5200 Brugg	Daniel Humbel 079 358 88 44 / 056 442 31 30 daniel.humbel@karate.ch
Zürich	Kata	Karate Akademie Zürich Zürichbergstrasse 22 8032 Zürich	Kaspar Reinhart 044 262 62 72 info@karate-akademie.ch
Ostschweiz	Kumite	Karatecenter Reto Kern Unterseestrasse 36 8280 Kreuzlingen	Reto Kern 071 622 71 58 / 071 671 21 34 reto.kern@karatecenter.ch

Structures de promotion de la relève

Dispositions de Swiss Olympic

- Les cartes de talents locales, régionales et nationales sont évaluées par la PISTE.
- Un maximum de **60 cartes** de talent **nationales**, un maximum de **110 cartes** de talent **régionales** et un maximum de **30 cartes** de talent **locales** seront attribuées, sur la base du classement PISTE (homme:femme → 50:50).

Structures de promotion de la relève

Journée de détection des talents PISTE 2026

Date : samedi 31 octobre 2026

Lieu : Centre sportif de Zuchwil

Qui : les athlètes **nés entre 2006 et 2016** qui n'ont **pas encore de carte Elite** !

En 2025 également, il n'y aura qu'une seule journée de détection de talents!
Il n'y aura pas de tests ultérieurs !

Structures de promotion de la relève

Rencontre des talents 3T Tenero

Date : 10 - 15 mai 2026

Lieu : Centro Sportivo Tenero

Le nombre de participantes est limité à 20 athlètes au total (kata et kumite) nées entre 2009 et 2012.

En outre, les facteurs suivants sont pris en compte :

- Les membres du cadre ont la priorité...
 - ...qui faisaient déjà partie du cadre avant l'année 2025
 - ...qui sont des primo-participants
- Nombre de points de compétition internationale
- Évaluations des performances et de la motivation

Si des athlètes convoquées annulent leur participation, les places libres sont immédiatement transmises aux candidates suivantes.

**Si tu réponds aux critères
→ Réserver cette période !**

Les entraînements du cadre national

Les entraînements du cadre national

Attention à votre statut de cadre !

Datum Start / Date de début	Start / Début	Datum Ende / Date de fin	Ende / Fin	Ort / Lieu	Disziplin / Discipline	Kaderstatus / Statut de cadre	Bemerkung / Remarque
2. Jan. 2026, Freitag	14:15	3. Jan. 2026, Samstag	17:00	Sportzentrum Zuchwil	KUMITE	Selektionierte JJU21 EM 2026	Vorbereitung JJU21 EM 2026
7. Jan. 2026, Mittwoch	18:00	7. Jan. 2026, Mittwoch	20:30	Sportzentrum Zuchwil	KUMITE	Selektionierte JJU21 EM 2026 + Freiwillige	Fokus der Trainings auf JJU21 EM 2026, Pflicht für alle Selektionierten, freiwillig für alle anderen
14. Jan. 2026, Mittwoch	18:00	14. Jan. 2026, Mittwoch	20:30	Sportzentrum Zuchwil	KUMITE	Selektionierte JJU21 EM 2026 + Freiwillige	Fokus der Trainings auf JJU21 EM 2026, Pflicht für alle Selektionierten, freiwillig für alle anderen
16. Jan. 2026, Freitag	17:15	18. Jan. 2026, Sonntag	13:00	Sportcampus Sursee	KUMITE	Selektionierte JJU21 EM 2026	Vorbereitung JJU21 EM 2026 & Kick-Off Day 2026
17. Jan. 2026, Samstag	09:00	17. Jan. 2026, Samstag	17:30	Sportcampus Sursee	KUMITE	U16/U18/U21/Elite	Kick-Off Day 2026 (inkl. Training)
21. Jan. 2026, Mittwoch	18:00	21. Jan. 2026, Mittwoch	20:30	Sportzentrum Zuchwil	KUMITE	Selektionierte JJU21 EM 2026 + Freiwillige	Fokus der Trainings auf JJU21 EM 2026, Pflicht für alle Selektionierten, freiwillig für alle anderen
28. Jan. 2026, Mittwoch	18:00	28. Jan. 2026, Mittwoch	20:30	Sportzentrum Zuchwil	KUMITE	Selektionierte JJU21 EM 2026 + Freiwillige	Fokus der Trainings auf JJU21 EM 2026, Pflicht für alle Selektionierten, freiwillig für alle anderen
28. Feb. 2026, Samstag	09:15	1. Mär. 2026, Sonntag	13:00	Sportzentrum Zuchwil	KUMITE	U16/U18/U21/Elite	
28. Mär. 2026, Samstag	09:15	29. Mär. 2026, Sonntag	13:00	Sportzentrum Zuchwil	KUMITE	U16/U18/U21/Elite	
8. Mai. 2026, Freitag	17:30	10. Mai. 2026, Sonntag	13:00	Sportzentrum Zuchwil	KUMITE	U21/Elite	
9. Mai. 2026, Samstag	09:15	10. Mai. 2026, Sonntag	13:00	Sportzentrum Zuchwil	KUMITE	U16/U18	
6. Jun. 2026, Samstag	09:15	7. Jun. 2026, Sonntag	13:00	Sportzentrum Zuchwil	KUMITE	U16/U18/U21/Elite	
14. Aug. 2026, Freitag	13:30	16. Aug. 2026, Sonntag	13:00	Sportzentrum Zuchwil	KUMITE	U16/U18/U21/Elite	
18. Sep. 2026, Freitag	17:30	20. Sep. 2026, Sonntag	13:00	Sportzentrum Zuchwil	KUMITE	U21/Elite + Selektionierte JJU21 WM 2026	
19. Sep. 2026, Samstag	09:15	20. Sep. 2026, Sonntag	13:00	Sportzentrum Zuchwil	KUMITE	U16/U18	
7. Nov. 2026, Samstag	09:15	8. Nov. 2026, Sonntag	13:00	Sportzentrum Zuchwil	KUMITE	U16/U18/U21/Elite	
27. Nov. 2026, Freitag	17:30	29. Nov. 2026, Sonntag	13:00	Sportzentrum Zuchwil	KUMITE	Selektionierte JJU21 EM 2027	
28. Nov. 2026, Samstag	09:15	29. Nov. 2026, Sonntag	13:00	Sportzentrum Zuchwil	KUMITE	U16/U18/U21/Elite	
19. Dez. 2026, Samstag	09:15	19. Dez. 2026, Samstag	18:00	Sportzentrum Zuchwil	KUMITE	Selektionierte JJU21 EM 2027	Vorbereitung JJU21 EM 2026
2. Jan. 2026, Freitag	14:15	3. Jan. 2026, Samstag	17:00	Sportzentrum Zuchwil	Kata	Selektionierte JJU21 EM 2026	Vorbereitung JJU21 EM 2026
16. Jan. 2026, Freitag	17:15	18. Jan. 2026, Sonntag	13:00	Sportcampus Sursee	Kata	Selektionierte JJU21 EM 2026	Vorbereitung JJU21 EM 2026 & Kick-Off Day 2026
17. Jan. 2026, Samstag	09:00	17. Jan. 2026, Samstag	17:30	Sportcampus Sursee	Kata	U16/U18/U21/Elite	Kick-Off Day 2026 (inkl. Training)
31. Jan. 2026, Samstag	09:15	31. Jan. 2026, Samstag	18:00	Sportzentrum Zuchwil	Kata	Selektionierte JJU21 EM 2026	Vorbereitung JJU21 EM 2026
28. Feb. 2026, Samstag	09:15	1. Mär. 2026, Sonntag	13:00	Sportzentrum Zuchwil	Kata	U16/U18/U21/Elite	
28. Mär. 2026, Samstag	09:15	29. Mär. 2026, Sonntag	13:00	Sportzentrum Zuchwil	Kata	U16/U18/U21/Elite	
8. Mai. 2026, Freitag	17:30	10. Mai. 2026, Sonntag	13:00	Sportzentrum Zuchwil	Kata	Selektionierte Elite EM 2026	
9. Mai. 2026, Samstag	09:15	10. Mai. 2026, Sonntag	13:00	Sportzentrum Zuchwil	Kata	U16/U18/U21/Elite	
6. Jun. 2026, Samstag	09:15	7. Jun. 2026, Sonntag	13:00	Sportzentrum Zuchwil	Kata	U16/U18/U21/Elite	
14. Aug. 2026, Freitag	13:30	16. Aug. 2026, Sonntag	13:00	Sportzentrum Zuchwil	Kata	U16/U18/U21/Elite	
18. Sep. 2026, Freitag	17:30	20. Sep. 2026, Sonntag	13:00	Sportzentrum Zuchwil	Kata	Selektionierte JJU21 WM 2026	
19. Sep. 2026, Samstag	09:15	20. Sep. 2026, Sonntag	13:00	Sportzentrum Zuchwil	Kata	U16/U18/U21/Elite	
28. Sep. 2026, Montag	09:15	29. Nov. 2026, Sonntag	13:00	Sportzentrum Zuchwil	Kata	U16/U18/U21/Elite	
7. Nov. 2026, Samstag	09:15	8. Nov. 2026, Sonntag	13:00	Sportzentrum Zuchwil	Kata	U16/U18/U21/Elite	
27. Nov. 2026, Freitag	17:30	29. Nov. 2026, Sonntag	13:00	Sportzentrum Zuchwil	Kata	Selektionierte JJU21 EM 2027	
19. Dez. 2026, Samstag	09:15	19. Dez. 2026, Samstag	18:00	Sportzentrum Zuchwil	Kata	Selektionierte JJU21 EM 2027	Vorbereitung JJU21 EM 2026

Les entraînements du cadre national

Lieu :

