

Swiss Tennis Player Development

Chères entraîneuses, chers entraîneurs, chers parents, chères joueuses et chers joueurs de tennis

Swiss Tennis est fier de vous présenter le «Swiss Tennis Player Development», un **programme de formation** qui s'adresse en premier lieu aux coaches intéressés et ambitionnés et qui décrit les bases, les objectifs et les recommandations d'entraînement pour la formation des joueuses et des joueurs du cadre national.

Les catégories de performance et les classements s'appuient sur la philosophie «Road to Top» – un instrument de base mis en œuvre par le Département Sport d'élite pour les sélections annuelles (www.swisstennis.ch/?rub=496).

Die Altersklassen wurden nach folgenden internationalen Standards eingeteilt:

- **Entraînement de base** (5–10 ans)
- **Entraînement de préparation** (11–14 ans)
- **Entraînement de transition** (15–18 ans)
- **Entraînement de compétition** (19–23 ans)

Dans les parties spécifiques à une catégorie d'âge, les descriptions se réfèrent aux aînés de la catégorie (dans le groupe des 11 à 14 ans par exemple aux juniors de 14 ans).

Les objectifs et les recommandations d'entraînement des domaines «Condition» et «Mental» sont également applicables aux joueuses et aux joueurs en dehors du cadre national, tandis que pour le domaine «Tactique/Technique», on s'orientera de préférence d'après le niveau de jeu.

Les contenus du Swiss Tennis Player Development s'appuient sur les enseignements les plus récents de la science du sport, conjugués aux expériences faites par les Départements Sport d'élite et Formation, ainsi que par entraîneurs décentralisés du tennis des juniors et de compétition également intégrés dans le projet.

Swiss Tennis poursuit les objectifs suivants avec le Player Development:

- définir un cadre de référence pour l'entraînement dans les Swiss Tennis Partner Academies
- proposer un «fil conducteur» aux entraîneurs dans les Associations régionales et les clubs
- créer les bases d'une formation d'entraîneur uniforme
- procurer des idées d'entraînement aux joueurs de compétition en Suisse
- partager des connaissances importantes avec les parents et les personnes chargées de l'encadrement pour les aider à mieux comprendre le développement des juniors
- promouvoir le tennis de compétition et élever le niveau de jeu

Dans l'espoir d'avoir éveillé votre intérêt, nous restons volontiers à votre disposition pour tout complément d'information.

Meilleures salutations

Swiss Tennis



Alessandro Greco
Directeur Sport d'élite



Jürg Bühler
Responsable du projet Player Development