**Cadre Romand 2026 - Candidature**

Le Cadre Romand regroupe les meilleurs orienteurs espoirs romands. Le programme du cadre se compose d’environ 7-9 weekends d'entrainements et de compétitions ainsi que de 2 camps, un au printemps et un en été. Le Cadre Romand est ouvert à partir de l’âge de 15 ans (année de naissance 2011) pour les neuchâtelois et à partir de l’âge de 14 ans (année de naissance 2012) pour les autres.

Tout athlète voulant faire partie du Cadre Romand en 2026 doit remplir la candidature ci-dessous. Elle doit être envoyée jusqu’au **10 octobre** à l’adresse mail suivante : [trainer@cadre-romand.ch](mailto:trainer@cadre-romand.ch)

Les sélections seront faites par les entraineurs du Cadre Romand sur la base des [critères de sélection](http://www.cadre-romand.ch/wp-content/uploads/2019/09/Crit%C3%A8res-de-s%C3%A9lection_19.pdf) .

Tous les candidats seront informés au plus tard le 31 octobre des sélections.

Tous les athlètes sélectionnés sont invités au WE de fin d’année (13-14.12). L’analyse détaillée de 2025 ainsi que la planification et les objectifs techniques pour 2025 se feront à la fin de cette année pour les athlètes sélectionnés.

**Données personnelles**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| Nom |  | | |
| Date de naissance |  | Tél. |  |
| Nationalité(s) |  | Email |  |
| Début CO (année) |  | Club |  |
| Adresse complète |  | | |
| Entraîneur personnel\* |  | | |
| Tél. en cas d’urgence |  | | |

(\*) Le cadre romand fournit un entraîneur personnel si l’athlète le souhaite

**Retour sur 2025**

Quels étaient tes 3 meilleurs résultats en 2025 ? As-tu atteint tes objectifs ?

As-tu eu des problèmes de blessure, maladie ou d’autres facteurs qui ont influencé tes performances en 2025 ?

**Objectifs 2026**

Quels sont tes objectifs principaux pour 2026 ? Quels résultats veux-tu obtenir ?

Combien d’heures par semaine penses-tu t’entraîner en moyenne en 2026 (course, CO, alternatif) ?

**Environnement**

Qu’attends-tu du cadre romand ?

Que fais-tu comme études/travail en ce moment (école secondaire, gymnase, apprentissage, université, …) ? Y-aura-t-il des changements ces 2 prochaines années ?

**Conditions**

En cas de sélection :

* Je m’engage à remplir régulièrement mon cahier d’entraînement (T-pak).
* Je participe aux courses de sélection, pour les EYOC (à partir de HD16) et pour les JEC et JWOC (à partir de HD18), **y compris au logement que le cadre romand organise s’il s’agit d’un WE de courses.**

Dates 2026 : 25-26 avril et 17 mai (tous), 16 mai (DH18/DH20)

* Je participe régulièrement aux activités du Cadre Romand.