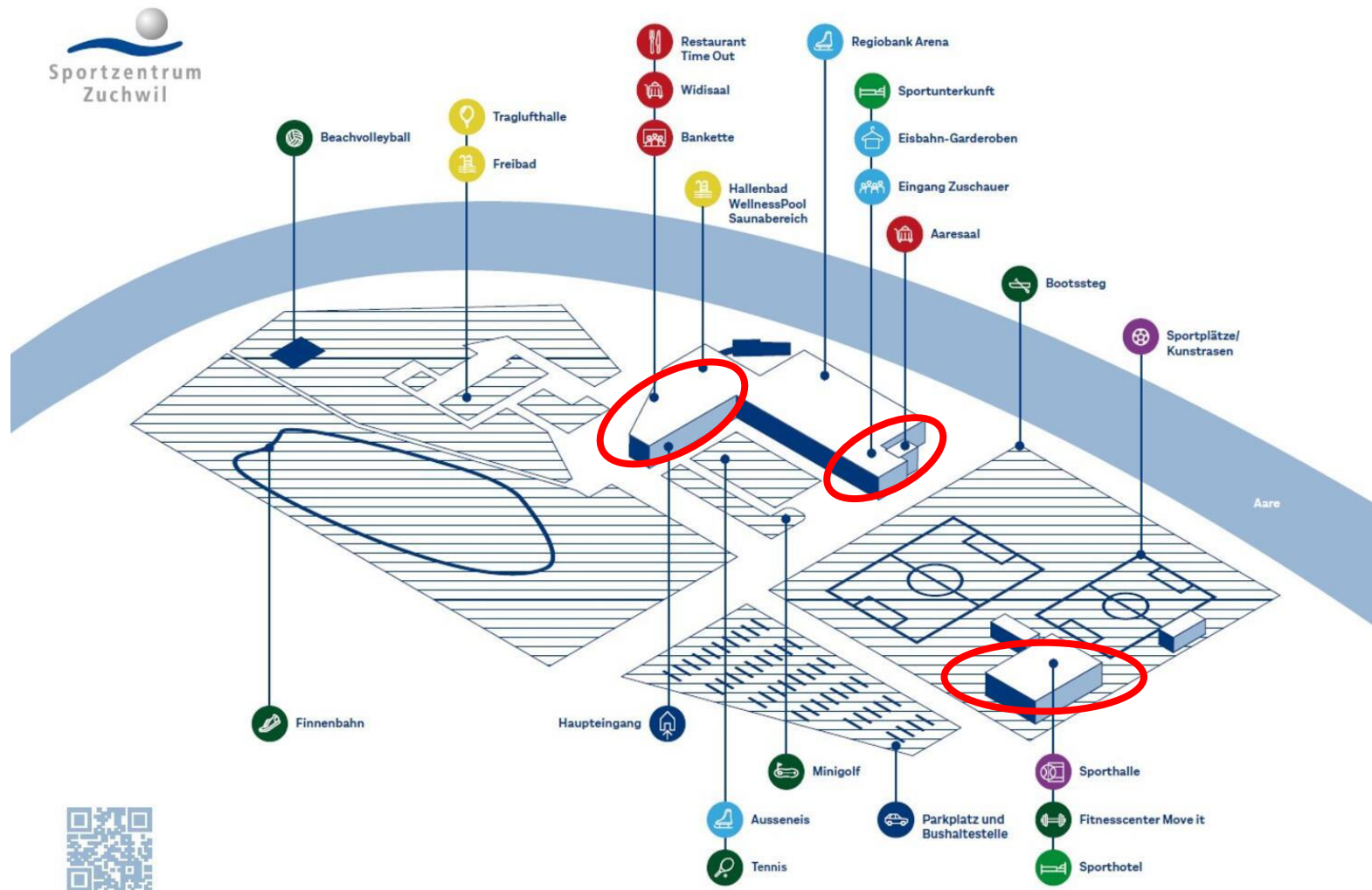
Sportzentrum Zuchwil
Amselweg 59
4528 Zuchwil SO

Nuitée :

- **Sportunterkunft:**
chambres de 3, 8 et 16 lits
- **Sporthotel:**
chambres de 2 et 3 lits

Repas :

petit-déjeuner, déjeuner,
dîner



Les entraînements du cadre national

Les convocations pour les camps de plusieurs jours seront envoyées environ 20 jours à l'avance.

Règles de comportement

- Arriver à l'heure
- Pas de téléphone portable pendant l'entraînement !
- Équipement correct
- Respecter le repos nocturne

Obligations des membres de cadre

Obligations des membres de cadre

Coût de l'adhésion au cadre national 2026

- Tous les niveaux de cadres CHF 500.-
- La cotisation des cadres est à payer jusqu'au 31.01.2026 → mentionner obligatoirement NOM + MOTIF dans la remarque sur le paiement !
- Exemptés de la cotisation de cadre 2026 sont les médaillés plus 5ème place aux Championnats du Monde et d'Europe 2025 et les athlètes Mastery (Elena Quirici, Yuki Ujihara, Lea Bosshard, Elson Jason Kabash)

Obligations des membres de cadre

Communication :

- L'e-mail est le moyen de communication officiel
- Les changements de coordonnées (e-mail, téléphone, adresse de domicile, etc.) ainsi que les changements de dojo doivent être signalés à skf-leistungssport@karate.ch.
- Nous partons du principe que tous les athlètes* lisent leurs e-mails **au moins 3x par semaine** (obligation d'aller chercher).
- Les absences pour vacances à partir de 5 jours doivent être annoncées à skf-leistungssport@karate.ch.
- Les groupes WhatsApp athlètes/équipe ne sont en principe des canaux de communication officiels de la SKF que lors des CE/CM

Obligations des membres de cadre

Obligation d'entraînement

- Nous voulons des athlètes qui placent l'entraînement du cadre en **1ère priorité**. Planifier signifie également discuter du plan d'entraînement avec l'entourage (lieu de travail, école, études, parents, collègues)
- **Annulation** par écrit le plus tôt possible **par e-mail** au **CHLSP** (luca.rohner@karate.ch) et en CC à l'**entraîneur/aux entraîneurs de cadre** concernés.
- **Les absences** ne sont tolérées **que pour des raisons valables** (entre autres maladie/accident/blessure, décès/urgence dans la famille, service militaire).
- L'**absence non excusée** aux entraînements officiels du cadre est facturée avec une amende d '**au moins CHF 200**. Les absences non excusées sont considérées comme suit :
 - pas de désistement
 - Absences non signalées dans les délais (si cela est possible)
 - Absences sans les justificatifs nécessaires (p. ex. en cas de maladie/blessure, un certificat médical, au plus tard 5 jours après la fin du camp d'entraînement)
- A la **3ème absence non excusée** en une année, l'**exclusion du cadre** est prononcée !

Obligations des membres de cadre

Commitments & contrat de l'athlète

- Signature de la liste de présence Kick-Off Meeting → Approbation des SKF Commitments 2026 (reçue par e-mail)
- **Signer et retourner le contrat d'athlète** (reçu par e-mail) au **directeur** (oscar.diaz@karate.ch) au plus tard le **31.01.2026**

Remplir le journal d'entraînement en ligne (AthleteMonitoring)

- Remplir quotidiennement l'enquête sur le bien-être
- enregistrer tous les entraînements
- De plus amples informations suivront dans le dernier point du programme.

Obligations des membres de cadre – tests à passer

Tests de performance Elite

- Série de tests développée avec notre scientifique du sport Sandro Galli
- Obligation pour les membres des cadres d'élite convoqués
- à effectuer 2 fois par an
- **Dates 2026 :**
 - **Printemps : 19 avril**
 - **Automne / hiver : tbd**
- La convocation est faite par le CHLSP et les informations détaillées par Sandro Galli (info@personal-training.ch).

Les tests suivants sont effectués :

- *Analyse de la graisse corporelle*
- *Tests de force de saut*
- *Lancer de médecine-ball à un bras*
- *Test de niveau de lactate*



Discussion du test à l'issue et envoi des résultats du test, y compris les recommandations d'entraînement

Obligations des membres de cadre – tests à passer



Examen médico-sportif (EMS)

- **Obligatoire pour tous les membres du cadre dans toutes les catégories d'âge !**
- L'accomplissement de l'examen annuel est une condition de sélection pour une participation aux CE et aux CM !
- Les frais sont en principe à la charge des athlètes, parfois ils sont pris en charge par les caisses maladie des athlètes (éventuellement par une assurance complémentaire).

Contenu :

EMS + laboratoire du sportif + ECG de repos

+ Questionnaire d'enquête sur l'impingement de la hanche (FAI)

(sera envoyé avec les transparents de lancement et doit ensuite être emporté au EMS)

Tu trouveras la fiche d'information "Examen médico-sportif (EMS)" [ici](#)

Obligations des membres de cadre – tests à passer



Examen médico-sportif (EMS)

Où peut-on se faire examiner ?

Prendre rendez-vous si possible auprès du médecin de l'association ou du médecin adjoint de l'association SKF

Médecin de l'association SKF

Dr. med. René Zenhäusern



Forchstrasse 51

8032 Zürich

Tel: 043 499 13 99

Mobile: 076 532 94 61

zenhaeusern@rehazeno.ch

Médecin adjoint de l'association SKF

Prof. Dr. med. Claudio Rosso



Thannerstrasse 45

4054 Basel

Tel: 061 301 26 26

c.rosso@arthro.ch

Obligations des membres de cadre – tests à passer



Examen médico-sportif (EMS)

Autres possibilités :

Swiss Olympic Medical Center (n=19)

→ [cliquez ici](#) et choisissez «Medical Center»

Sport Medical Bases approved by Swiss Olympic (n=36)

→ [cliquez ici](#) et choisissez «Medical Base»

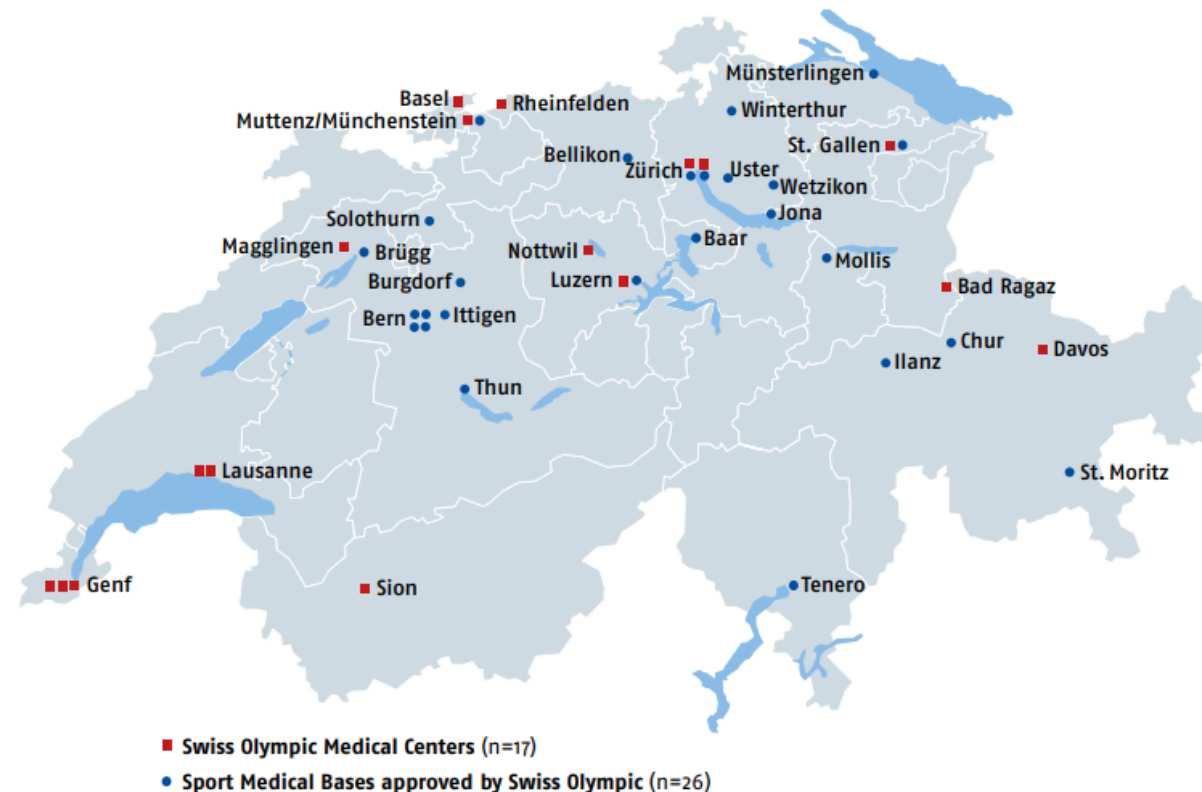


Abbildung 1: Übersicht «Swiss Olympic Medical Centers» und «Sport Medical Bases approved by Swiss Olympic» per 1. Januar 2019.

Obligations des membres de cadre – tests à passer



Examen médico-sportif (EMS)

Preuve :

1. Envoyer les rapports de **l'examen médico-sportif (EMS)** au Dr René Zenhäusern (info@rehazeno.ch)
2. Envoyer le questionnaire sur le **conflit fémoro-acétabulaire (FAI)** au Prof. Dr Claudio Rosso (arthro@hin.ch)

Il n'est pas nécessaire d'informer le chef du sport de performance
→ est informé de la réception des rapports par le médecin de l'association

Deadline: le 1er juin 2026 !

