



Sexismus im Spitzensport

Fachinput

Über mich

Julia Hollnagel

Pressesprecherin bei Athleten Deutschland e.V.

Promotionsstudentin an der Deutschen Sporthochschule Köln

Stipendiatin bei der Sportstiftung NRW





Für gleiche Verwirklichungschancen

2020 wollten wir bei Athleten Deutschland wissen: Wie geht es Sportlerinnen heute? Welchen Herausforderungen begegnende und wie gleichberechtigt ist der deutsche Spitzensport wirklich. Dafür haben wir mit 26 Athletinnen gesprochen.



Du siehst ja gar nicht aus wie ein Mann.

Ringerin



Ich wünsche mir, dass Leistungen bei Frauen genauso anerkannt werden wie bei Männern.

Die Erfolge von Frauen werden immer kleingeredet. "Naja, die Konkurrenz war halt nicht so gut" oder : "Es machen ja nicht so viele Frauen wie Männer."

Gewichtheberin



Und es ist eigentlich auch nicht wirklich so denkbar, dass eine Frau in unserem Sport ein Kind bekommen würde. Eine Schwangerschaft ist nicht gewollt vom Verband.

Badmintonspielerin



Als ich eingefordert habe, dass ich gerne so viel wie die anderen trainieren würde, meinte mein Trainer: Na ja, aber er trainiert halt gern mit blonden Frauen, mit geilen Ärschen. Ich bin eben nicht blond und, na ja, auch recht schlank.

Kunstradfahrerin



Muschi-Startklassen (Bezeichnung der männlichen Schwimmer für weibliche Startklassen)

Schwimmerin

„Wenn wir weiter an dem Wort „Sexismus“ als Teil des aktiven deutschen Wortschatzes arbeiten wollen, müssen wir daher vor allem deutlich machen, dass Sexismus nicht nur ein Einwand gegen eine bestimmte Bemerkung, ein einzelnes Grabschen oder eine Werbekampagne ist – sondern dass dieser Begriff ein Grundmuster unserer Gesellschaft bezeichnet.“ (Arndt 2021)

Die Themen



Safe Sport



Mediale
Berichterstattung
und Verdienst



Sportmedizin und
Trainingswissen-
schaft



Familienplanung im
Spitzensport

Safe Sport

In der Safe Sport Studie gaben **48 Prozent** der weiblichen Befragten an, **sexualisierte Gewalt** im Sport erfahren zu haben.

In den qualitativen Interviews, die wir geführt haben, trifft dies ebenfalls auf **fast die Hälfte** der Sportlerinnen zu.

Viele der Sportlerinnen geben an, **häufig sexistische Sprüche** zu hören.

Die Täter sind in der Regel **männliche Personen in Machtpositionen**.



Was sich schon getan hat:

Athleten Deutschland hat Anlauf gegen Gewalt gegründet - eine unabhängige Anlaufstelle für Betroffene von psychischer, physischer und sexualisierter Gewalt.

Im ersten Jahr haben bereits 153 Personen das Angebot der Anlaufstelle in Anspruch genommen.



Unabhängige Anlaufstelle bei Gewalt
und Missbrauch im Spitzensport



Was sich schon getan hat:

2021 hat Athleten Deutschland ein Zentrum für Safe Sport gefordert.

2022 wurde es im Koalitionsvertrag verankert.

2023 wurde in einem Stakeholderprozess eine Roadmap für den Aufbau entwickelt.

Es soll alle Akteure im Spitzensportsystem vor Gewalt und Missbrauch schützen, im Notfall intervenieren können und dazu beitragen, dass das Leid von Betroffenen Anerkennung findet.



Medienpräsenz und Bezahlung

Sportlerinnen sind in der medialen Berichterstattung **stark unterrepräsentiert**. Verschiedene Studien beziffern den Anteil der Berichterstattung über Frauensport auf **10 bis 15 Prozent**.

Fast die Hälfte der von uns Befragten gab an, innerhalb der eigenen Sportart **geringere mediale Aufmerksamkeit als die Männer** zu erfahren.

Berichterstattung und Kameraführung thematisierten mehr die **Kleidung, die Körper oder das Privatleben** der Frauen als ihre sportlichen Leistungen.

