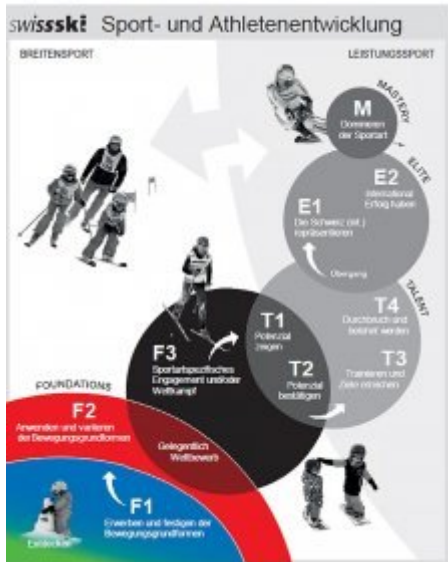


Best Practice Nordic: Einordnung FTEM

Dank des Rahmenkonzepts FTEM soll die sportliche Entwicklung von Athleten nachvollziehbar, steuerbar und optimiert werden – im Breiten- sowie im Leistungssport.



Klicken zum Vergrössern.

Es ist wichtig, dass der Einstieg in eine Sportart mit Freude bestritten werden kann und eine breite Basis an motorischen Fähigkeiten und Fertigkeiten geschaffen wird. Trotzdem soll der Weg zielgerichtet sein. Hierzu ist bei jeder Übung ersichtlich in welcher Phase die Übung absolviert werden sollte, damit die Lernenden den Lehrplan optimal beschreiten können. Dazu dienen die Icons F1 – F2 – F3, die jeden Übungsbesrieb begleiten.

Die Abkürzung FTEM steht für die vier Schlüsselbereiche «F» wie «Foundation» (Fundament, Grundlagen, Basis), «T» wie «Talent», «E» wie «Elite» und «M» wie «Mastery» (Weltklasse) und bildet damit den Idealverlauf einer sportlichen Karriere bis hin zur Weltspitze ab.

Download



«Skilanglauf-Technik» zeigt als erste App die technischen Aspekte des Skilanglaufs in einer hohen Qualität auf. Die vom Bundesamt für Sport BASPO in Magglingen in Zusammenarbeit mit Swiss-Ski produzierte App richtet sich an alle Langlauf-Interessierten im In- und Ausland. Erhältlich im App Store und bei Google Play. Preis: CHF 5

[Mehr Informationen](#)

Quelle: [Swissolympic](#)



Schweizerische Eidgenossenschaft
Confédération suisse
Confederazione Svizzera
Confederaziun svizra

Bundesamt für Sport BASPO