Tournois à points 2026

Tournois à points 2026

Lors des tournois de la diapositive suivante, les athlètes peuvent collecter des points pour la formation des cadres et pour les sélections.

Les athlètes du cadre doivent participer à **au moins 4 tournois internationaux par an**.

Depuis 2024, les points nationaux et internationaux figureront dans le même classement
→ [SKF-Ranking](#)

De plus, il y aura des **Event-Standings** pour les championnats d'Europe et du monde

SKF-Ranking:

- Formation des cadres élite
- Formation des cadres de la relève en tant que partie intégrante de l'évaluation PISTE

Event-Standings:

- Base pour les sélections de la relève et de l'élite aux CE/CM
- Extrait du classement SKF avec tous les tournois internationaux pertinents pour chaque CE/CM

Tournois à points 2026

Une planification
judicieuse et individuelle
des compétitions est
importante !

MONAT / MOIS	TAG / JOUR	ANLASS / ÉVÉNEMENT	ORT / LIEU	Alterskategorie / Catégorie d'âge (*Kata ab 16J)							Rang / Place						Event Factor
				U12	U14	Cadet	Junior	U21	Seniors*	Team-Kata Seniors	1	2	3	5	7	9-15	
Januar	09-11	WKF - K1 Series A	Tbilisi (GEO)								100	70	40	30	20	10	5
Januar	23-25	WKF - K1 Premier League	Istanbul (TUR)								100	70	40	30	20		6
Januar	24	Austrian Karate Championscup	Hard (AUT)								100	70	40				1.5
Februar	06-08	EKF - Cadet, Junior & U21 Championships	Limassol (CYP)								100	70	40	30	20	10	6
Februar	12-15	WKF - K1 Youth League	Fujairah (UAE)														
März	13-15	WKF - K1 Premier League	Rom (ITA)								100	70	40	30	20		6
März	19	Selektion EKF Senior Championships Frankfurt (GER)															
März	21-22	SKF - 1. Swiss Karate League	Wettingen								100	70	40				0.75
April	10-12	WKF - K1 Premier League	TBD (CHN)								100	70	40	30	20		6
April	18	International Swiss Junior Open	Basel								100	70	40				1.5
April	24-26	WKF - K1 Series A	TBD (ESP)								100	70	40	30	20	10	5
Mai	02-03	Eurocup	Mittersill (AUT)								100	70	40				1.5
Mai	14-17	WKF - K1 Youth League	Manila (PHL)														
Mai	20-24	EKF - Senior Championships	Frankfurt (GER)								100	70	40	30	20	10	6
Mai	30-31	SKF - 2. Swiss Karate League	Neuchâtel								100	70	40				0.75
Juni	12-14	WKF - K1 Premier League	Rabat (MAR)								100	70	40	30	20		6
Juni	19-21	Polish Open	Bielsko-Biala (POL)								100	70	40				2.5
Juni	27-28	SKF - 3. Swiss Karate League	Zürich								100	70	40				0.75
Juli	02-05	WKF - K1 Youth League (Stand 21.12.25 kein Punktturnier!)	Porec (CRO)								100	70	40	30	20	10	4
Juli	16-19	WKF - K1 Series A	TBC (COL)								100	70	40	30	20	10	5
TBD	TBD	Selektion WKF Cadet, Junior & U21 Championships Rabat (MAR)															
August	29	International Basel Open Masters	Basel								100	70	40				2
September	05-06	SKF - 4. Swiss Karate League	Züri Oberland (Gossau, ZH)								100	70	40				0.75
September	17-20	WKF - K1 Youth League	TBD (MEX)														
September	25-26	Lion Cup	Luxembourg (LUX)						**		100	70	40				2
Oktober	02-04	WKF - K1 Series A	Salzburg (AUT)								100	70	40	30	20	10	5
Oktober	14-18	WKF - Cadet, Junior & U21 Championships	Bielsko-Biala (POL)								100	70	40	30	20	10	12
Oktober	24-25	SKF - Schweizermeisterschaften	Sursee								100	70	40				1
November	20-22	WKF - Senior Team World Championships	Hangzhou (CHN)								100	70	40	30	20		12
Dezember	10-13	WKF - K1 Youth League (Stand 21.12.25 kein Punktturnier!)	Venice (ITA)								100	70	40	30	20	10	4

	WKF/EKF
	International
	National
	keine Punktturniere / pas de tournois à points

** Für Selektionen in der U21 wird auch die Elite-Kategorie berücksichtigt
/ La catégorie élite est également prise en compte pour les sélections
dans les U21

Kategorien werden vom Organisator durchgeführt, aber gelten nicht
als Punktturniere der SKF / Catégories sont effectuées par
l'organisateur, mais ne comptent pas comme tournois à points de la
SKF.

Stand/État : 21.12.2025

Änderungen vorbehalten / Sous réserve de modifications

Tournois à points 2026

		National		International					
Wettkampf-Typ		SKL	SM	von SKF definierte K1 Youth League	von SKF definierte K1 Youth League	K1 Series A	EM	WM Nachwuchs	K1 Premier League / WM Seniors
Wettkampfformat		Elimination	Elimination/ Round Robin (R-r)	Elimination/ Round Robin (R-r)	Elimination				Round Robin (R-r)
Eventfactor		0.75	1	1.5 - 3	4	5	6	12	PL = 6 WM = 12
1. Platz		100	100	100	100	100	100	100	100
2. Platz		70	70	70	70	70	70	70	70
3. Plätze		40	40	40	40	40	40	40	40
5. Plätze					30	30	30	30	30
7. Plätze					20	20	20	20	20
9. - 15. Plätze					10	10	10	10	
Viertelfinalist nicht in Trostrunde					20	20	20	20	
Gewonnene Kämpfe / Überstandene Runden *		10	10	10	10	10	10	10	10
Teilnahme **		5	5	5	5	5	5	5	5
Round Robin (R-r) Group Places ***	1. Platz								30
	2. Platz								20
	3. Platz								10
	4. Platz								5

* Les victoires libres (walk-over) ne donnent pas de points. Pour un combat gagné par "KIKEN" (un adversaire est attribué à un combat qui n'a pas lieu ou qui n'est pas mené à terme), 10 points sont attribués au compétiteur victorieux.

** Les points de participation ne sont attribués que si le participant a pris part à au moins un combat de la compétition.

*** Dans le format round-robin des compétitions de la K1 Premier League, le premier de chaque groupe reçoit un total de 30 points, quel que soit le nombre de points obtenus précédemment. En revanche, les places 2, 3 et 4 reçoivent respectivement un minimum de 20, 10 et 5 points, à moins que le nombre de points obtenus ne soit supérieur.

Tournois à points 2026 – SKL/CS

Modifications importantes concernant la qualification CS :

Conditions préalables :

- Participation à au moins **(X – 1)** tournois SKL !
- Obtention d'au moins **(X × 2)** points dans le classement officiel SKL
- **X = nombre** de tournois SKL organisés au cours de l'année concernée

Exemples :

- **3 tournois SKL** : min. **2 participations** et **6 points**
- **4 tournois SKL** : min. **3 participations** et **8 points**

Punkte:

- 1. place 10 points*
- 2. place 8 points*
- 3. place 6 points*
- 5. place 4 points*
- 7. place 2 points*

Transfert de points dans les catégories de poids (Kumite) :

- **U21 & Elite** : points **non transférables**
- **U12–U18** : points **transférable**

Disciplines par équipe :

- Kata & Kumite Team: Pas de qualification requise

→ Pour plus de détails, voir le [règlement sportif 2026](#)

Tournois à points 2026 – International

Organisation de voyages :

- K1 Premier League, Series A, Youth League Tournois & autres tournois à points à Individuel
- CE/CM → Organisation du voyage par SKF

Inscription (tournois WKF):

K1 Premier League:

- **Phase 1:** Les athlètes dans le Pool de promotion, qui sont entre la 1ère et la 32ème place (incluse) dans le Event-Ranking de la catégorie respective, sont enregistrés par la SKF (doit être annoncé à luca.rohner@karate.ch à sans annonce, pas d'enregistrement !) Durant la deuxième semaine de la phase 1, l'inscription peut également se faire via des comptes Dojo/privés.
- **Phase 2:** Dans cette phase, les athlètes qui se trouvent entre la 1ère et la 64e place (incluse) dans le Event-Ranking de la catégorie concernée peuvent s'inscrire, à condition que le nombre maximum de places ne soit pas encore atteint. L'inscription est également possible via un compte Dojo/privé.
- **Phase 3:** Dans cette phase, les athlètes classés entre la 1ère et la 100e place (incluse) au Event-Ranking de la catégorie concernée peuvent s'inscrire, à condition que le nombre maximum de places ne soit pas encore atteint. L'inscription est également possible via un compte Dojo/privé.

Tournois à points 2026 – International

Inscription (tournois WKF) :

K1 Series A:

- **Phase 1:** La SKF peut enregistrer 1 athlète par catégorie. L'athlète le mieux classé au Event-Ranking de chaque catégorie (entre la 33ème et la 100ème place incluse) a droit à la place, à condition que l'annonce soit faite au CHLSP (luca.rohner@karate.ch) dans les 7 jours suivant l'ouverture de l'enregistrement.
- **Phase 2:** l'inscription est ouverte aux comptes Dojo/privés et chacun peut s'inscrire si le nombre maximum de places n'est pas encore atteint

Punkteturniere 2026 – International

Inscription (tournois WKF) :

K1 Youth League:

- **Phase 1:**
 - Au cours de la **semaine 1**, la SKF peut inscrire un athlète par catégorie. L'athlète le mieux classé dans le Event-Standing a droit à la place, à condition qu'il s'inscrive auprès du CHLSP (luca.rohner@karate.ch). En outre, une confirmation de paiement du virement des frais d'inscription (90 €) sur le compte de la SKF doit être jointe (la confirmation de commande ne suffit pas !).
→ *Il incombe à l'athlète de vérifier qu'il/elle a bien été inscrit(e). Si ce n'est pas le cas, il/elle doit immédiatement en informer le CHLSP.*
 - Au cours de la **semaine 2**, l'inscription n'est ouverte qu'aux 10 meilleurs athlètes, y compris pour les comptes dojo/privés
- **Phase 2:** L'inscription est ouverte pour les comptes Dojo/privés et chacun peut s'inscrire dans la plage horaire de la catégorie correspondante, à condition que le nombre maximum de places ne soit pas encore atteint.

Coordonnées bancaires: Swiss Karate Federation, 1700 Fribourg, IBAN: CH22 0023 2232 1099 0501 C, UBS Zürich

Tournois à points 2026 – International

Encadrement des compétitions :

CE/CM : encadrement par des coachs nationaux

K1 Premier League : en fonction des besoins, 1-2 coachs nationaux sur place pour encadrer les athlètes sans coach personnel sur place.

K1 Series A: en principe, il n'y aura pas de coachs nationaux sur place (ou plutôt pas dans la fonction d'«entraîneur national»). L'encadrement est de la responsabilité des points de soutien et des entraîneurs personnels.

Exception : lors de la Series A en Mexique, 1 coach national sera présent sur place si nécessaire.

