

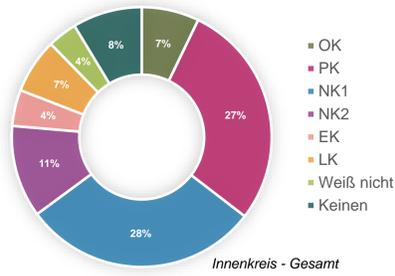


Befragung rund um den Menstruationszyklus im deutschen Leistungssport- Sportlerinnen

Themengruppe Frau im Leistungssport

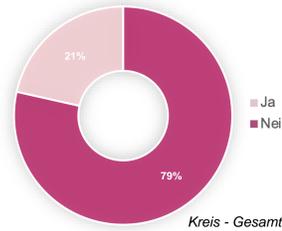
Demographische Daten

	Gesamt
Anzahl	628
Jahre	21,0 ± 5,2
TE/Woche	9 ± 4
Std./Woche	17,4 ± 7,4
Int. WK-Niveau	71 %



Kommunikation

Ich spreche mit meinem Trainer:innenteam über meinen Menstruationszyklus...

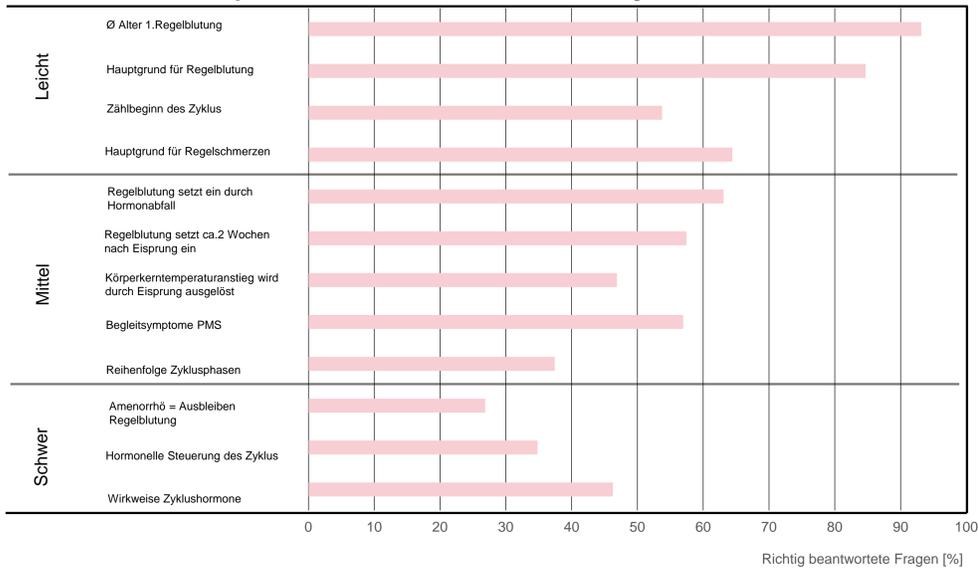


Wenn ich über meinen Menstruationszyklus spreche, ist mir wichtig, dass...

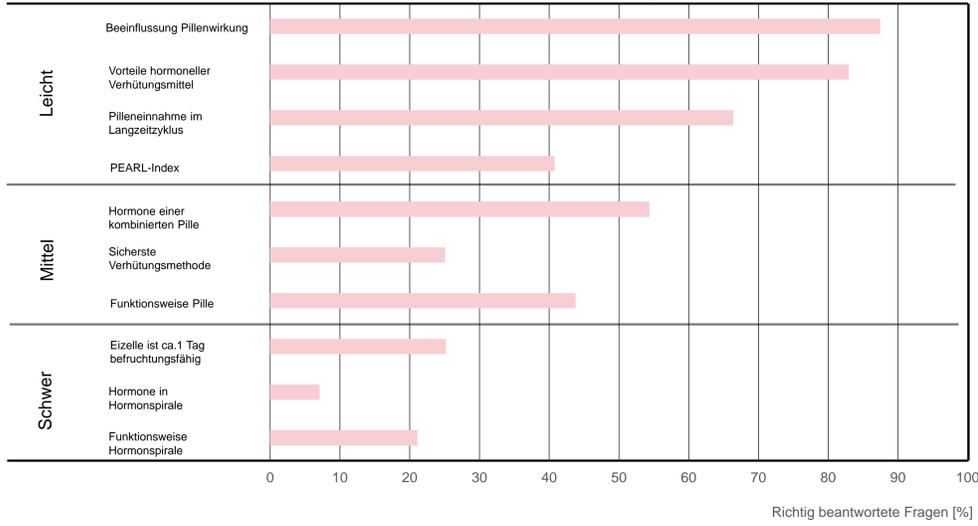


Wissensstand

Was weiß ich als Sportlerin über den Menstruationszyklus...

