Concept Dual Carreer FLA & LIHPS
Avril 2026
ATHLETE 360+ « Plus qu'un athlète »

Les différentes actions de la FLA dans un passé récent ont permis de repousser l'âge d'arrêt précoce en masse de la pratique athlétique de U16 à U20. De plus, le nombre d'athlètes performants et prometteurs dans les catégories U18 et U20 a explosé.

Dans les 2 années à venir, de nombreux athlètes prometteurs vont passer le bac. Il est donc nécessaire pour la FLA de déterminer un concept pour accompagner nos athlètes vers la meilleure orientation, afin de maximiser leurs chances de pouvoir continuer à s'exprimer et performer en athlétisme durant leurs études supérieures.

Une des missions du LIHPS est de gérer la double carrière des athlètes, mais cela ne peut pas être fait pour tous les athlètes souhaités. Doc la FLA et le LIHPS ont décidé de co-construire un concept pour réduire le drop-out, augmenter le nombre de sportifs et renforcer le niveau des groupes d'entraînement, afin de contribuer à l'alimentation et au développement du sport de haut niveau.

1. *Objectifs principaux du concept :*

- Anticiper la transition post-bac pour limiter les abandons sportifs
- Aider à l'orientation post-bac selon le profil réel de l'athlète (choix de pays, de langues, ...)
- Apporter un soutien aux athlètes et à leurs parents, ainsi que l'ensemble des informations nécessaires à une prise de décision éclairée concernant leur avenir sportif
- Convaincre (les athlètes, les coaches et les parents) que la poursuite d'une carrière sportive ambitieuse est compatible avec des études supérieures
- Accompagner les athlètes collectivement dans la construction d'un projet double carrière cohérent, réaliste et ambitieux, puis individuellement dans les situations plus importantes ou délicates
- Responsabiliser l'athlète dans la construction de son parcours en le rendant acteur de la démarche
- Sécuriser le parcours académique pour réduire l'incertitude parentale
- Construire un concept clair en collaboration avec le LIHPS, en clarifiant les rôles entre la Fédération et le LIHPS afin d'assurer une complémentarité efficace
- Maintenir l'entraînement et le niveau de performance sportive durant les études supérieures
- Mettre en place un suivi post-bac régulier
- Développer une culture fédérale de la double carrière
- Capitaliser sur l'expérience des anciens athlètes pour structurer un réseau de soutien
- Repérer et construire un réseau d'universités et de structures de double carrière afin de fournir aux athlètes un aperçu des possibilités et de fournir des informations claires ainsi qu'un guide pratique.

2. *Public cible prioritaire :*

- Jeunes athlètes de la FLA des 3 dernières années avant le Bac (à partir de la 3e de l'enseignement luxembourgeois ou équivalent à l'étranger), soit dès 15-16 ans
- Athlètes du CFA
- Athlètes des Cadres FLA (tous niveaux)
- Parents des jeunes concernés
- PS : certains athlètes rentreront dans le suivi « Double carrière » du LIHPS

3. *Public cible secondaire :*

- Athlètes souhaitant continuer l'athlétisme, remontés par les clubs
- Entraîneurs personnels
- Clubs formateurs
- Athlètes post-bac des 5 dernières années (pour créer un réseau d'ambassadeurs)

4. *Groupe cible FLA et LIHPS :*

- Garantir la complémentarité et non la concurrence avec le LIHPS
- Coordination avec le LIHPS pour les athlètes concernés
- Clarification écrite des rôles entre Fédération et LIHPS
- Le LIHPS s'occupera des cadres élites et promotion du COSL, ainsi que de ceux entrant dans le dispositif de double carrière pour élèves de l'enseignement secondaire
- La FLA s'occupera des athlètes hors cible LIHPS avec possibilité de consulter LIHPS en cas de besoin en cours d'année

5. *Principes directeurs :*

- Anticipation dès 15–16 ans
- Aide fournie aux athlètes
- Information sur les possibilités existantes pour les parents et les athlètes
- Responsabilisation progressive de l'athlète
- Individualisation du suivi selon le niveau sportif et académique
- Coordination avec le LIHPS pour les athlètes concernés
- Transparence vis-à-vis des parents
- Suivi structuré et mesurable

6. *Timing d'intervention :*

- 3 ans avant le Bac : première sensibilisation collective ouverte aux clubs (présentation des enjeux et possibilités) => en septembre, très proche de la date de rentrée officielle du CFA, mais pas pendant la réunion de rentrée CFA.

