

**Zeitschrift:** Mobile : la rivista di educazione fisica e sport  
**Herausgeber:** Ufficio federale dello sport ; Associazione svizzera di educazione fisica nella scuola  
**Band:** 6 (2004)  
**Heft:** 3

**Artikel:** Arriva il diploma federale!  
**Autor:** Keim, Véronique / Madlener, Gaby / Cuendet, Florian  
**DOI:** <https://doi.org/10.5169/seals-1001880>

### **Nutzungsbedingungen**

Die ETH-Bibliothek ist die Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften auf E-Periodica. Sie besitzt keine Urheberrechte an den Zeitschriften und ist nicht verantwortlich für deren Inhalte. Die Rechte liegen in der Regel bei den Herausgebern beziehungsweise den externen Rechteinhabern. Das Veröffentlichen von Bildern in Print- und Online-Publikationen sowie auf Social Media-Kanälen oder Webseiten ist nur mit vorheriger Genehmigung der Rechteinhaber erlaubt. [Mehr erfahren](#)

### **Conditions d'utilisation**

L'ETH Library est le fournisseur des revues numérisées. Elle ne détient aucun droit d'auteur sur les revues et n'est pas responsable de leur contenu. En règle générale, les droits sont détenus par les éditeurs ou les détenteurs de droits externes. La reproduction d'images dans des publications imprimées ou en ligne ainsi que sur des canaux de médias sociaux ou des sites web n'est autorisée qu'avec l'accord préalable des détenteurs des droits. [En savoir plus](#)

### **Terms of use**

The ETH Library is the provider of the digitised journals. It does not own any copyrights to the journals and is not responsible for their content. The rights usually lie with the publishers or the external rights holders. Publishing images in print and online publications, as well as on social media channels or websites, is only permitted with the prior consent of the rights holders. [Find out more](#)

**Download PDF:** 10.02.2026

**ETH-Bibliothek Zürich, E-Periodica, <https://www.e-periodica.ch>**



# Arriva il diploma

L'anno scorso la professione di allenatore di sport d'alto livello e di sport di prestazione ha ottenuto il riconoscimento federale. Se questo migliora lo statuto legale dei titolari, c'è però da chiedersi se finalmente questa professione verrà considerata più di un'attività accessoria.

*Véronique Keim*

**I**l pregiudizio è duro a morire. A meno di non far parte dell'élite nazionale, per un atleta di punta è difficile imporsi come un professionista a pieno titolo. E l'allenatore, che a seconda del caso diventa eroe o capro espiatorio, ha un ruolo di rilievo nella vita dell'atleta. Nonostante ciò, questa professione non è ancora apprezzata come dovrebbe esserlo.

## **Nell'occhio del ciclone**

Sulla carta, il compito dell'allenatore appare semplice: sviluppare il potenziale dell'atleta per condurlo al successo, e questo a tutti i livelli. Possono variare i mezzi e il tempo a disposizione o anche le aspettative e gli obiettivi. L'allenatore di sport di alto livello è soggetto alla pressione costante di ottenere un risultato immediato e tangibile. Insieme ai suoi atleti, forma una specie di «cellula produttiva» che viene giudicata diretta-

mente attraverso i risultati. I mezzi d'informazione inneggiano ai trionfi sportivi e non esitano a dare in pasto gli allenatori a un pubblico assetato di sensazionalismo. Solo una solida formazione permette di affrontare un'attività che si svolge così a contatto con il pubblico e i corsi per allenatore offerti da Swiss Olympic sono un'ottima base.

## **Un solido bagaglio di conoscenze**

Spesso la funzione d'allenatore si contrappone al volontariato quasi come se le due funzioni fossero contraddittorie o incompatibili. Il nuovo diploma federale è quindi un passo importante per favorire il riconoscimento pubblico della professione di allenatore. In primo luogo chiarisce la situazione giuridica: i diritti e gli obblighi istituiti dal nuovo diploma regolano le questioni relative al contratto di lavoro, alle prestazioni sociali o alle assicurazioni. Gli esami federali permettono inoltre all'allenatore di pianificare la sua formazione in modo concreto e duraturo.



