



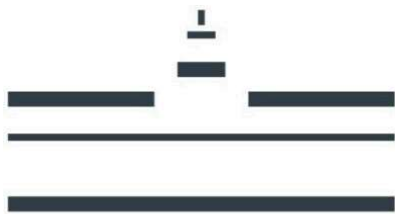
## Liebe Abonnent\*innen unseres Newsletters,

das Weihnachtsfest und das neue Jahr mit großen sportlichen und akademischen Herausforderungen nahen.

Das Team der Spitzensportförderung der Universität Münster wünscht allen ein besinnliches Fest, Ruhe und Gelassenheit für alles, was im kommenden Jahr kommen möge, und natürlich einen guten Rutsch.

Mit besten Grüßen

Ihr Team der Spitzensportförderung



Universität  
Münster



## Wissenschaftliche Studie zu Studium und Spitzensport

Die Vereinbarkeit von Studium und Spitzensport ist für die Spitzensportförderung der Uni Münster nicht nur ein Anliegen, um studierenden Spitzensportler\*innen die Möglichkeit zu geben, beide Karrieren nebeneinander zu bewältigen. Es ist auch Gegenstand der wissenschaftlichen Forschung. Im Rahmen des [Forschungsprojekts](#),



das bis Dezember 2025 durch das Bundesministerium des Innern (BMI) und den adh gefördert wird, widmen sich die Projektleiter\*innen Dr. Barbara Halberschmidt und Prof. Bernd Strauß sowie Laura van de Loo und Claire Kaeding der zentralen Fragestellung: Was trägt dazu bei, dass Athlet\*innen ihr Studium erfolgreich mit einer Karriere im Spitzensport vereinbaren können?

**kompletter Artikel unten**



## **70-Stunden-Woche für Schwimmsport und Studium**

Im Wasser beginnt die Freiheit, das unbeschwerte Gefühl der leichten Bewegung. In der Schwimmhalle hat [Annika Lekon](#) ihren perfekten Sport gefunden. Doch für die 21-Jährige, der seit der Geburt die linke Hand fehlt und die mit einer Hüftfehlbildung leben muss, ist beim Schwimmen nicht nur das Handicap aufgehoben. Im Sport erlebt sie auch Kollegialität, Spaß im Trainingslager und den guten Austausch mit den Konkurrent\*innen bei den Wettkämpfen. Gute Gründe, um seit dem Einschreiben an der Uni Münster (Lehramt Mathe und Sport) die duale Karriere mit Sport und Studium voranzutreiben.

**kompletter Artikel unten**



## Wissenschaftliche Studie zu Studium und Spitzensport

Die Vereinbarkeit von Studium und Spitzensport ist für die Spitzensportförderung der Uni Münster nicht nur ein Anliegen, um studierenden Spitzensportler\*innen die Möglichkeit zu geben, beide Karrieren nebeneinander zu bewältigen. Es ist auch Gegenstand der wissenschaftlichen Forschung. Im Rahmen des [Forschungsprojekts](#), das bis Dezember 2025 durch das Bundesministerium des Innern (BMI) und den [adh](#) gefördert wird, widmen sich die Projektleiter\*innen Dr. Barbara Halberschmidt und Prof. Bernd Strauß sowie Laura van de Loo und Claire Kaeding der zentralen Fragestellung: Was trägt dazu bei, dass Athlet\*innen ihr Studium erfolgreich mit einer Karriere im Spitzensport vereinbaren können? Untersucht wird, welche Faktoren und Prädiktoren das Gelingen der Verbindung von Studium und Spitzensport der studentischen Spitzensportler\*innen fördern.



Ziel ist es, die Bedingungen und Unterstützungsstrukturen für Athlet\*innen an Hochschulen durch das Projekt nachhaltig zu verbessern und ihnen eine erfolgreiche Vereinbarkeit von Studium und Spitzensport zu ermöglichen. Diese Zielsetzung resultiert bereits aus dem Status „Partnerhochschule des Spitzensports“, der 1999 an der Uni Münster initiiert wurde.

Nach dem Start mit zunächst drei Universitäten, die sich gemäß dem Vertragswerk verpflichteten, studierenden Spitzensportler\*innen eine Vereinbarkeit von Studium und Spitzensport zu ermöglichen, wuchs die Anzahl beteiligter Hochschulen beständig. Stand 2023 sind über 110 Hochschulen mit rund 1200 Athlet\*innen „Partnerhochschule des Spitzensports“.

Diese Hochschulen verpflichten sich vertraglich, verschiedene Fördermaßnahmen anzubieten, die es den studierenden Athlet\*innen vereinfachen sollen, in beiden Systemen exzellente Leistungen zu zeigen. Die Hochschulen können nach juristischer Prüfung überwiegend eigenständig entscheiden, welche Fördermaßnahmen sie anbieten.

