

Befragung: Menstruationszyklus im Sport

Liebe Trainerin, lieber Trainer,

in den vergangenen Monaten hat vor allem das Thema „zyklusgesteuertes Training“ in den Medien vermehrt Aufmerksamkeit bekommen. Doch meistens sieht die Realität im Leistungssport (noch) anders aus. Der Menstruationszyklus und die gynäkologische Gesundheit steht selten im Fokus, Zyklusstörungen werden normalisiert und mit dem*der Trainer*in wird kaum über den Menstruationszyklus gesprochen.

Damit in Zukunft Sportlerinnen und Trainer*innen ziel- und bedarfsgerecht über den Menstruationszyklus im Sport informiert werden können, das Bewusstsein für die Bedeutung der gynäkologischen Gesundheit gefördert wird und Forschungsfragestellungen für weitere sportwissenschaftliche Projekte identifiziert werden, wollen wir wissen, wie sieht es im deutschen Leistungssportsystem 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. Zum Ausfüllen benötigen Sie in etwa 20 Minuten.

Unter folgendem Link können Sie bis zum **12.02.2023** an der Befragung teilnehmen:

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

Es kann sein, dass Sie bereits über Ihren Spitzenverband über die Umfrage informiert wurden, dann müssen Sie nicht noch einmal teilnehmen.

Wir würden uns freuen, wenn Sie die Umfrage an weitere Trainerkolleg*innen im Leistungssportsystem weiterleiten. Wenn Sie noch weitere Informationen benötigen oder Sie weitere Fragen haben, melden Sie sich gerne direkt bei uns: fil@iat.uni-leipzig.de

Vielen Dank für Ihre Unterstützung!

Sportliche Grüße,
Elisabeth Kirschbaum & Katharina Fischer