

www.leistungssport-muenster.de

#ImproveRisingTalents

Duale Karriere im Leistungssport
**Die Universität Münster
als Partnerhochschule
des Spitzensports**

Olympische Spiele 2028
**Ein Team aus Münster
für Los Angeles**

Interview mit Luka Herden
**Von Enttäuschungen
und Perspektiven**



Louisa Lippmann
Im Sportinternat Münster von 2011 bis 2014.

Professionelle Beach-Volleyballspielerin,
Teilnehmerin Olympische Spiele Paris 2024.



Bild: DOSB

BUNDDEV

Talente fördern. Momente schaffen. Spitzenleistungen ermöglichen.

#ImproveRisingTalents

Unterstützen Sie mit einer Fördermitgliedschaft oder einer Spende unsere Arbeit.
Sie helfen damit jungen Talenten, ihren sportlichen Traum zu verwirklichen
und ermöglichen neben einer aktiven Leistungssportkarriere auch eine
fundierte schulische Ausbildung.

www.leistungssportfoerderung-muenster.de/talente-foerdern/



Der Verein zur Förderung des Leistungssports in Münster e.V.

Unser Sportinternat Münster

Was als Initiative zur Unterstützung münsterscher Spitzensportlerinnen und -sportler in den 1980er-Jahren begann, hat sich zu einer tragenden Säule des regionalen Leistungssports entwickelt: Seit 2009 ist unser Verein offizieller Träger des Sportinternats Münster – einer Einrichtung, in der junge Talente optimale Bedingungen finden, um Schule, Training und persönliche Entwicklung in Einklang zu bringen.

Diese verantwortungsvolle Aufgabe stand in den vergangenen Jahren im Zentrum unserer Arbeit. Der Erfolg bestätigt unseren Weg: die stetige Weiterentwicklung des Internats und die beeindruckenden Leistungen vieler ehemaliger Internatsbewohnerinnen und -bewohner zeigen, wie wirksam gezielte Förderung sein kann.

Doch unser Blick geht weiter: Um den Leistungssportstandort Münster langfristig zu stärken, haben wir im Jahr 2020 unsere Satzung erweitert und unser Engagement deutlich ausgeweitet. So stehen u.a. die Förderung der Zusammenarbeit der Leistungssportvereine und Verbände und ihrer lokalen Einrichtungen, die Interessenvertretung für den organisierten Leistungs- und Spitzensport sowie Beratungs-, Netzwerk- und Informationsangebote für Vereine nun zusätzlich auf unserer Agenda.

Unsere Athletenförderung

Auch haben wir unser Förderportfolio um die Individualförderung von aufstrebenden Athletinnen und Athleten erweitern können. Denn junge Leistungssportler stehen heute vor einer besonders großen Herausforderung. Training, Wettkämpfe, Trainingslager und vieles mehr nehmen jede Menge Zeit in Anspruch. 30 Stunden und mehr in der Woche sind keine Seltenheit. Sport, Studium und Nebenjob zum Geld verdienen unter einen Hut zu bekommen, ist fast unmöglich. Immer häufiger fühlen sich Menschen deshalb vor die Entscheidung gestellt: Sport oder Bildung?

Mit dem Sportinternat Münster und unserer Internats- wie auch Individualförderung möchten wir jungen Menschen beides ermöglichen: Sport und Bildung. Unser Ziel ist es, junge Menschen sowohl im Bereich Sport als auch im Bereich Bildung zu fördern und eine Karriere im Spitzensport mit anschließender Karriere im Beruf zu ermöglichen.

Next step Los Angeles 2028

Auf den folgenden Seiten wollen wir auch in diesem Jahr einen Überblick über unsere Tätigkeiten bieten, für unsere Arbeit begeistern und um Unterstützung werben. Wir haben bestehende Projekte weiterentwickelt, erfolgreiche Formate fortgeführt und zugleich mutige Schritte in neue Themenfelder gewagt.

So bündeln wir aktuell unsere Kräfte für ein ambitioniertes Ziel: die Bildung eines Förder-Pools – bestehend aus aussichtsreichen Talenten aus Münster, die wir auf dem Weg zu den Olympischen Spielen 2028 in Los Angeles begleiten und aktiv unterstützen wollen. Dieses Projekt steht exemplarisch für unsere Vision: junge Menschen mit Perspektive, Leidenschaft und Potenzial gezielt auf ihrem Weg an die Weltspitze zu begleiten – sportlich, menschlich, organisatorisch und finanziell.

Was uns antreibt, ist die Überzeugung, dass sportlicher Erfolg kein Zufall ist – sondern das Ergebnis von gezielter Förderung und starkem Rückhalt.