Ausgestaltet und gelebt wird das Projekt in der Regel nicht nur von den jeweiligen Hochschulen, sondern auch von beteiligten, bestenfalls vernetzten Partnern innerhalb und außerhalb der Universitäten und Fachhochschulen. Gängige Partner sind innerhalb der Hochschulen die Studierendenwerke und Studienberatungen, außerhalb die sich in der Nähe befindlichen Olympiastützpunkte sowie Landes- und Bundesstützpunkte und Vereine, an und in denen Athlet\*innen auf spitzensportlichem Niveau trainieren.

Gefördert werden Athlet\*innen mit Kaderstatus (Olympia-, Perspektiv-, Ergänzungs- und NK1/2 Kader) sowie Spieler\*innen der 1. und 2. Bundesliga. Neben zeitlichen Herausforderungen spielen insbesondere auch finanzielle Aspekte für die Athlet\*innen bei der dualen Karriere eine wichtige Rolle. Das Studium mit seinen Anforderungen und Abläufen muss mit dem ebenfalls relativ starren System Sport so vereinbart werden, dass trotz finanzieller und zeitlicher Belastung, exzellente Leistungen erbracht werden.



Das Studium ist geprägt durch einen formalisierten Rhythmus von festgeschriebenen Leistungsparametern mit engen Zeitfenstern für die jeweils eingeforderte Leistungserstellung. Bei den engen Zeitressourcen für jede\*n Spitzensportler\*in erfordert dies ein immer wieder fragiles Ausbalancieren der Investitionen in den Spitzensport sowie in das Studium.

Angesichts der sich seit einigen Jahren stark verändernden Trainings- und Wettkampfkontexte im Bereich des Spitzensports und der Förderbedingungen auf der einen Seite und im Bereich von Hochschule auf der anderen Seite (gestuftes Studienmodell, erhöhte Nachfrage nach Studienplätzen etc.) ist es unerlässlich, dieses Modell der Dualen Karriere im Hochschulsetting einer (erneuten) Evaluation im Sinne einer Stärken-Schwächen-Analyse zu unterziehen. Insbesondere ist dies notwendig, um für eine evidenzbasierte (Sport-)Politikberatung auf aktuelle und generalisierungsfähige empirische Ergebnisse zurückgreifen zu können.

Es kommt hinzu, dass es vor dem Hintergrund der Pandemiejahre (2020-2022) sinnvoll erscheint, den Einfluss der Covid-19 Pandemie auf die sportlichen und studentischen Leistungen zu untersuchen.

Aufgrund der zahlreichen Einschnitte der Pandemie sowohl im sportlichen (kein Zugang zu den Sportstätten, kein gemeinsames Training, ggf. Erkrankungen) als auch im studentischen Bereich (Ausfall der Seminare und Vorlesungen, Umstellung der Veranstaltungsformate, veränderte Prüfungsbedingungen etc.) Veränderungen und Einschnitte im Hinblick auf die Duale Karriere im Kontext Hochschule zeigen.

Die unsicheren Zeitplanungen, ungewohnten Trainingsbedingungen sowie sozialer Isolation und Sorgen (Anpassungen der Ausbildungssituation, weniger finanzielle Mittel, Einschränkungen bei Reisen usw.) sind Belastungen, denen sich die Spitzensportler\*innen nun stellen mussten. Explizite Analysen, die studierende Spitzensportler\*innen fokussieren, fehlen indes noch.

Mit der Ausrichtung der FISU World University Games 2025 in Deutschland wird das Augenmerk der internationalen und der nationalen Öffentlichkeit auf den Leistungen der studentischen Athlet\*innen liegen, und es wird im Vorfeld von besonderer Bedeutung sein, Gelingensfaktoren der Dualen Karriere zu identifizieren und zu fördern. Die Befunde sollen aber nicht nur aktuell, sondern auch langfristig der Weiterentwicklung des Hochschulsports und Stärkung seiner Rolle im Sportsystem dienen.

Der adh wird in dem geplanten Projekt eine ganz zentrale Rolle einnehmen. Neben der inhaltlichen Projektausgestaltung, wird es über die zentralen Kontakte des adh möglich sein, die Universitäten, die dort arbeitenden Spitzensportbeauftragten und weitere Partner\*innen sowie natürlich die zentrale Zielgruppe des Projekts – die studierenden Spitzensportler\*innen, die eine Duale Karriere verfolgen – zu kontaktieren.