Tournois à points 2026 – International

Encadrement des compétitions :

K1 Youth League : l'encadrement est en principe de la responsabilité des points de soutien et des entraîneurs personnels. Lors des tournois européens de la Youth League, min. un coach national sera néanmoins présent sur place pour apporter son soutien. L'encadrement n'est toutefois pas garanti.

Autres tournois internationaux à points : en principe, il n'y aura pas de coaches nationaux sur place (ou plutôt pas dans la fonction d'«entraîneur national»). L'encadrement est de la responsabilité des points de soutien et des entraîneurs personnels.

Remarque pour les coaches:

Pour tous les tournois Karate1 (YL, SA, PL), les licences WKF sont nécessaires.

→ [Cliquez ici pour plus d'informations](#)

Plus d'informations sur le règlement du coaching lorsque deux athlètes suisses se rencontrent peuvent être trouvées [ici](#)

Tournois à points 2026 – Premier League & Series A

Prime de victoire Kata & Kumite

K1 Premier League: **CHF 50.-** pour chaque combat gagné, **CHF 25.-** en cas de match nul

K1 Series A: **CHF 50.-** pour chaque combat gagné

Annoncer par e-mail au chef du sport de performance jusqu'au 30 novembre 2026 au plus tard et informer du nombre de combats gagnés/de tours surmontés lors des tournois K1 de l'année 2026 (y compris justificatif de Sportdata et données du compte).

→ En cas d'envoi tardif, vous n'aurez plus droit aux primes !

Sélections CE/CM

([ici](#) les directives de sélection SKF peuvent être trouvées)

Sélections CE/CM

Réalisation des sélections par le comité de sélection SKF

Comité de sélection SKF :

Melinda Michel (président), Dominique Sigillo, Reto Kern, Mario Trachsel, Diana Schwab, Iliana Bartolotta, Luca Rohner

Remarque : chaque membre est élu par le comité central et chaque membre s'abstient lors des décisions qui concernent ses propres athlètes, qu'ils soient issus du dojo ou du point de soutien.

Conseillers :

- Raphael Iseli (Chef de la relève)
- Dragan Leiler (Entraîneur national – Head Coach Kumite)
- Franco Pisino (Entraîneur national Kumite Elite/U21)
- Demian Seiler (Entraîneur national de la relève Kumite U16/U18)
- Franco Sacristani (Entraîneur national Kata/toutes catégories)

Les décisions de sélection sont publiées sur WordPress.

Vous pouvez vous abonner à la chaîne [ici](#) !

Sélections CE/CM

Les conditions suivantes doivent être remplies pour chaque sélection (élite et relève), même pour les athlètes autofinancés :

- Passeport suisse
- Membre du cadre SKF (l'année où le championnat a lieu)
- Contrat d'athlète visé
- Commitments visés
- Respect total du contrat d'athlète et des commitments
- Respect de l'obligation d'entraînement (les absences ne sont tolérées que si elles sont dûment justifiées)
- Réalisation de l'examen médico-sportif SPU
- Réalisation des tests de performance
- Pas de procédure ou de condamnation pour dopage
- Le journal d'entraînement rempli

Sélections CE - Elite

SKF Event-Standing:

SKF Event-Standing pour le CE respectif → Extrait du SKF-Ranking, où **les points des 5 meilleurs tournois de sélection**, qui ont été accomplis dans la catégorie cible de l'élite et qui se sont déroulés dans les 12 mois précédant la date de sélection, sont pris en compte.

Les compétitions suivantes comptent comme **tournois de sélection** dans la catégorie Elite :

- Tous les Tournois à points internationaux de l'élite définis dans le calendrier officiel des tournois SKF
- Championnat suisse Shobu

IMPORTANT : en cas de faible écart de points (≤ 90 points) entre deux ou plusieurs athlètes, d'autres critères seront pris en compte (courbe de forme, condition physique et mentale, etc.). Le fait d'être en tête du SKF-Standing dans la catégorie correspondante n'équivaut PAS à une sélection automatique. La décision finale sera dans tous les cas prise par le comité de sélection.

Sélections CE - Elite

Conditions de financement :

- dans les places budgétées sur la liste de classement de sélection
- En outre, les conditions suivantes doivent être remplies :
 - Au moins **4 participations à des tournois internationaux** dans les 12 mois précédant la date de sélection, dont au moins **2 participations dans les 6 mois précédant la date de sélection.**

Et :

- SOIT : **Top 50 WKF-Ranking** au moment de la sélection dans la catégorie cible de l'élite
- OU **4 combats gagnés** lors de tournois internationaux de sélection dans la catégorie cible élite dans les 12 mois précédant la date de sélection.
- OU **2 résultats dans le top 5** lors de tournois internationaux de sélection dans la catégorie cible élite dans les 12 mois précédant la date de sélection.

Changement de catégorie de poids dans le kumité élite : :

→ Demande auprès de la commission de sélection au plus tard 6 mois avant la date de sélection

Sélections CM - Elite

Nouvelle orientation stratégique de la WKF à partir de 2024 ([WKF Strategic Plan](#))

- 2024 et 2025 premières CM dans leur nouveau format (individuel et par équipe en alternance)
- Les places de quota sont attribuées par la WKF ([Qualification and Competition System](#))
- Individuel : 32 places par catégorie (1 par nation)
→ La phase de sélection débute avec le dernier CM et se termine avec l'événement de qualification.
- Team : 20 places par catégorie (1 par nation)

Directives de sélection pour l'événement de qualification des CM = sélections CE élite

Confirmation de la place de quota par le comité de sélection SKF → Les conditions générales doivent être remplies !

Individual

Allocation Criteria Order	Athletes	Description
1 Karate World Championships Standing	11	First places
2 Continental Championships	14	Gold, silver, highest bronze (3 AKF/ 3 EKF/3 PKF/3 UFAK) Gold & Silver (2 OKF)
3 NF Host	1	Highest ranked NF host Athlete in the Karate World Championships Standing.
Allocation Criteria Order	Athletes	Description
4 Karate World Championships Qualification Tournament	6	6 qualified

Team

Qualifying System	Teams	Results
EKF Continental Championships	20	5 First classified per category
AKF Continental Championships	12	3 First classified per category
PKF Continental Championships	12	3 First classified per category
UFAK Continental Championships	12	3 First classified per category
OKF Continental Championships	4	1 First classified per category
Previous World Championships	16	4 First classified per category
NF Host	4	1 team per category

Sélections CE/CM – U21

SKF Event-Standing:

SKF Event-Standing pour le CE respectif → Extrait du SKF-Ranking, où **les points des 5 meilleurs tournois de sélection (y inclus 50 % des points de transition de la catégorie U18)**, qui ont été accomplis dans la catégorie/discipline de poids cible des **U21** et des **élites** et qui se sont déroulés dans les 12 mois précédant la date de sélection, sont pris en compte.

Les compétitions suivantes comptent comme **tournois de sélection** dans la catégorie **U21** :

- Tous les Tournois à points internationaux de U21 et de l'élite définis dans le calendrier officiel des tournois SKF
- Championnat suisse Shobu U21 et élite

IMPORTANT : en cas de faible écart de points (≤ 90 points) entre deux ou plusieurs athlètes, d'autres critères seront pris en compte (courbe de forme, condition physique et mentale, etc.). Le fait d'être en tête du SKF-Standing dans la catégorie correspondante n'équivaut PAS à une sélection automatique. La décision finale sera dans tous les cas prise par le comité de sélection.

Sélections CE/CM – U21

Conditions de financement :

- dans les places budgétées sur la liste de classement de sélection
- En outre, les conditions suivantes doivent être remplies :
 - Au moins **4 participations à des tournois internationaux** dans les 12 mois précédant la date de sélection, dont au moins **2 participations dans les 6 mois précédant la date de sélection.**

Et :

- SOIT : **Top 50 WKF-Ranking** au moment de la sélection dans la discipline/catégorie de poids cible de **l'élite** ou **Top 32 au WKF-Ranking** dans la discipline/catégorie de poids cible **U21** à la date de sélection
- OU **6 combats gagnés** lors de tournois internationaux de sélection dans la catégorie/discipline de poids cible U21/élite dans les 12 mois précédant la date de sélection.
- OU **2 résultats dans le top 5** lors de tournois internationaux de sélection dans la discipline/catégorie de poids cible élite dans les 12 mois précédant la date de sélection.

Sélections CE/CM – U16/U18

SKF Event-Standing:

SKF Event-Standing pour le CE respectif → Extrait du SKF-Ranking, où **les points des 5 meilleurs tournois de sélection (y inclus 50 % des points de transition des catégories U14 et U16)**, qui ont été accomplis dans la catégorie cible de **U16** ou de **U18** et qui se sont déroulés dans les 12 mois précédant la date de sélection, sont pris en compte.

Les compétitions suivantes comptent comme **tournois de sélection** dans la catégorie **U16/U18** :

- Tous les Tournois à points internationaux de U16/U18 définis dans le calendrier officiel des tournois SKF
- Championnat suisse Shobu U16/U18

IMPORTANT : en cas de faible écart de points (≤ 90 points) entre deux ou plusieurs athlètes, d'autres critères seront pris en compte (courbe de forme, condition physique et mentale, etc.). Le fait d'être en tête du SKF-Standing dans la catégorie correspondante n'équivaut PAS à une sélection automatique. La décision finale sera dans tous les cas prise par le comité de sélection.

Sélections CE/CM – U16/U18

Conditions de financement :

- dans les places budgétées sur la liste de classement de sélection
- En outre, les conditions suivantes doivent être remplies :
 - Au moins **4 participations à des tournois internationaux** dans les 12 mois précédant la date de sélection, dont au moins **2 participations dans les 6 mois précédant la date de sélection.**

Et:

- SOIT: **Top 32 dans le WKF-Ranking** dans la catégorie cible de U16 ou de U18 au moment de la date de sélection.
- OU **8 combats gagnés** ou tours surmontés lors de tournois internationaux de sélection dans la catégorie U14/U16/U18 dans les 12 mois précédant la date de sélection.
- OU **3 résultats dans le top 5** lors de tournois internationaux de sélection dans la catégorie U14/U16/U18 dans les 12 mois précédant la date de sélection

Sélections CE/CM - répartition des coûts

Répartition des coûts CE/CM Elite & Relève

SKF:

Prise en charge du voyage, de l'hôtel, des frais d'inscription et du repas de clôture pour les athlètes **budgétés !**

Contribution personnelle de tous les athlètes :

- CHF 400.- de contribution personnelle
- Repas sur place, dépenses personnelles

Prestation propre pour les athlètes hors budget :

- Total de l'autofinancement pour les athlètes sélectionnés hors budget

Remboursement de la contribution personnelle pour le 1er - 5e rang CE/CM

Militaire & Karaté

ER sport d'élite

Programme de promotion de la Confédération qui permet aux **hommes** et aux **femmes** de se développer dans un environnement optimal (70 athlètes par ER). Outre les salles, la salle de musculation et le sauna, des spécialistes en diagnostic de performance et en médecine sportive sont à disposition.

Déroulement :

- L' ER sport d'élite débute à la **semaine 44** et dure jusqu'à la **semaine 11** de l'année suivante.
- Toute l'ER sport d'élite a lieu à **Macolin**
- **Semaines 1-3** : formation de base générale (AGA)
 - Introduction au service
 - Formation militaire : règles de conduite, école de tir, service sanitaire, formation à la conduite
 - ½ journée de formation militaire, ½ journée d'entraînement
- **Semaines 4-8** : gestion de carrière
 - Au moins 2 entraînements par jour
 - Modules de formation complémentaires : sponsoring et réseaux sociaux, alimentation, préparation mentale, formation aux médias, etc.
- **Semaines 9-18** : amélioration des performances, concentration totale sur l'entraînement
- Après l'ER : cours de répétition → Jusqu'à 130 jours par an possibles !