Professione allenatore

## federale!

### A che punto siamo?

Qual è attualmente in Svizzera la situazione degli allenatori di sport di alto livello? Sono soddisfatti delle condizioni di lavoro? E come valutano la formazione? Uno studio recentemente commissionato da Swiss Olympic si propone di rispondere a questi e ad altri interrogativi. Sono 837 gli allenatori di sport di alto livello che dal 1993 hanno ricevuto un questionario direttamente dalla loro federazione o durante il ciclo formativo di Swiss Olympic. Grazie a questo vasto campione è possibile ottenere una panoramica abbastanza precisa della professione (v. riquadro a lato).

**m**

Sito Internet:

[www.swissolympic.ch](http://www.swissolympic.ch) → Formation → Formation des entraîneurs

Contatti:

[gabriele.madlener@baspo.admin.ch](mailto:gabriele.madlener@baspo.admin.ch);

[hicham.montasser@baspo.admin.ch](mailto:hicham.montasser@baspo.admin.ch)

(per la formazione dei francofoni).

### Alla vigilia di una nuova era?

La situazione degli allenatori di sport di alto livello e di sport di prestazione è poco nota al grande pubblico. Lo studio ha posto l'accento sugli aspetti salienti del mestiere:

**Formazione preliminare:** il 64 % degli allenatori interrogati dispone di almeno due formazioni. Più di due terzi hanno seguito un corso per allenatori.

**Motivazione:** la principale motivazione è il piacere d'insegnare (87 %). Seguono poi i contatti sociali e l'interesse per la disciplina. Poco più della metà degli interrogati spiega la sua motivazione con il proprio passato di atleta.

**Contratti professionali:** la maggioranza degli allenatori è stata ingaggiata grazie alle conoscenze personali. Base del lavoro è fondamentalmente un quaderno degli obblighi o un contratto di lavoro. In genere chi lavora al 70 % o più fa esclusivamente l'allenatore.

**Campi d'attività:** il 56 % degli allenatori si occupa di giovani talenti. Seguono poi lo sport di prestazione, lo sport giovanile e infine lo sport di massa. Due terzi degli allenatori seguono atleti di diverse categorie.

**Volume di lavoro:** varia a seconda della categoria di atleti. L'impegno settimanale si aggira attorno alle 18 ore per un allenatore dello sport di prestazione, 13 ore per chi si occupa di giovani talenti e 10 per chi lavora con i giovani e nello sport di massa. Gli allenatori ingaggiati al 70 % o più lavorano in genere dalle 40 alle 50 ore alla settimana.

**Condizioni di lavoro:** in genere sono valutate positivamente. Gli allenatori a tempo pieno sono più soddisfatti soprattutto per quanto riguarda le prospettive professionali. Gli svizzeri romandi sembrano generalmente più appagati degli svizzeri tedeschi.

**Dialogo con il datore di lavoro:** il principale motivo di insoddisfazione è dovuto alla mancanza o all'insufficiente pianificazione della carriera. Nello sport di prestazione infatti predomina la visione a breve e medio termine.

**Formazione d'allenatore:** è giudicata completa e positiva. Gli allenatori si sentono ben preparati al loro compito.

**Ritiro:** la metà degli allenatori che hanno cessato l'attività attribuiscono la loro decisione alla mancanza di prospettive professionali.