Ein ganz wesentlicher Aspekt der Zusammenarbeit ist der Projektbeirat. Dem Beirat gehören an: Benjamin Schenk (adh-Generalsekretär), Prof. Dr. Ilka Seidel (DOSB-Geschäftsstelle, Geschäftsbereich Leistungssport), Markus Kremin (Leiter Olympiastützpunkt Hessen), Bernd Brückmann (Laufbahnberatung Olympiastützpunkt Hessen) und Leichtathletin Linn Kleine als Athlet\*innen-Vertreterin.

#### **Bildunterschriften:**

Dr. Barbara Halberschmidt und Prof. Bernd Strauß leiten das Forschungsprojekt zur Untersuchung der Vereinbarkeit von Studium und Spitzensport. Foto: Uni Münster/Peter Leßmann

Die Partnerhochschulen des Spitzensports sind über ganz Deutschland verteilt. Grafik: adh

Schwimmerin Annika Lekon managt Training, Wettkämpfe und Lehramtsstudium

## **70-Stunden-Woche für Sport und Studium**

**Im Wasser beginnt die Freiheit, das unbeschwerte Gefühl der leichten Bewegung. In der Schwimmhalle hat [Annika Lekon](#) ihren perfekten Sport gefunden. Doch für die 21-Jährige, der seit der Geburt die linke Hand fehlt und die mit einer Hüftfehlbildung leben muss, ist beim Schwimmen nicht nur das Handicap aufgehoben. Im Sport erlebt sie auch Kollegialität, Spaß im Trainingslager und den guten Austausch mit den Konkurrent\*innen bei den Wettkämpfen. Gute Gründe, um seit dem Einschreiben an der Uni Münster (Lehramt Mathe und Sport) die duale Karriere mit Sport und Studium voranzutreiben.**

Kurz vor Weihnachten fiebert Annika Lekon dem Start

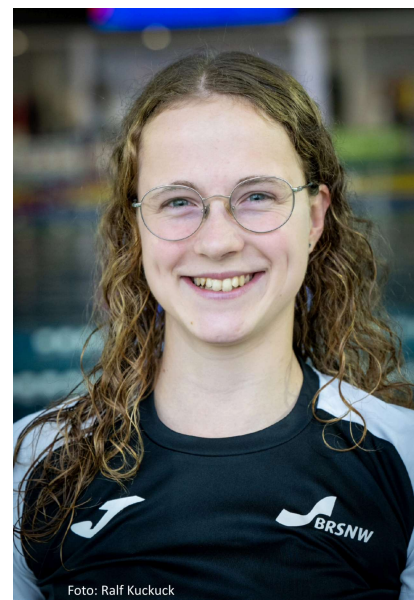


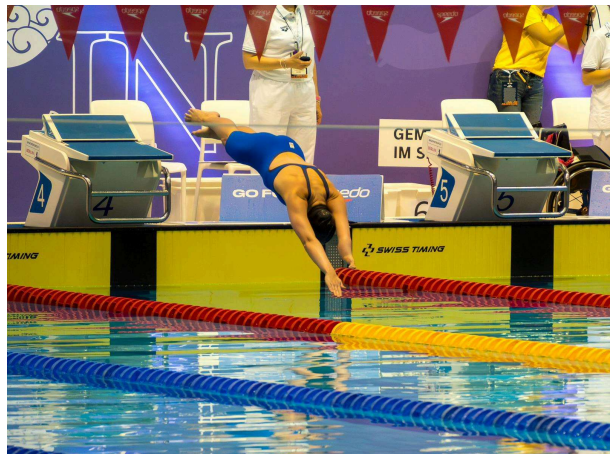
Foto: Ralf Kuckuck



beim internationalen Wettkampf in Sursee/Schweiz entgegen. Es wird der Abschluss eines tollen Sportjahres. Im November 2023 schraubte sie in ihrer Startklasse (S9) über die 800 Meter Freistil den deutschen Rekord auf 10:47,42 Minuten, im März 2024 setzte sie über die 400 m Lagen in 6:21,16 Minuten eine neue nationale Bestmarke.

„Die deutschen Rekorde sind neben den deutschen Meistertiteln meine größten sportlichen Erfolge“, sagt Annika Lekon, die als Achtjährige mit dem Wettkampfsport begonnen hat. Mit ein paar Freundinnen war sie damals zum örtlichen Schwimmverein gegangen und ist dann „dabei geblieben“. Schnell zeigte sich ihr Talent. Auf Ebene des Deutschen Schwimmverbandes sammelte sie Erfolge auf lokaler Ebene, im paralympischen Bereich ging es hinein in die deutsche Spitze.