LUXEMBOURG
LET'S MAKE IT HAPPEN

- Cette présentation sera effectuée en collaboration entre le LIHPS et la FLA

- 2 ans avant le Bac : session spécifique orientation universitaire et modèles étrangers + entretiens individuels selon cas => début octobre (avant la foire de l'étudiant)
    - Cette présentation sera effectuée en collaboration entre le LIHPS et la FLA
- Jusqu'au Bac : entretiens individuels selon le besoin
    - La trame des entretiens sera élaborée grâce au soutien et à l'expertise du LIHPS

7. *Outils à développer :*

- Fiche de renseignement orientation intégrée au suivi cadres + CFA
    - FLA en concertation pour la construction avec LIHPS
- Cartographie des athlètes post-bac actuels et des cinq dernières années
    - FLA
- Tableau de suivi annuel des athlètes post-bac
    - FLA
- Établir une liste de contacts => commencer par les connaissances de l'ensemble du staff de la FLA, puis élargir progressivement avec les contacts extérieurs et l'enrichir avec les contacts des anciens étudiants sportifs
    - FLA en concertation pour la construction avec LIHPS
- A moyen terme, écrire une base de données des universités et contacts référents à enrichir chaque année (à garder en interne)
    - Le LIHPS fera bénéficier la FLA de son « Google Maps LIHPS » regroupant les universités reconnaissant le statut de sportif de haut niveau en Europe (qui permet des aménagements d'horaires)
- Créer un tableau récapitulatif des délais d'inscriptions aux études supérieures selon les pays principaux (Luxembourg, France, Allemagne, Belgique, Suisse, UK, USA, …)
    - Il sera créé grâce aux conseils du LIHPS
- Etablir un questionnaire reprenant les différents points qui font la réussite ou non de cet objectif de double carrière, de manière assez objective. Ça pourrait éviter de passer à côté de quelque chose, et s'assurer de tous les points. Il faut inclure tous les acteurs pour l'établir : professionnel de la nutrition, de la santé mentale, LIPHS, Sportlycée, équipe sportive FLA, …
    - FLA en concertation avec les autres acteurs
- Un **diagnostic 360°**, mis à jour chaque saison
    - FLA en concertation avec les autres acteurs

    Axes évalués :

    - Sportif : niveau, potentiel, charge d'entraînement, objectifs, projet sportif
    - Académique : résultats, méthodes de travail, intérêts
    - Psycho-social : motivation, stress, autonomie
    - Projet de vie : aspirations, représentation du futur

LUXEMBOURG LET'S MAKE IT HAPPEN

8. Partenariats et réseau :

- Identification de référents dans les universités au Luxembourg et pays étrangers
- Construction progressive d'un réseau informel d'universités partenaires
- Mobilisation des anciens athlètes comme relais d'information
- Coordination formalisée avec le LIHPS pour les athlètes élite
- Echanges réguliers entre la FLA et le LIHPS pour évoquer les cas spécifiques apparaissant en cours d'année

9. Information et communication :

- Réunion annuelle dédiée aux parents (en dehors de la réunion de rentrée CFA)
- Intégration d'un module double carrière dans Athlète 360 ciblé sur les études supérieures et l'après-bac
- Guide synthétique double carrière remis aux familles
- Rubrique dédiée sur le site fédéral
- Communication ciblée en début d'année scolaire
- Communication autour de la Foire de l'étudiant et Salon des formations de Vauban pour inciter les athlètes à y aller

10. Suivi post-bac (par la FLA, sauf athlètes COSL) :

- Un contact téléphonique mensuel au 1er trimestre de la 1ère année permettrait de suivre de près la situation et l'évolution. Cela témoigne d'un intérêt et d'un soutien constants. En cas de difficulté, cela permettrait également de réagir rapidement. Cela sera pris en charge par les référents de la FLA
- Puis par la suite, 2 à 4 points de contact minimum par an (entretien ou visio)
- Établir une communication avec l'entraîneur de la structure
- Évaluation annuelle sportive et académique
- Ajustement du plan individuel si nécessaire
- Promouvoir au maintien du lien avec l'entraîneur historique et le club au Luxembourg
- Coordination avec le LIHPS pour les athlètes concernés

11. Ressources humaines :

- Désignation d'un référent double carrière au sein de la Fédération. Pour le moment, cela sera le Directeur Général (Jean-Sébastien DAUCH)
- Définition d'une quotité horaire dédiée à moyen terme (trouver comment gérer au sein du staff les jeunes athlètes)
- Formation continue des personnes accompagnant les athlètes sur les dispositifs existants de double carrière
    - Cette formation continue sera assurée par le LIHPS. L'idée, à moyen terme étant d'intégrer ce module dans les formations de l'INAPS

LUXEMBOURG LET'S MAKE IT HAPPEN

- Clarification écrite des rôles entre Fédération et LIHPS (fait avec ce document)

12. *Indicateurs d'évaluation du dispositif :*

- Pourcentage d'athlètes poursuivant le sport de compétition 2 et 5 ans après le Bac
- Taux d'intégration dans les cadres nationaux post-bac
- Taux de réussite académique des athlètes suivis
- Taux de satisfaction des familles
- Évolution du nombre d'athlètes accompagnés dans un plan formalisé

13. *Points de vigilance :*

- Éviter une surcharge administrative disproportionnée
- Adapter le niveau d'accompagnement aux ressources disponibles
- Garantir la complémentarité et non la concurrence avec le LIHPS
- Préserver la responsabilité individuelle de l'athlète
- Ne pas créer d'attentes irréalistes concernant les opportunités internationales

Pour la FLA

Jean-Sébastien Dauch

Directeur général

LUXEMBOURG
LET'S MAKE IT HAPPEN