De plus amples informations peuvent être trouvées [ici](#).

ER sport d'élite

Conditions préalables :

- L'athlète doit être apte au service.
- Demande par la fédération nationale
- Potentiel de succès international (CE/CM)
- Planification pluriannuelle existante
- Titulaire de la Swiss Olympic Card bronze/argent/or (souhaitable mais pas obligatoire)
- Engagement pour un engagement à long terme dans le sport d'élite
- Engagement envers l'armée
- Engagement par la fédération pour l'athlète
- Sélection par le centre de compétences Sport de l'armée en collaboration avec Swiss Olympic et les fédérations

IMPORTANT : Si vous êtes intéressé(e), annoncez-vous suffisamment tôt auprès du chef du sport de performance !

ER en tant qu'athlète qualifié

L'ER en tant qu'athlète qualifié est possible pour les membres du cadre SKF.

Elle offre les possibilités suivantes :

- Choix d'une école de recrues à proximité du lieu d'entraînement ou du domicile
- Libération pour l'entraînement personnel 3-4 fois par semaine

IMPORTANT : Si vous êtes intéressé(e), annoncez-vous suffisamment tôt auprès du chef du sport de compétition !

ER en tant qu'athlète qualifié



Schweizerische Eidgenossenschaft
Confédération suisse
Confederazione Svizzera
Confederaziun svizra

Département fédéral de la défense, de la protection de la population et
des sports DDPS
Armée suisse

Athlète qualifié

Annexe I

Formulaire d'annonce pour l'école de recrues (ER)

A A remplir par l'athlète

1. Personne

Nom Prénom
Adresse Date de naissance
NPA/localité langue maternelle
Tel./portable Discipline Ligue
E-mail Numéro AVS

2. Données militaires

Cochez svp votre école de recrues

Écoles / Cdm	Lieu ER	
E inf 2	Colombier	☐
E inf 11	St. Gallen	☐
E inf 12	Chur	☐
E inf mil SL 14	Birmensdorf	☐
E PM 19	Sion	☐
E spec mont 15	Andermatt	☐
E bl 21	Thun	☐
E art 31	Bière	☐
E G 73	Brugg	☐
E sauv 75	Wangen a. A.	☐
E déf NBC 77	Spiez	☐
E infm 61	Frauenfeld	☐
E ondi 62	Kloten	☐

Écoles / Cdm	Lieu ER	
E aide.cdm 63	Bülach	☐
E GE 64	Thun 9	☐
E hôp 41	Moudon	☐
E san 42	Airolo	☐
E main 43	Thun	☐
E rav 45	Freiburg	☐
E circ et trsp 47	Romont	☐
E S vét et anim A 46	Bern 22	☐
E av 81	Payerne	☐
E rens FA 82	Dübendorf	☐
E DCA 33	Emmen	☐
E gren 1	Isonne	☐
		☐

3. Je ferai mon ER:

Période : ☐ Départ 1, hiver 20 (janvier - mai) ☐ Départ 2, été 20 (juillet - octobre)

Lieu / Date:

Signature:

B A remplir par la Fédération

4. Bilan sportif actuel

5. Cadre actuel dans la fédération sportive

Card Swiss Olympic :

sports individuel:

Cadre national junior:

Cadre national U-21/23:

Cadre national élite:

Jeux d'équipe

Membre d'une équipe de fédération

Ligue nationale A

Ligue nationale B (exception)

lieu / date:

Timbre et

signature du chef sport d'élite:

L'athlète peut être annoncé comme sportif qualifié, seulement si ce formulaire nous parvient jusqu'au

- pour le départ 1 (hiver) jusqu'au 01.12.
- pour le départ 2 (été) jusqu'au 01.05.

remplis complètement avec le timbre de la fédération, signé par le chef de performance de la fédération et envoyé à l'adresse suivante :

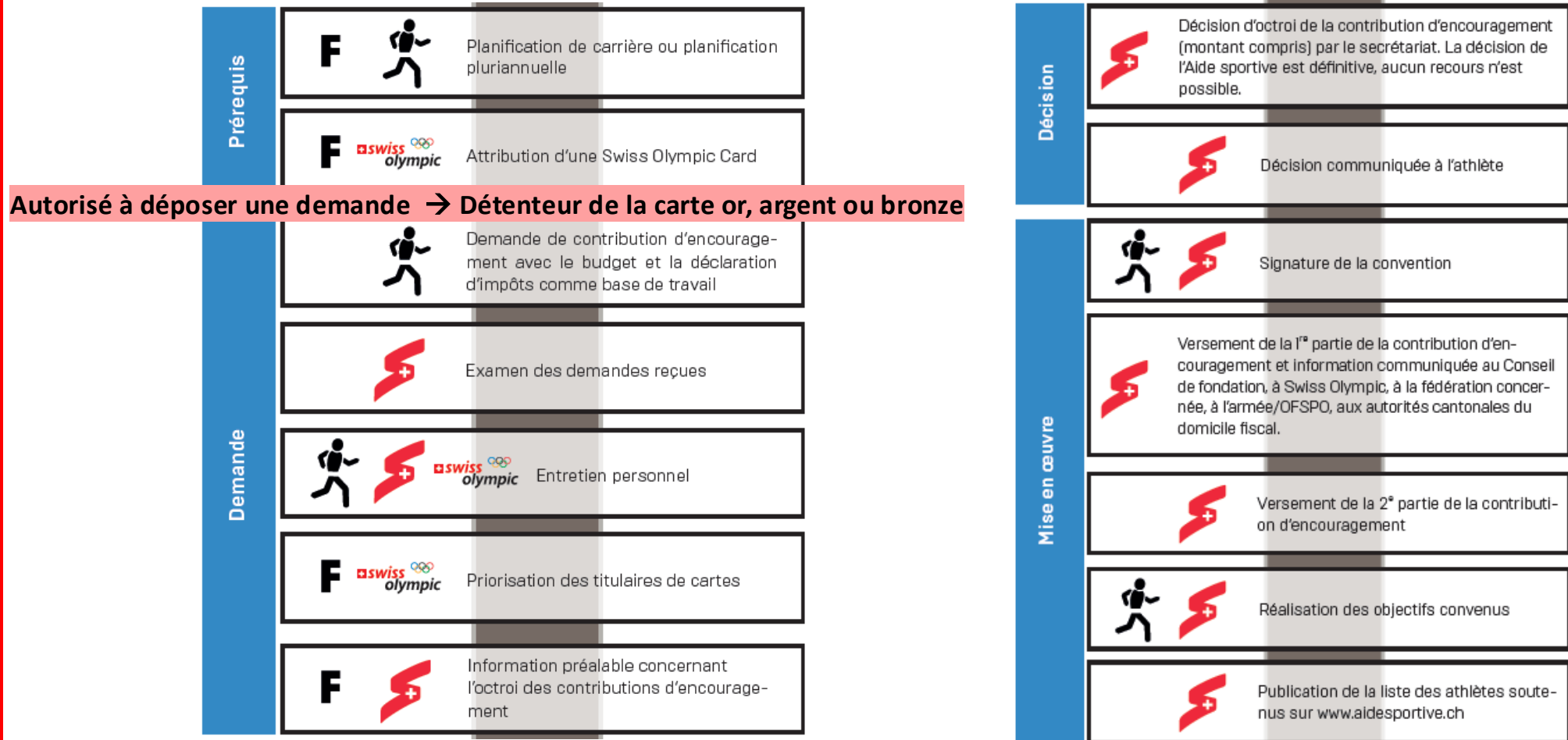
cen de comp sport A
athlète qualifié
route principale 247
2532 Macolin

des demandes reçues trop tard ne seront pas traitées!

Aide sportive



Contribution d'encouragement – Déroulement



Les athlètes concernés reçoivent un e-mail de l'Aide sportive !

Contribution d'encouragement – Critères

Le montant effectif de la contribution d'encouragement de l'Aide sportive dépend en principe des **besoins financiers** de l'athlète. **Les informations fournies dans la demande de l'athlète, lors de l'entretien personnel et par les fédérations** servent de base.

Besoins financiers (par l'Aide sportive)

Critères	Points
Situation financière selon le budget et la déclaration d'impôts	0 – 6
Recettes moins dépenses pour le sport	
Impression générale - Situation de vie (âge, logement, enfants) - Engagement de l'athlète vis-à-vis de l'Aide sportive (respect des délais, intégralité de la demande) - Adaptation Aide sportive / fédération	0 – 3
Total	
	0 – 9

Priorités sportives (par Swiss Olympic / fédération)

Critères
- Évaluation de potentiel par la fédération au moment de la demande de la Swiss Olympic Card (à court, moyen et long terme) - Diverses informations provenant de la demande, de l'entretien personnel et de la fédération

Contribution d'encouragement – Niveau

Catégories	Contribution d'encouragement
Athlètes de spécialités sportives olympiques et paralympiques en individuel ou par équipe	30 000 24 000 18 000 12 000 6000
Athlètes de spécialités sportives non olympiques en individuel ou par équipe Karaté non olympique	15 000 12 000 9000 6000 3000
Athlètes de spécialités sportives olympiques en collectifs	2000 - 6000

Parrainage

Ayant droit à la demande : Détenteur de la Swiss Olympic Talent Card nationale

Montant : CHF 2'200.- par an

Tu trouveras les règles du jeu exactes pour les parrainages et les contributions d'encouragement sur : <https://www.sporthilfe.ch/fr.html>

Des questions jusqu'ici ?