*Fonte: Stalder, Maria Ursula; Kersten, Bernd: Evaluation der Berufs- und Arbeitssituation von Spitzensporttrainerinnen und Trainern der schweizerischen Sportverbände von Swiss Olympic. Schlussbericht, ottobre 2002.*



# SWITCHER SPORT

Let's play fair!

  
swiss olympic  
official supplier



## Ordinate subito

Il vostro catalogo Switcher Sport  
con un buono regalo:

**SWITCHER®**  
switcher.com

Cognome:

Nome:

Indirizzo:

NAP/Località:

Da inviare a: Switcher SA, "Switcher Sport",  
Petit-Flon 29, 1052 Le Mont o direttamente  
all'indirizzo e-mail: [info@switcher.com](mailto:info@switcher.com)

"When fashion means respect"



## «Un mestiere a pieno titolo»

Facciamo il punto con Gaby Madlener, Swiss Olympic, responsabile della formazione degli allenatori.

**L**a professione di allenatore è finalmente stata riconosciuta sul piano federale. Cosa cambia concretamente? Fare l'allenatore diventa un mestiere a pieno titolo come le altre professioni «tradizionali». Il diploma federale dà accesso a delle opzioni di formazione continua o apre nuove prospettive professionali. Il nuovo statuto legale del titolare semplifica l'iter procedurale con il datore di lavoro, cosa particolarmente importante per gli allenatori delle piccole discipline.

Spero anche che questo aiuti a considerare la professione come un vero mestiere. I titoli «allenatore di sport di prestazione con diploma federale» e «allenatore diplomato di sport di alto livello» diventano dei marchi protetti e rendono così più trasparente il mercato del lavoro.

**Dalla prima generazione di allenatori del 1964, il mestiere è sicuramente cambiato: in che modo?** Gli atleti e gli allenatori devono sicuramente affrontare un compito che negli ultimi anni ha subito dei mutamenti eccezionali. Certo, anche 40 anni fa ci si allenava con professionalità, ma le condizioni erano diverse. Oggi la carriera di allenatore e di atleta è più breve perché la nostra società non tollera l'insuccesso.

**La formazione degli allenatori ha retto a questo progresso?** Certamente! Si è adeguata all'evoluzione dello sport di alto livello, anticipando talvolta gli

sviluppi, ma senza allontanarsi troppo dalla filosofia di base. Il profilo dell'allenatore richiede conoscenze più generali e lo stesso vale per la formazione. Sono cambiati i contenuti teorici e i corsi pratici. L'offerta è stata estesa a nuovi argomenti e rami e approfondisce oggi le cosiddette competenze specifiche. Inoltre la formazione continua è parte integrante del piano degli studi.

**Quali sono i punti di forza della formazione di allenatore di Swiss Olympic?** Il nostro principale vantaggio risiede nella collaborazione concreta che intercorre tra Swiss Olympic e le federazioni sportive. Siamo costantemente a contatto con la realtà del mondo sportivo, il che ci permette di reagire più rapidamente ai cambiamenti. D'altro canto l'essere integrati a Macolin, che è il centro della formazione e dello sport per antonomasia, ci permette di allargare i nostri orizzonti. E infine, la nostra équipe composta da nove formatori, tutti allenatori di sport di alto livello, può avvalersi della collaborazione, del sostegno e dell'esperienza di una rete di specialisti svizzeri ed esteri.

**m**



# Préservez votre capital hydratation!

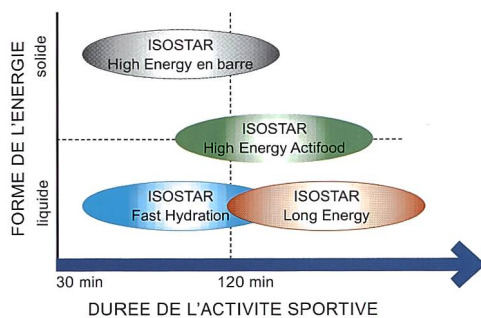


**ISOSTAR, l'alimentation sportive professionnelle qui améliore les performances physiques, c'est comme le meilleur des entraîneurs pour les sportifs. Pour optimiser l'apport en liquide et en énergie efficace pendant le sport - reload your energy, enjoy the game!**

Vous qui pratiquez un sport, vous savez très bien à quel point le ravitaillement en réserve liquide et un apport énergétique rapide sont importants pour que votre corps reste en pleine forme, votre performance physique augmente et que le sport reste un vrai plaisir.