Die geringe Medienpräsenz des Frauensports wirkt sich **nachteilig auf die Vermarktbarkeit** und das **Sponsoreninteresse** aus.



Sportmedizin & Trainingswissenschaft

Die Ergebnisse unsere Gespräche ergeben eindeutig, dass ein Training, das die Eigenschaften des weiblichen Körpers berücksichtigt, **sehr selten bis gar nicht** stattfindet.

Einige Befragte berichten, dass die Menstruation aufgrund der **Überbeanspruchung** des Körpers **komplett ausbliebe**.

Eine Studie der IAT-Themengruppe „Frau im Leistungssport“ belegt: Von 628 befragten Sportlerinnen waren 70 Prozent bereits von einer Zyklusstörung betroffen. 30 Prozent der befragten, nicht hormonell-verhütenden Athletinnen leiden aktuell unter einer Zyklusstörung

Lediglich **acht Prozent der sportwissenschaftlichen Studien** befassen sich mit der Trainingssteuerung und der Gesundheit von Athletinnen.



Was sich schon getan hat:

Athleten Deutschland hat in diesem Sommer gemeinsam mit dem „Institut für angewandte Trainingswissenschaft“ und dem NDR einen Podcast mit acht Folgen zum Thema Zyklus und Sport herausgebracht.

Das Bundesinstitut für Sportwissenschaft hat zudem in diesem Jahr einen Forschungsschwerpunkt auf das Thema Frauen und Mädchen im Leistungssport gelegt.



Familienplanung und Spitzensport

Die Ergebnisse der Befragung zeigen eindeutig, dass die Mehrheit der Befragten bei der **Verbindung von Kinderplanung und sportlicher Karriere** große bis derzeit **unüberbrückbare Herausforderungen** sieht

Der Verbleib im Bundeskader trotz Schwanger- bzw. Mutterschaft basiert momentan auf den **persönlichen Entscheidungen von Trainer*innen und Sportdirektor*innen**.

Die Athletinnen seien bei ihrer Belastungs- und Trainingssteuerung sowohl während der Schwangerschaft als auch während der Wiedereinstiegsphase mehrheitlich auf sich **allein gestellt** gewesen.



Mögliche Veränderungen

- Es braucht eine bundesweite Kompetenzstelle zur trainingswissenschaftlichen Begleitung, Belastungssteuerung und sport-gynäkologischen Beratung.
- Es braucht transparente und verbindliche Regeln zum Verbleib im Bundeskader eingeführt werden.
- Es müssen Schutzklauseln in Sponsorenverträge aufgenommen werden;
- Es müssen kindgerechte Rahmenbedingungen und Unterstützungsleistungen eingeführt werden, die die Vereinbarkeit von Mutterschaft und Spitzensport gewährleisten.



Führung - eine weitere Baustelle

In Deutschland sind nach Angaben des Deutschen Olympischen Sportbundes national mehr als 10 Millionen Mädchen und Frauen Mitglieder in Sportvereinen (40% der Mitgliederbasis).

Im Leistungssport sind 45% der deutschen Olympiateilnehmer*innen weiblich. Allerdings sind nur 13% der Bundestrainer*innen und 16% der Führungspositionen in deutschen Sportorganisationen mit Frauen besetzt.

[\(Discoverfootball\)](#)



Es bewegt sich was



**FUSSBALL
KANN MEHR**
[FKM]

THE LEAGUE:

Für
Gleichstand
abseits der
Spielfelder.

uvm.



Quelle: Bundesinstitut für Sportwissenschaft

Sie wollen noch mehr über unsere Arbeit erfahren?



Folgen Sie uns auf
Social Media



Abonnieren Sie
unseren Newsletter



Besuchen Sie unsere
Website

[Athleten-deutschland.org](https://athleten-deutschland.org)

Kontakt

Vereinssitz und Geschäftsstelle
Athleten Deutschland e.V.

Friedbergstraße 19
D - 14057 Berlin

T +49 (0) 30 / 8145788-00

F +49 (0) 30 / 8145788-01

www.athleten-deutschland.org

info@athleten-deutschland.org

Instagram | LinkedIn | Twitter