Dernier point au programme

16:45

17:15

INFOS MEMBRES AVEC ADHÉSION À PARTIR DE 2025

- FTEM Karaté
- Éthique & antidopage, aide sportive, planification de carrière

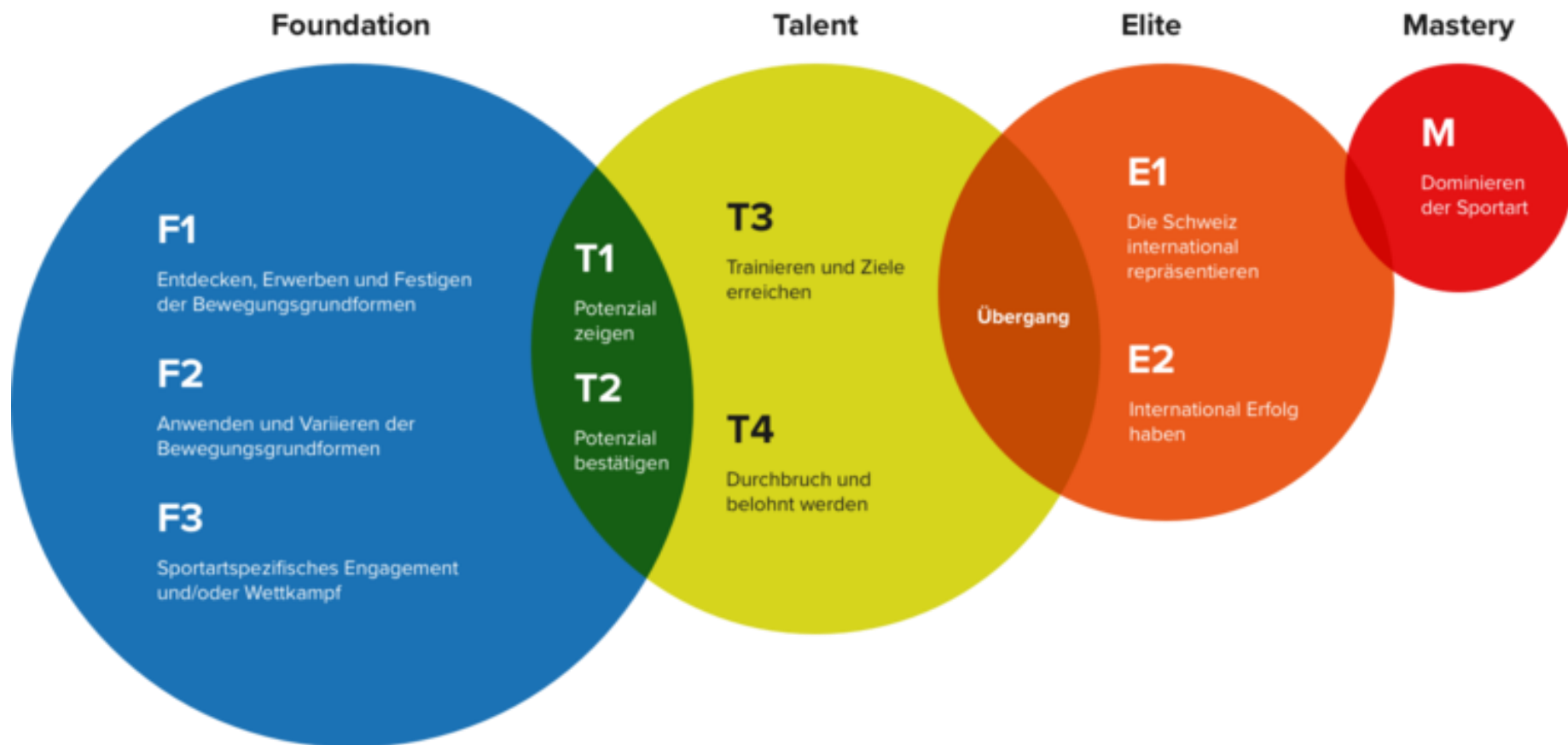
 Lieu : Konferenzsaal, Zentralgebäude (3e étage)



FTEM

Qu'est-ce que le FTEM ?

Déroulement idéal du développement sportif d'un(e) athlète sur le chemin de l'élite internationale
([FTEM Suisse](#))



FTEM Karate

Le "FTEM Karaté" a été développé par un groupe de projet en collaboration avec Swiss Olympic au cours des dernières années.

→ Mise en œuvre dans la formation depuis le début 2022

L'équipe de direction du sport de performance de la SKF a développé une stratégie associative sur la base de ce concept. Celle-ci comprend entre autres :

- Promotion différenciée des différents niveaux de performance
- Installation de mesures éthiques dans le sport de compétition
- Formation continue des athlètes dans le domaine des facteurs de performance psychologiques

FTEM Karate

Tout ce qui concerne "FTEM Karaté" peut être trouvé sur le site suivant : <http://www.ftem-karate.ch>

Structure du parcours des athlètes dans le sport de performance

FTEM	Foundation			Talent				Elite		Mastery
Phase	F1	F2	F3	T1	T2	T3	T4	E1	E2	M
Mots-clés	Découvrir, apprendre et pratiquer des mouvements et des jeux de base			Montrer son potentiel	Confirmer son potentiel	S'entraîner et atteindre des objectifs	Percer et gagner des récompenses	Représenter la Suisse (au niveau int.)	Avoir du succès au niveau international	Dominer son sport
Compétitions internationales	Découvrir différents sports et mener un mode de vie actif						CE, CM, EG			
							YOG (16–17 ans)			
							CE & CM U16, U18, U21 (14–20 ans)			
							Karate1 Youth League U14, U16, U18 U21			
Cards / structure des cadres	S'engager dans un sport spécifique (avec/sans compétitions)						Elite Bronze	Karate1 Premier League / Series A		
							Elite Bronze	Cadre nationale Elite		
							Elite Bronze	Pool de promotion (Kata & Kumite)		
							Nationale	Cadre nationale U21 (18–20 ans)		
Volume d'entraînement hebdomadaire en heures	5						Locale Régionale	Cadre nationales U16 & U18 (14–17 ans)		
								Centres d'entraînement (10–20 ans)		
								Dojo		
Compétitions par année		3	5	8	8	10	12	14	15	15

■ Spécifique au sport (entraînement & compétitions) ■ Condition physique (force, souplesse, coordination) ■ Autres activités sportives (sport scolaire, activités polysportives, entraînement complémentaire)

Coordination entre l'école/l'apprentissage et le sport de performance (Sec. I et II, école professionnelle comprise)

La fédération recommande :

- Souplesse quant à l'octroi d'exemptions au profit de certains entraînements/compétitions (également possible au sein d'une école ordinaire) : **dès T1**
- Dispenses (également possibles au sein d'une école ordinaire) : **dès T1**
- Classe de sport/école de sport (selon le lieu d'entraînement/de l'école/du domicile) : **dès T2 (TC N)**

- [Notice « Coordination entre l'école/l'apprentissage et le sport de performance »](#)
- [Brochure « Formation professionnelle et sport de performance »](#)

Contact au sein de la fédération :

Raphael Iseli
raphael.iseli@karate.ch
Téléphone 076 494 42 65

Cards

Validité : Talent Cards (L, R, N) : 01.01.–31.12.
Elite Cards (E, B, A, O) : 01.02.–31.01.

Age : Talent Card Locale : ~10–14 ans
Talent Card Régionale : ~10–20 ans
Talent Card Nationale : ~13–20 ans

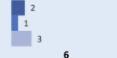
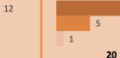
Organismes responsables de la PR

Les organismes responsables peuvent être consultés et filtrés par niveau et par canton [ici](#).

FTEM Karate

Kick-Off
2026

L'affiche « FTEM-Karate » est également disponible sur la page d'accueil !

Swiss Karate Federation Der ideale Ahtletenweg												
 Homepage FTEM Karate 		Foundation			Talent				Elite		Mastery	
		F1 	F2 	F3 	T1 	T2 	T3 	T4 	E1 	E2 	M 	
Merkmale		Freudvolles Entdecken, Erlernen und Üben von elementaren Bewegungs- und Spielgrundformen	Sportarten kennenlernen und einen aktiven Lebensstil pflegen	Sich sportartspezifisch engagieren	Potenzial zeigen	Potenzial bestätigen	Trainieren und Ziele erreichen	Durchbruch und belohnt werden	Die Schweiz international repräsentieren	International Erfolg haben	Dominieren der Sportart Karate	
Entwicklungszakente		Motorische Geschicklichkeit	Koordinative Lernfähigkeit	Technische Strukturen	Psycho-physische Stabilität	Rhythmische Präzision	Ästhetische Ausdrucksform	Kreatives Aufgabenlösen	Persönliche Gestaltung	Intuitives Bewegunghandeln	Ganzheitliche Performance	
Athlet	Ausbildung/Beruf	Kindergarten, Primarstufe	Primarstufe	Primarstufe	Primarstufe	Sekundarstufe I -Auf Sport abgestimmte Schullösung	Sekundarstufe I/II -Auf Sport abgestimmte Schullösung -Auf Sport abgestimmte	Sekundarstufe I/II/ Studium/ Teilzeitbeschäftigung -Auf Sport abgestimmte Schullösung -Beruflehre und Leistungssport -Studium und Leistungssport	Studium/ Teilzeitbeschäftigung -Studium und Leistungssport -Arbeit und Leistungssport	Studium/Teilzeitbeschäftigung/ Profisportler*in -Arbeit und Leistungssport	Profisportler*in	
	Kaderstufe National					U16	U16/U18	U18/U21	U21/Elite	Elite	Elite	
	Unterstützung Verband					Trainingsplanung, Unterstützung bei Schullösungen	Trainingsplanung, Unterstützung bei Schul- und Berufslösungen	Trainingsplanung, Unterstützung bei Karriereplanung	Trainingsplanung, Trainingsempfehlung, Unterstützung bei Karriereplanung, Sportmedizin	Trainingsplanung, Trainingsempfehlung, Mentaltraining, Unterstützung bei Karriereplanung, Sportmedizin	Trainingsplanung, Trainingsempfehlung, Mentaltraining, Unterstützung bei Karriereplanung, Sportmedizin, Professionalisierung	
	Fördergefässe	Verband Armee Sporthilfe Swiss Olympic Card			Stützpunkte	Stützpunkte, Nationalkader Nachwuchs U16 Patenschaft Regional, National	Stützpunkte, Nationalkader Nachwuchs U16/U18 Patenschaft Regional, National	Stützpunkte, Nationalkader Nachwuchs U18/U21 Qualifizierter Athlet Patenschaft Regional, National, Bronze	Nationalkader U21/Elite, Förderpool-Kader*** Qualifizierter Athlet, SpiSpo-RS Förderbeitrag Elite, Bronze	Nationalkader Elite, Förderpool Kader*** SpiSpo-RS, Zeitsoldat Förderbeitrag Silber, Gold	Nationalkader Elite, Förderpool Kader*** SpiSpo-RS, Zeitsoldat Förderbeitrag Gold	
	Evaluierung/Testung				PISTE 2.0				Elite Leistungstest			
Training*	Stunden pro Woche	Sportartspez. Training Athletik Allig. sportliche Aktivität Total										
	Ausbildung Trainer	J+S Kindersportleiter, J+S Leiter	J+S Kindersportleiter, J+S Leiter	J+S Kindersportleiter, J+S Leiter	J+S Leiter Zusatz Leistungssport, J+S Experte, BTL	J+S Leiter Zusatz Leistungssport, J+S Experte, BTL	J+S Leiter Zusatz Leistungssport, J+S Experte, BTL, DTL	J+S Leiter Zusatz Leistungssport, J+S Experte, BTL, DTL	J+S Leiter Zusatz Leistungssport, J+S Experte, BTL, DTL	J+S Leiter Zusatz Leistungssport, J+S Experte, BTL, DTL	J+S Leiter Zusatz Leistungssport, J+S Experte, BTL, DTL	
	Aktivitäts-/ Trainingsangebote	Kindersporttag SKF, 6K-Events, J+S Kindersportangebote Dojo, Schnupper- und Einführungskurse, polysportive Angebote, freiwilliger Schulsport, Ferienpass	Kindersporttag SKF, 6K-Events, J+S Kindersportangebote Dojo, Schnupper- und Einführungskurse, polysportive Angebote, freiwilliger Schulsport, Ferienpass	Kindersporttag SKF, 6K-Events, J+S Kindersportangebote Dojo, Schnupper- und Einführungskurse, polysportive Angebote, freiwilliger Schulsport, Ferienpass	Kindersporttag SKF, 6K-Events, Einführungskurse für Jugendliche, J+S Angebote Karate, Dojo- und Sektionsveranstaltungen	Dojo-, Sektions- und Stützpunkttrainings	Dojo-, Sektions-, Stützpunkt- und Nationalkadertrainings	Dojo-, Sektions-, Stützpunkt- und Nationalkadertrainings, Talent Treff Tenero	Dojo-, Sektions-, Stützpunkt- und Nationalkadertrainings, Talent Treff Tenero	Dojo-, Sektions-, Stützpunkt- und Nationalkadertrainings	Dojo-, Sektions- und Nationalkadertrainings	
Wettkampf*	National	-	Sektionsturniere Kantonale Kinderturniere	Sektionsturniere Kantonale Kinderturniere	Sektionsturniere Kantonale Kinderturniere Swiss League SM	Sektionsturniere Kantonale Kinderturniere Swiss League SM	Swiss League SM	Swiss League SM	Swiss League SM	Swiss League SM	Swiss League SM	
	International				Int. Punktturniere	Int. Punktturniere K1 Youth League	Int. Punktturniere K1 Youth League K1 Series A** K1 Premier League EM/WM (Nachwuchs & Elite**) Youth Olympic Games	Int. Punktturniere K1 Youth League K1 Series A** K1 Premier League** EM/WM (Nachwuchs & Elite**) Youth Olympic Games	Int. Punktturniere, K1 Series A K1 Premier League EM/WM (Nachwuchs & Elite)	Int. Punktturniere, K1 Series A K1 Premier League EM/WM (Elite)	Int. Punktturniere, K1 Series A K1 Premier League EM/WM (Elite) European Games World Games	
	Anzahl pro Jahr		3	5	8	8	10	12	14	15	15	

Bemerkung: Dieses Plakat stellt einen "idealen" Athletenweg dar. Das heisst jedoch nicht, dass dies der einzig richtige und mögliche Weg ist.