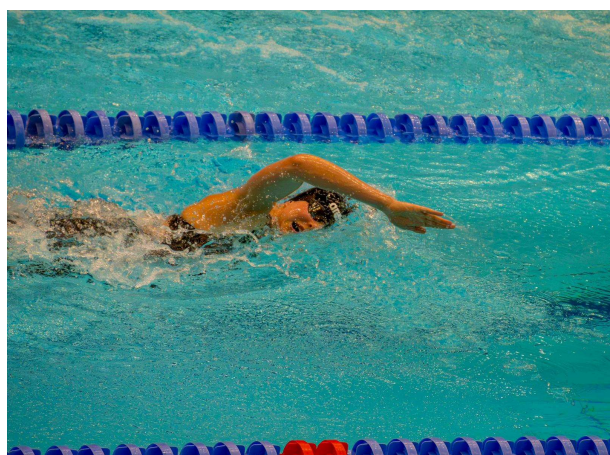
Höhepunkt der Wettkämpfe war die Teilnahme an den Finals in Berlin. Olympische und paralympische Athlet\*innen feierten gemeinsam große Sportevents. „Das war einfach eine tolle Atmosphäre“, sagt Annika Lekon.



Und die Erfolge auf nationaler Ebene stellten sich auch ein. 2022 wurde die Schwimmerin, die im DSV-Bereich für den TV 01 Bohmte und im paralympischen Bereich für die BSG Espelkamp ins Becken steigt, Deutsche Meisterin auf der Kurzbahn über 200 Meter und 400 Meter Freistil. Damit empfahl sie sich auch für den Nachwuchskader, bestätigte diesen Status mit weiteren Topzeiten in den vergangenen 13 Monaten.

Mit dem Einstieg in das Studium ist Annika Lekon aus der elterlichen Heimat bei Osnabrück nach Münster gezogen, managt nun hier ihren vollgepackten Alltag mit sechs Trainingseinheiten in der Woche sowie dem Uni-Stundenplan. „Inklusive der Wettkämpfe und dem Nacharbeiten der Uni-Seminare komme ich wohl auf eine 70-Stunden-Woche. Es ist schon ein großer organisatorischer Aufwand, um das alles unter einen Hut zu bekommen. Deshalb bin ich froh, dass ich hier in eine Zweier-WG ziehen konnte und nun in Münster trainiere.“

Die Umstellung mit dem Ausziehen von Zuhause habe bisher gut geklappt, sagt Annika Lekon. „Aber am Wochenende fahre ich oft nach Hause.“ Wenn nicht Wettkämpfe auf dem Plan stehen. So wie am Wochenende bei ihrem internationalen Auftritt in der Schweiz: „Ich kann noch gar nicht abschätzen, wie das wird. Ich habe keine Ahnung, wer und wie viele Athleten dort am Start sind. Daher geht es darum, Erfahrung zu sammeln,



vielleicht meine Zeiten zu verbessern. Wenn das Training sich auszahlt, wäre das toll.“

Trotz Studium will sie auch in Zukunft weiter an der Sportkarriere arbeiten. Einen Start bei den Paralympics sieht die 21-Jährige allerdings nicht: „Dafür muss man eigentlich Vollzeit-Sportler sein und zehn Mal die Woche trainieren. Daher ist das kaum realistisch.“ Aber die Teilnahmen an internationalen Wettkämpfen stehen weiterhin auf ihrer Liste.

Die Aufnahme in die Spitzensportförderung der Uni Münster kann dabei hilfreich sein. „Bisher hatte ich mit der Koordination der Termine noch keine Probleme. Aber ich stehe ja erst am Anfang des Studiums. In Zukunft werde ich sicherlich die Unterstützung brauchen, wenn es um Uni-Abwesenheiten wegen Trainingslagern geht. Denn ich möchte das Studium trotz Sport annähernd in der Regelstudienzeit durchziehen“, sagt die studierende Schwimmerin, die ab 2025 für die SGS Münster an den Start gehen wird.

### **Bildunterschrift:**

Im Schwimmbecken hat Annika Lekon ihre sportliche Leidenschaft gefunden, genießt die Beweglichkeit im Wasser und die Atmosphäre unter den Sportler\*innen. Fotos: Ralf Kuckuck (Porträt), privat

Prof. Dr. Bernd Strauß  
Dr. Barbara Halberschmidt  
AB Sportpsychologie  
Institut für Sportwissenschaft der Universität Münster  
Horstmarer Landweg 62b  
48149 Münster  
Tel.: 0251 8331806  
Email: [bhalbers@uni-muenster.de](mailto:bhalbers@uni-muenster.de)  
[www.uni-muenster.de/Spitzensport/](http://www.uni-muenster.de/Spitzensport/)  
[Unsubscribe](#)