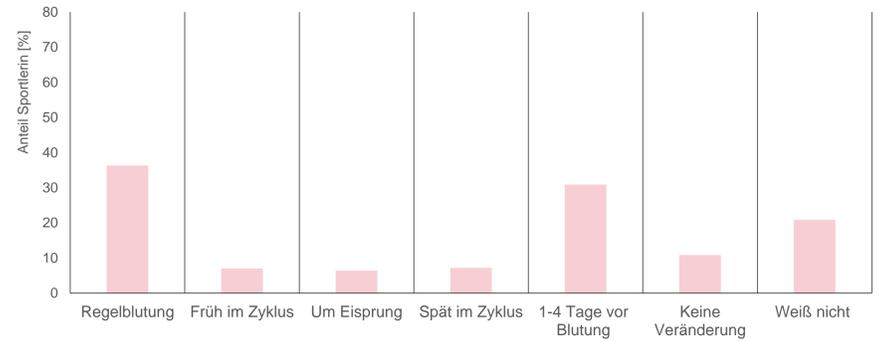


Was weiß ich als Sportlerin über hormonelle Verhütung...

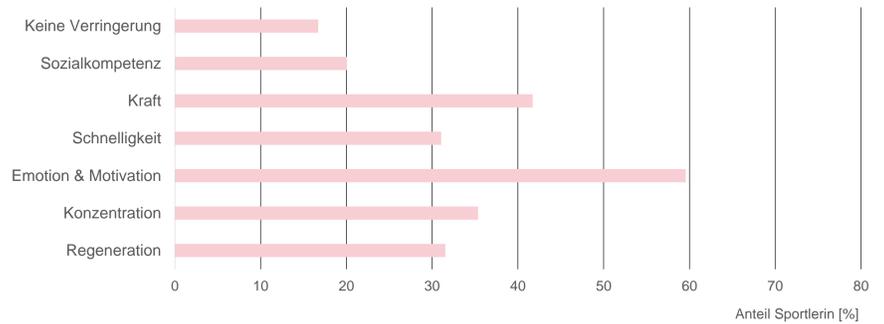


Leistungsfähigkeit

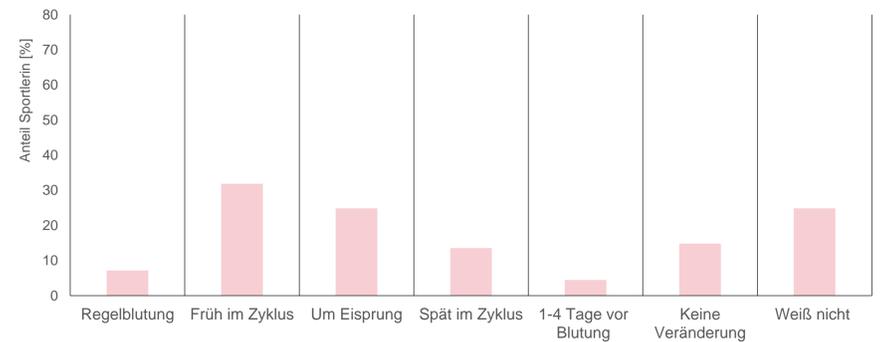
In den folgenden Zyklusphasen bin ich am wenigsten leistungsfähig...



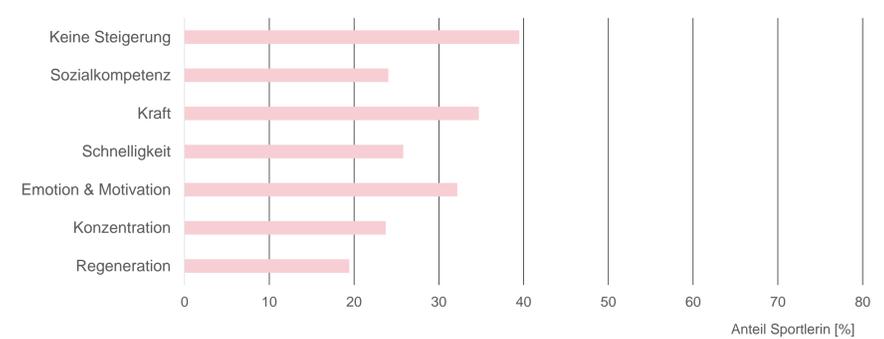
Ich merke es vor allem in...



In den folgenden Zyklusphasen bin ich am leistungsfähigsten...

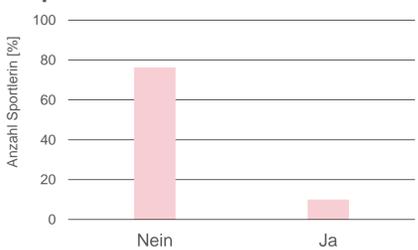


Ich merke es vor allem in...

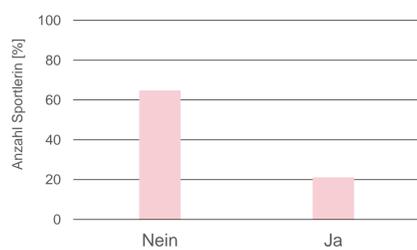


Triade der Sport treibenden Frau/RED-S

Ich weiß, was die Triade der Sport treibenden Frau ist...



Ich weiß, was RED-S bedeutet...



Die Kategorie „Weiß nicht“ wird an dieser Stelle nicht berichtet.