* Siehe SKF Rahmentrainingsplan und Jahresplanung für detailliertere Infos

** Kata ab 16 J, Kumite ab 18 J

*** Förderpool A: Top-32 WKF-Ranking (Seniors); Förderpool B: Top-64 WKF-Ranking (Seniors); Förderpool C: Top-100 WKF-Ranking (Seniors)

Outils de planification & monitoring

Planification pluriannuelle

Avantages d'une planification pluriannuelle (4 ans) :

- Définition claire des objectifs (école et sport)
- Aperçu des dates/étapes scolaires et sportives importantes
- Peut aider à découvrir à l'avance les chevauchements dans la formation/la profession et le sport et à intervenir à temps (voir image à droite)
- Meilleures chances d'admission dans les écoles de sport, l'ER sport d'élite, soutien financier de l'aide sportive, etc.
- Donne une impression de professionnalisme

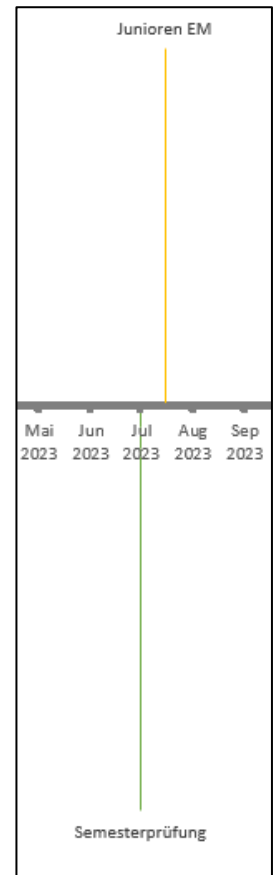
Il est vivement recommandé d'établir une planification pluriannuelle avec les parents et/ou les entraîneurs !

Le modèle de Swiss Olympic est recommandé

[Planification pluriannuelle \(allemand\)](#)

[Planification pluriannuelle \(français\)](#)

Extrait de la chronologie du
modèle de planification
pluriannuelle



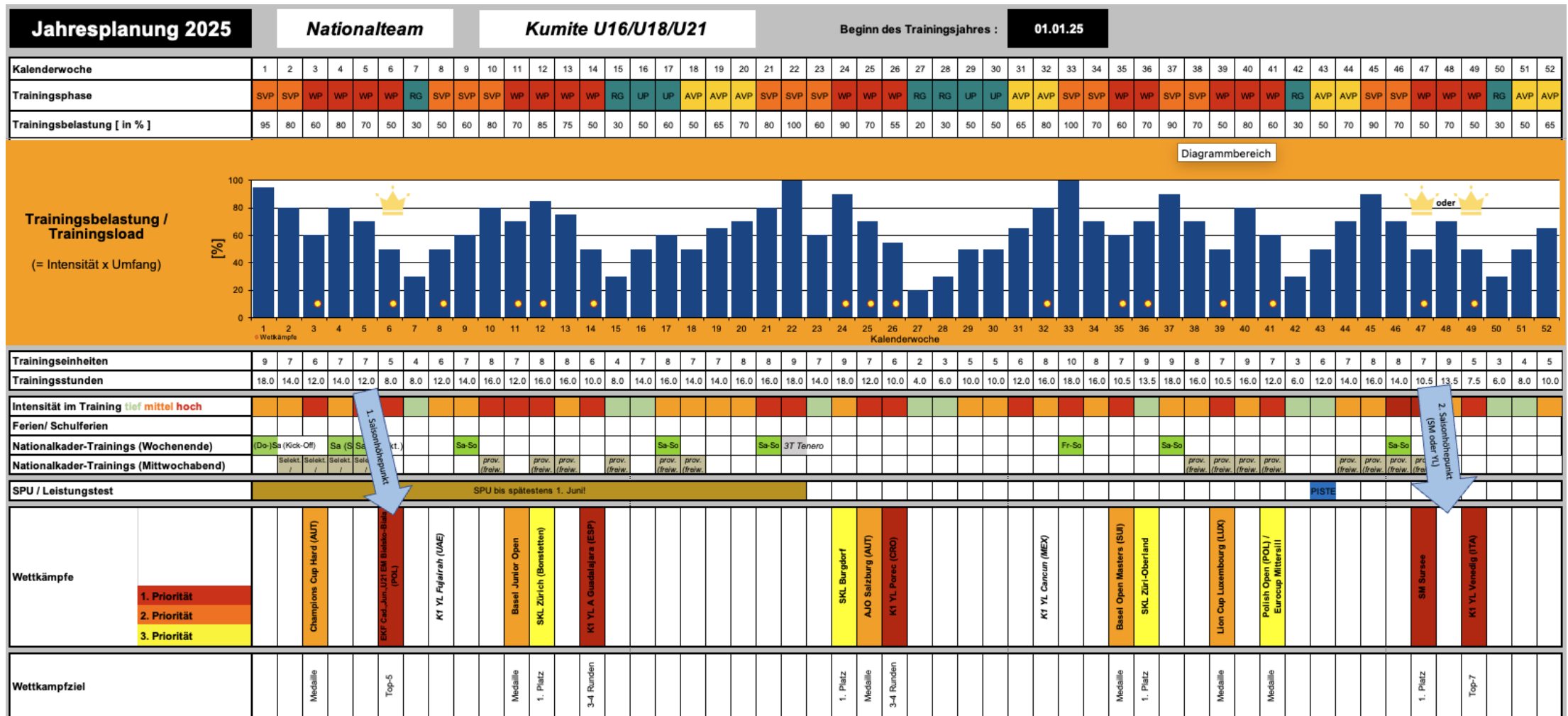
Planification annuelle & plan d'entraînement cadre

ATTENTION !

Il s'agit encore du
planning de 2025 !
La nouvelle
planification sera
envoyée dans le
courant du mois de
janvier !

[illegible]

Planification annuelle & plan d'entraînement cadre



Planification annuelle & plan d'entraînement cadre

[illegible]

Planification annuelle & plan d'entraînement cadre

Beispielprogramm HYPERTROPHIE (HT)							
Ziel: Muskelquerschnittsvergrößerung und Verbesserung der Maximalkraft, Fundament für intensivere Belastungen schaffen, Verbesserung der Rumpfstabilität Objectif : Augmentation de la section musculaire et amélioration de la force maximale, création d'une base pour des efforts plus intenses, amélioration de la stabilité du tronc.							
Warm-Up 5-10': Aktivierung, Körpertemperatur erhöhen, dynamische Stretches							
Übungen / Alternative	Sets	Reps/Zeit (ea=each side)	RIR* Fortgeschritten / Anfänger	Satzpausen (min)	Bemerkung	Video	Video Alternative
A1: BULGARIAN SPLIT SQUATS / LEG PRESS - 1 LEG	3	8-12ea	0-2 / 3-4	1.5 - 2'	Kann mit Kurzhanteln, Kettlebells oder Langhanteln gemacht werden	hier klicken	hier klicken
A2: BENCH PRESS / CHEST PRESS MACHINE	3	8-12	0-2 / 3-4	1.5 - 2'	Mit Lang- oder Kurzhanteln	hier klicken	hier klicken
B1: HIP THRUSTS / HIP THRUST - 1-LEG	3	8-12	0-2 / 3-4	1.5 - 2'		hier klicken	hier klicken
B1: PULL-UP / TRX ROW	3	8-12	0-2 / 3-4	1.5 - 2'	Bei den Pull-Up kann ein Widerstandsband zur Hilfe genommen werden	hier klicken	hier klicken
C1: LATERAL LUNGE	3	8-12	0-2 / 3-4	1.5 - 2'	Mit Kurz- oder Langhantel oder Kettlebell; So tief runtergehen wie möglich	hier klicken	
C2: SPLIT STANCE CALF RAISES	3	8-12ea	0-2 / 3-4	1.5 - 2'		hier klicken	
C3: SHOULDER PRESS DUMBBELL / RESISTANCE BAND	3	8-12	0-2 / 3-4	1.5 - 2'		hier klicken	hier klicken
D1: PALLOF-PRESS HALF KNEELING / PALLOF-PRESS STANDING	2	8-12ea	-	1 - 1.5'		hier klicken	hier klicken
D2: ROLL-OUT / SWISS BALL BODY SAW	2	8-10	-	1 - 1.5'	Mit oder ohne Gewicht in den Händen je nach Level	hier klicken	hier klicken
D3: LATERAL PILLAR BRIDGE TO ROW / KNEES ON THE GROUND	2	10-12ea	-	1 - 1.5'	Geht auch mit Widerstandsband	hier klicken	hier klicken

Info: Übungen können in Form von Supersets gemacht werden (z.B. 1. Satz A1 gefolgt von 1. Satz A2, dann mit 2. Satz bei A1 weiterfahren, etc.) / Les exercices peuvent être faits sous forme de supersets (p. ex. 1er set A1 suivi du 1er set A2, puis continuer avec le 2e set à A1, etc.)

*RIR (Reps in Reserve) = Anzahl Wiederholungen, die noch möglich wären bis zum Muskelversagen / Nombre de répétitions qui seraient encore possibles avant la défaillance musculaire

Planification annuelle & plan d'entraînement cadre

Beispielprogramm EXPLOSIVKRAFT UND PLYOMETRIE

(Fokus: langer/kurzer DVZ)

Ziel: Verbesserung der Explosivität, Schnellkraft und Reaktivität

Bemerkung: Diese Übungen sollten immer in möglichst erholtem Zustand durchgeführt werden. Pausenzeiten zwischen den Sätzen sollten eingehalten werden, damit bei jedem Satz möglichst explosiv gearbeitet werden kann.

Objectif : Amélioration de l'explosivité, de la force rapide et de la réactivité.

Remarque : ces exercices doivent toujours être effectués dans un état de récupération maximal. Les temps de pause entre les séries doivent être respectés afin de pouvoir travailler de manière aussi explosive que possible à chaque série.