## Reload your energy

En 1977, ISOSTAR lançait la première boisson isotonique sur le marché. Les boissons isotoniques ont la même concentration en substances solubles que le sang. Le liquide et les substances importantes s'intègrent ainsi rapidement dans la circulation sanguine. Les produits ISOSTAR donnent rapidement au corps du sportif professionnel et amateur ce dont il a besoin: du liquide, de l'énergie et des minéraux – sous forme de boisson ou de snack.



## Enjoy the game

En pleine nature, à l'entraînement ou en compétition – ISOSTAR assurera toujours l'apport en énergie idéal qui vous donnera davantage de force, d'endurance et de meilleures performances. Pour la passion du sport: ISOSTAR!



WANDER  
www.isostar.ch

## Un apport rapide – sous forme de boisson et de snack

### ISOSTAR Fast Hydration - la boisson sportive isotonique

Ce mélange de glucides à forte proportion de maltose libère de l'énergie successivement et renforce immédiatement la performance physique. Les minéraux comme le calcium et le magnésium qu'il contient jouent un rôle important pour les fonctions musculaires et le métabolisme de l'énergie. Idéal pour les activités sportives qui durent jusqu'à 2 heures.

### ISOSTAR Long Energy - la boisson énergétique pour l'endurance

Riche en glucides complexes et en vitamines. Pour les activités physiques qui excèdent 2 heures.

### ISOSTAR High Energy en barre - la barre sportive pour un apport en énergie rapide et léger

Un complément alimentaire pratique et facile à digérer, qui crée de nouvelles réserves en énergie, favorise l'endurance et accélère la régénération.

### ISOSTAR High Energy Actifood – l'apport en énergie à teneur élevée en fruits

Un concentré énergétique facilement assimilable, à base de fruit et de glucides complexes.





# Due allenatori

## in azione

Florian Cuendet e Irène Müller-Bucher hanno seguito con successo la formazione di allenatore di Swiss Olympic. Ecco cosa ci raccontano sul loro percorso e sul loro nuovo mestiere.

### Vivere la propria passione

*Da dieci anni a questa parte Florian Cuendet, protagonista indimenticato della combinata nordica, si impegna per i giovani talenti del salto con gli sci. Dapprima a livello regionale e da poco anche a livello nazionale.*

### Un passo decisivo

Nel settembre del 2002, Florian Cuendet abbandona il suo mestiere di ingegnere per dedicarsi a tempo pieno alla sua passione. Come allenatore dei giovani talenti di Swiss-ski, il suo compito è di preparare gli atleti alle grandi competizioni internazionali. «Il lavoro che faccio con i giovani consiste nel trovare delle soluzioni individuali per permettere loro di progredire sul piano sportivo. In quest'attività con gli adolescenti l'aspetto psicologico è molto importante.»

### Rivedere il proprio ruolo

Per Florian Cuendet la formazione di allenatore è un passaggio obbligatorio per progredire sul piano personale, soprattutto se le proprie radici fondano nello sport regionale. I contenuti appresi durante la formazione, dice, lo hanno indotto a rivedere completamente il suo ruolo di allenatore: «fondamentalmente ho rivisto i principi del coordinamento, un aspetto che ritenevo solo secondario e che invece è di grandissima importanza per il lavoro con i giovani.» Ritene inoltre che l'attività praticata per Swiss-ski durante la formazione gli sia stata di grande vantaggio: «mi ha permesso subito di applicare concretamente le mie conoscenze e di capire a fondo le teorie esposte.»

