

Befragung: Menstruationszyklus im Sport

Liebe Trainerin, lieber Trainer,

im sportlichen Kontext ist der Menstruationszyklus oftmals noch ein Tabuthema. Dennoch berichten Sportlerinnen immer wieder, dass sie Menstruationsbeschwerden haben oder sich durch den Menstruationszyklus in der sportlichen Leistungsfähigkeit beeinträchtigt fühlen. Oft wird in der Beziehung zwischen Trainer*in und Athletin darüber nicht gesprochen. Das größte Kommunikationshindernis ist mangelndes Wissen über den weiblichen Zyklus und, dass Zyklusstörungen im Leistungssport oft als normal angesehen werden.

Wir wollen wissen, wie sieht es im deutschen Leistungssport aus:

- Was wissen Sie über den Menstruationszyklus und hormonelle Verhütung?
- Merken Sie bei Ihren Sportlerinnen Veränderungen in der sportlichen Leistungsfähigkeit während des Menstruationszyklus?
- Besprechen Sie die Thematik mit ihren Athletinnen?

Dazu haben wir einen Online-Fragebogen entwickelt, indem Ihre Daten anonymisiert gespeichert werden. Für den Fragebogen benötigen Sie in etwa 20-30 Minuten.

Warum führen wir die Befragung durch?

- Wir wollen Sportlerinnen und Trainer*innen ziel- und bedarfsgerecht über den Menstruationszyklus im Sport informieren und
- Forschungsfragestellungen für weitere Projekte identifizieren.

Scannen Sie einfach den QR-Code oder geben Sie folgenden Link in Ihren Browser ein und los geht's!



https://www.soscisurvey.de/FiL-Trainer_in

Wenn Sie noch weitere Informationen benötigen oder weitere Fragen haben, melden Sie sich gerne direkt bei uns: fil@iat.uni-leipzig.de

Vielen Dank für Ihre Unterstützung!

Sportliche Grüße,
Katharina Fischer & Elisabeth Kirschbaum
Themengruppe Frau im Leistungssport