Warm-Up 10-15': Aktivierung, Körpertemperatur erhöhen, dynamische Stretches, Skipping-Variationen, submaximale Sprünge

Übungen Fortgeschritten / Intermediate	Sets	Reps/Zeit (ea=each side)	Satzpausen (min)	Bemerkung	Video	Video Alternative
A1: TRIPLE HOP / BOX JUMP 1-LEG	3	2x3ea / 4-6ea	1.5 - 2'	Triple Hop: 2x3 Sprünge pro Seite sind 1 Satz	hier klicken	hier klicken
A2: PLYO PUSH-UP / MEDBALL CHEST-THROW	3	6-8	1.5 - 2'	Plyo Push-Up: Kann vereinfacht werden, indem sie erhöht auf einer Bank durchgeführt werden	hier klicken	hier klicken
B1: LATERAL BOUND	3	6-8	1 - 1.5'		hier klicken	
B2: PLYO TRX ROW	3	6-8	1 - 1.5'		hier klicken	
C1: DROP JUMPS / ASSISTED POGO JUMPS	3	6-8	1 - 1.5'		hier klicken	hier klicken
C2: MEDBALL ROTATIONAL THROW	3	6-8ea	1 - 1.5'		hier klicken	

Rumpfkraft- und Dehnübungen

Info: Übungen können in Form von Supersets gemacht werden (z.B. 1. Satz A1 gefolgt von 1. Satz A2, dann mit 2. Satz bei A1 weiterfahren, etc.) / Les exercices peuvent être faits sous forme de supersets (p. ex. 1er set A1 suivi du 1er set A2, puis continuer avec le 2e set à A1, etc.)

Planification annuelle & plan d'entraînement cadre



«Explications de la planification annuelle»

- Explications sur la planification annuelle
- définition des termes
- explications sur la méthode d'entraînement spécifique



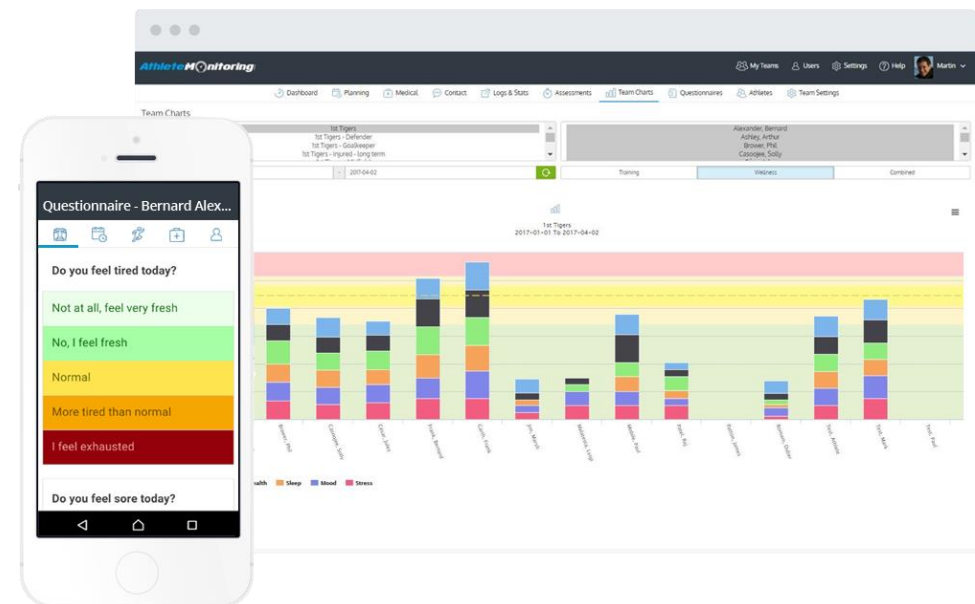
« Plan d'entraînement cadre »

- Analyse de la discipline sportive
- exigences des différentes composantes physiques
- Périodisation annuelle et subdivision
- objectifs des différentes phases d'entraînement

Journal d'entraînement

Tenue du journal d'entraînement en ligne

- Obligatoire pour tous les niveaux de cadre (fait partie du contrat de l'athlète)
- Les données de login seront envoyées par e-mail dans les prochains jours ([y compris un lien avec des tutoriels](#))
- Télécharger *AthleteMonitoring Pro* dans l'App-Store ou dans le browser sur athletemonitoring.com
- La langue peut être modifiée dans les paramètres



Ne prend pas plus de 3 minutes par jour !

Journal d'entraînement

Entrées qui doivent être effectuées :

- "Activité" → Saisir/planifier les séances d'entraînement (type d'entraînement, date, durée, RPE, plaisir)
- Interrogation quotidienne ("bien-être") → 6 questions auxquelles il est possible de répondre par un clic + poids corporel (si vous vous êtes pesé)

ATTENTION : ne peut être inscrit que le même jour, pas possible par la suite !

Important : Répondre/remplir honnêtement le journal d'entraînement



Des rappels quotidiens sont envoyés par l'application !
Indications visibles dans le menu d'accueil !

Journal d'entraînement

Justification/bénéfice :

- La collecte de données permet de tirer des conclusions importantes concernant le volume d'entraînement et le contenu de l'entraînement (technique, physique, mental) par catégorie d'âge et de compétition. Ces données sont intégrées dans le plan d'entraînement cadre.
- En cas de valeurs anormales (p. ex. mauvais sommeil permanent, entraînement trop déséquilibré, etc.), il est possible d'intervenir → Les entraîneurs nationaux, le chef de la relève et le chef du sport de performance peuvent consulter les évaluations d'entraînement/de récupération.
- En tant qu'athlètes, vous pouvez consulter les évaluations de votre entraînement/récupération et planifier vos entraînements à l'avance → Renforce la conscience de son propre corps et de l'étendue/du contenu de l'entraînement

Éthique & Antidopage

antidoping.ch



*swiss
sport
integrity*

Swiss Sport Integrity - Éthique

Swiss Sport Integrity – Service de signalement des infractions éthiques dans le sport suisse



- **Que peut-on signaler ?**
 - Violations éthiques et abus
 - Dopage et cas suspects
 - Première consultation et transmission aux instances compétentes
- **Qui peut signaler un cas?**
 - Toutes les personnes (athlètes, entraîneurs, entourage, etc.)
- **Comment signaler un cas ?**
 - Via le portail de signalement en ligne sécurisé
 - Boîte aux lettres anonyme pour les questions et les mises à jour de statut

Commission d'éthique SKF



Qu'est-ce que la commission d'éthique ?

La commission d'éthique est votre interlocuteur privilégié en matière de prévention pour toutes les questions relatives au comportement éthique, que vous pratiquiez un sport de performance ou un sport loisirs :

- ✓ Conseil : vous avez des doutes quant à la manière d'aborder les entraîneur.e.s, les athlètes, les parents ou les conflits ? Nous sommes à votre écoute et vous conseillons en toute confidentialité et sans pression.
- ✓ Médiation : en cas de conflits entre des personnes ou des groupes, nous aidons à trouver des solutions communes et à favoriser le dialogue.
- ✓ Information : nous fournissons des informations sur les normes, les droits et les possibilités d'action aux entraîneur.e.s, athlètes, responsables et parents.

Important : en cas de violations éthiques (p. ex. violence psychique ou physique, harcèlement sexuel, discrimination, dopage), **Swiss Sport Integrity (SSI)** est l'organe indépendant compétent pour traiter les signalements. En cas de doute, SSI se tient à disposition pour des consultations.

Présidente :

- Rebecca Gross

Membres :

- Golowin Aurelia
- Huber Lea
- Wimmer Jutta
- Durrer Andrin

Contact: ethics@karate.ch

**plus des informations
sont disponibles [ici](#)**

Swiss Sport Integrity – Antidopage

Obligation de formation :

- Tous les athlètes titulaires d'une **Swiss Olympic Card Talent National, Elite, Bronze, Argent** sont soumis à **l'obligation de formation** et doivent suivre **tous les deux ans un e-learning** ou le module de répétition correspondant.
- Le cours de remise à niveau Clean Winner sera disponible à partir de février 2026. La SKF informera tous les athlètes éligibles par e-mail.

Celui qui ne remplit pas l'obligation de formation ne recevra pas de nouvelle Swiss Olympic Card 2027 !

Swiss Sport Integrity – Antidopage

Autres informations importantes sur l'antidopage sur <https://www.sportintegrity.ch/fr>



Malade ou blessé?

Selon la Liste des interdictions, certains médicaments peuvent être interdits. Les athlètes sont tenus de vérifier tous les médicaments avant utilisation.



Compléments alimentaires

Les compléments alimentaires présentent un risque de dopage, car ils peuvent contenir des substances interdites.



Contrôles

Des informations claires sur le système de contrôle antidopage, le déroulement des contrôles ainsi que sur les groupes cibles et les whereabouts.



Interdiction d'importation

L'importation de produits dopants est interdite en vertu de la Loi fédérale. Les produits dopants sont confisqués par les douanes ou la police.

La nouvelle Liste des interdictions 2026 peut être consultée sur <https://www.sportintegrity.ch/fr/antidopage/droit/liste-des-interdictions>

IMPORTANT : avant chaque achat/prise de médicament, vérifier celui-ci au moyen de la consultation des médicaments !

Généralités

Swiss Olympic Athlete Hub

Athlete Hub

<https://www.swissolympic.ch/fr/athletes-entraineurs>

École, formation, travail	Chemin du sport et des athlètes	Swiss Olympic Card	Prévention
↳ Conseils gratuits en matière de carrière à Macolin, Lausanne, Zurich, Ittigen			
Médecine & santé	Life Skills	Carrière après le sport	L'armée
Valeurs & Éthique	Femme et sport d'élite	Conseil de carrière	Parents/Personnes titulaires de l'autorité parentale



SKF Social Media

Les plateformes de social media comme opportunité...

- Distinction entre le profil privé et le côté public (utiliser pour le sport)
- La monnaie en ligne est la portée et l'attention.
- Création d'un réseau, plateforme pour d'éventuels sponsors.
 - Création d'un réseau (amis / fans)
 - Couverture médiatique
 - Plate-forme/présence pour les sponsors

SKF Social Media

Les écueils des social media...

- Postes irréfléchis
- Le privé est-il privé ?
- Rediffusion illégale
- Gestion du temps
- Shitstorm/ sexisme

SKF Social Media

Quand dois-je taguer la SKF ?

- Pendant les compétitions internationales
- Lors d'entraînements nationaux
- Pendant des formations nationales
- En relation avec Swiss Olympic, Cool & Clean, l'Aide sportive suisse, le centre sportif de Tenero (p. ex. 3T).
- Lors de l'utilisation de photos et de vidéos officielles de la Swiss Karate Federation. Le logo SKF doit rester reconnaissable.

Plateformes

Instagram: @Swisskarate

Facebook: www.facebook.com/SKFSwissKarateFederation / @SKFSwissKarateFederation

LinkedIn: SKF Swiss Karate Federation

Hashtags: #SKF #swisskaratefederation #swisskarate #swisskarateteam

SKF Social Media

Étiquette de social media

- Les images et vidéos montrant des cigarettes, de l'alcool, des drogues ou des recommandations à ce sujet sont interdites.
- Tu es l'ambassadeur de la SKF Swiss Karate Federation et tu en assumes la responsabilité.
- Tu respectes à tout moment tes coaches*, tes coéquipiers* et tes adversaires.
- Laisse passer un peu de temps après un événement émotionnel avant de publier un message à ce sujet.

Fragen?



Merci beaucoup pour votre attention !

Je vous souhaite à tous beaucoup de succès pour 2026 et que vous atteigniez les objectifs que vous vous êtes fixés !