### Un trampolino per il futuro

Per lui, tuttavia, il diploma federale non cambia nulla perché è già impegnato professionalmente nella federazione. «Lo considero comunque un vantaggio che mi aprirà altre porte se in futuro avrò voglia di affrontare nuove sfide.» Cuendet ha la fortuna di esercitare la sua passione nella sua quotidianità e non gli importa se il mestiere di allenatore non è considerato come una professione a pieno titolo. «Di fronte allo scetticismo, spiego semplicemente cosa faccio ogni giorno e allora la gente capisce che il mio non è un semplice passatempo.» **m**

*Florian Cuendet, allenatore delle giovani leve di Swiss-ski (salto con gli sci)*

### Dalla bussola alla palla

*Dopo aver ottenuto un successo storico ai campionati mondiali di corsa d'orientamento a Rapperswil, Irène Müller-Bucher si è ritirata dalla scena sportiva, ma solo per un breve periodo. È tornata alla ribalta assieme alla squadra femminile di pallamano di Zugo.*

### Una grande polivalenza sportiva

In qualità di atleta di alto livello sia nella corsa d'orientamento che nella pallamano, Irène Müller-Bucher conosce il mestiere come le sue tasche, anche se, non nasconde di essersi anche confrontata con il rovescio della medaglia. Sembra sorprendente, ma colei che è stata eletta «migliore allenatrice svizzera del 2003» lavorava solo al 30% per la Federazione svizzera di corsa d'orientamento, «nonostante il volume di lavoro corrispondesse piuttosto all'80%».

### Un riconoscimento importante

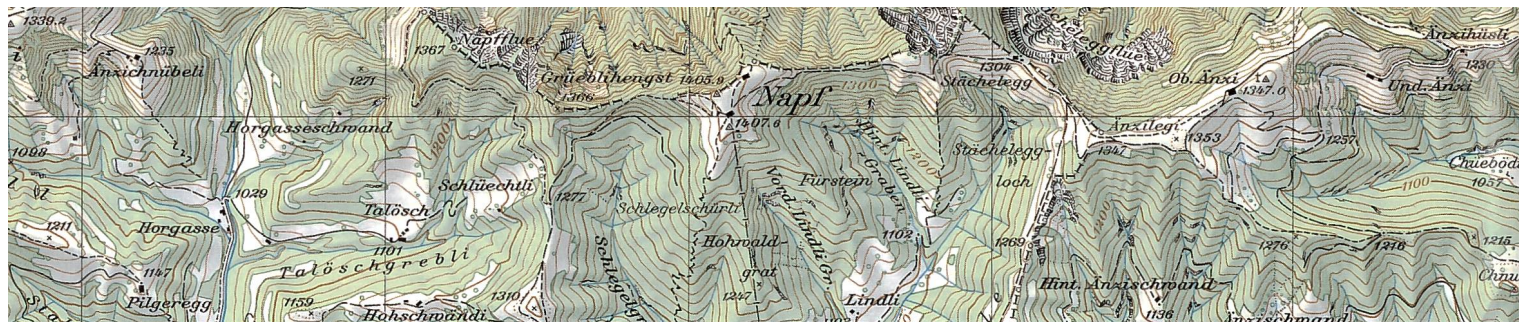
Geometra di formazione, madre di famiglia e casalinga, Irène Müller-Bucher ha iniziato la formazione d'allenatore nel 1995 frequentando il corso di base di Swiss Olympic, completato nel 2003 con il corso di allenatore per sport di alto livello. I media hanno dato ampio rilievo al suo titolo di allenatrice per l'anno 2003. Oggi riceve molti inviti per conferenze e seminari.

### Nuove sfide

L'argoviese non ha avuto molto tempo per riposarsi ed è già ripartita per una nuova avventura sportiva: il ruolo di allenatrice di una squadra intera richiede sicuramente una gestione diversa rispetto alla guida di un piccolo gruppo di atlete. «I miei compiti sono definiti meglio. Nella Federazione di corsa d'orientamento ero allo stesso tempo formatrice, coach, allenatrice dei quadri femminili A, B e U23 come pure selezionatrice. Il cumulo di funzioni spesso generava dei conflitti d'interesse difficili da gestire.» Irène-Müller-Bucher condivide l'opinione di Florian Cuendet e sostiene pure che passerà ancora molto tempo prima che il mestiere d'allenatore sia veramente riconosciuto dal grande pubblico, soprattutto per le discipline definite minori. **m**

*Irène Müller-Bucher, allenatrice svizzera per l'anno 2003 (corsa d'orientamento)*





Regioni interessanti sia dal profilo turistico che geografico riunite su un unico foglio di carta. La ricchezza di dettagli e la qualità che contraddistinguono ogni prodotto dell'Ufficio federale di topografia fanno di questa cartina uno strumento preciso adatto per escursionisti, appassionati di mountain bike e di corsa d'orientamento, o collezionisti di mappe nazionali.

**CHF 24.50**

ISBN 3-302-02522-X

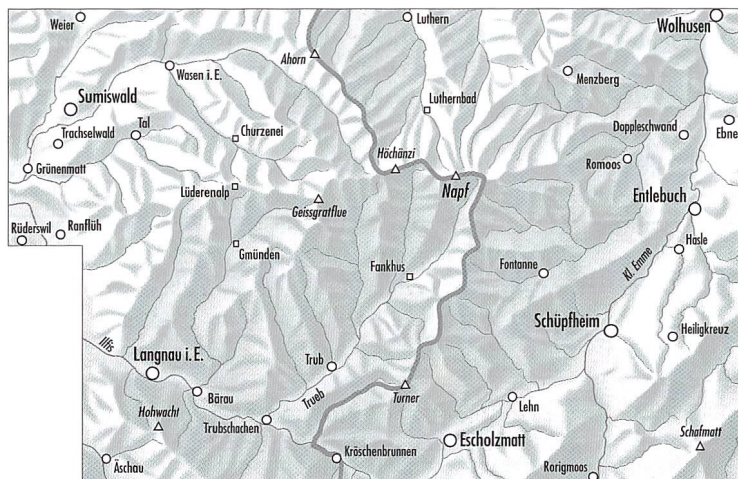
**swisstopo**

+ + +

Bundesamt für Landestopografie  
Office fédéral de topographie  
Ufficio federale di topografia  
Federal Office of Topography

[www.swisstopo.ch](http://www.swisstopo.ch)

## Cartina nazionale della Svizzera 1: 25 000 Adattamento 2522 Napf



# Enjoy sport - protect yourself

FRUITCAKE

Schweizerische Beratungsstelle für Unfallverhütung, [www.bfu.ch](http://www.bfu.ch)  
Bureau suisse de prévention des accidents, [www.bpa.ch](http://www.bpa.ch)  
Ufficio svizzero per la prevenzione degli infortuni, [www.upi.ch](http://www.upi.ch)

**Concours  
Wettbewerb  
Concorso**  
[www.enjoy sport.ch](http://www.enjoy sport.ch)

**ASA | SVV**

Schweizerischer Versicherungsverband  
Association Suisse d'Assurances  
Associazione Svizzera d'Assicurazioni

**BUONO** per il nuovo catalogo di 156 pagine! Da inviare con l'indirizzo o da ordinare per e-mail.

Nome		Cognome		Via	
NP/Luogo					
Tel.					
Email					

## Fuori conta solo il meglio

Più di 60 modelli di tende (esposizione aperta tutto l'anno!), sacchi a pelo, materassi, sacchi da montagna, borse per biciclette, vestiti per l'attività all'aria aperta, accessori per il campeggio...

[www.spatz.ch](http://www.spatz.ch)

**SPATZ** **Camping Trekking**  
I professionisti del campeggio e del trekking

Hedwigstrasse 25 Tel. 01 383 38 38  
Casella postale 423 Fax 01 382 11 53  
CH-8029 Zurigo 7 [www.spatz.ch](http://www.spatz.ch)