Ein besonderer Dank gilt Dr. Barbara Halberschmidt und ihrem Team vom Arbeitsbereich Sportpsychologie der Universität Münster, die uns für diese Ausgabe bei dem Thema „Partnerhochschule des Spitzensports“ umfassend unterstützt haben.



www.leistungssportfoerderung-muenster.de



Sportinternat mit Platz drei beim Stadtwerke Jugend-Sportvereinspreis

28 Projekte wurden anlässlich des Stadtwerke Jugend-Sportvereinspreises 2024 mit dem Fokus auf den Themen Partizipation, Mitbestimmung und Demokratiebildung eingereicht. Mit dabei: das Sportinternat Münster, das am Ende mit dem 3. Platz ausgezeichnet wurde.

Explizit für junge Nachwuchs-Leistungssportler/-innen ist das Erfahren und Erlernen von Partizipation sowie Selbst- und Mitbestimmung ein ganz wesentlicher Faktor, um sich in dem bisweilen sehr starren und von Abhängigkeiten geprägten System des Leistungssports behaupten zu können und sich ganzheitlich sowohl als Sportler/-in aber auch als eigenständige Persönlichkeit entwickeln zu können.

Der von den Sportlerinnen und Sportlern gewählte Internatsrat dient dabei als Interessenvertretung gegenüber dem Betreuungspersonal sowie dem Träger und kann zu allen Themen Wünsche einbringen und hat ein festes Mitspracherecht bei der Gestaltung des gemeinsamen Zusammenlebens im Sportinternat. Die jungen Nachwuchstalente lernen dabei Verantwortung für sich und andere zu übernehmen, bestehende Systeme ggf. auch in Frage zu stellen und für ihre eigenen Bedarfe und Überzeugungen einzustehen, ebenso für die anderer.

Ein weiteres institutionalisiertes Gremium zu Mit- und Selbstbestimmung ist der sog. Ältestenrat, der aus den volljährigen Bewohnern/-innen des Sportinternats besteht. Dieser ist mit dafür verantwortlich, verbindliche und von allen Betroffenen akzeptierte Regeln für die volljährigen Internatler aufzustellen, die zum einen den altersbedingten Freiheiten und Bedarfen entgegenkommen aber gleichzeitig auch die notwendige Rücksicht auf den gesamten Internatsbetrieb und die minderjährigen Bewohner/-innen nehmen.

Michael Willnath feiert 70. Geburtstag

Am 21. August 2025 feierte der ehemalige Leiter des münsterschen Sportamtes seinen 70. Geburtstag. Und noch immer ist er ehrenamtlich im Sport tätig: Seit 2024 ist Michel Willnath Beisitzer im Vorstand des Vereins zur Förderung des Leistungssports in Münster e.V. und stellvertretender Vorsitzender des Stadtsportbundes Münster. Bereits 2020 wurde er als Beisitzer in den SSB-Vorstand gewählt. Neben den 47 Jahren bei der Stadt Münster war Willnath auch über viele Jahre in seinem Stadtteil ehrenamtlich aktiv, etwa als Vereinsvorsitzender von Westfalia Kinderhaus.

Abiturentia aus dem Sportinternat Münster verabschiedet

Eine emotionale Rückschau in Bildern, Videos und bewegenden O-Tönen eröffnete das Beisammensein anlässlich der Verabschiedung des aktuellen Abiturjahrgangs, zu dem auch Eltern und Ehemalige angereist waren.

Mit Volleyballerin Anna Lüeße sprach eine Abgängerin für alle zum Betreuerteam. „Ihr habt es geschafft, diese Zeit hier für uns zum Glück zu machen. Wir hätten uns keine bessere Begleitung wünschen können“, sagte die gebürtige Kielerin. „Diese Phase unseres Lebens habt ihr extrem geprägt.“ Anna wird es zunächst nach Australien ziehen, sie wird als Au-pair arbeiten und danach das Land erkunden.

Basketballer Thore Dilschmann bleibt Münster auch nach dem Abi treu. Denn der überaus talentierte Aufbauspieler der UBC-Jugendmannschaft in der NBBL sowie im Herrenteam in der 1. Regionalliga hat sich für drei Jahre an die Uni Baskets gebunden, die ihn unbedingt für die 2. Bundesliga Pro A halten wollten. Auch die Entscheidung, sofort ein Studium aufzunehmen zu wollen, passt perfekt. Der Linkshänder ist ein sehr guter Werfer und kreativer Spieler, der auch seinen eigenen Wurf kreieren kann.

Dem Volleyballsport außerhalb Münster treu bleiben die bisherigen VC-Olympia-Spielerinnen Lea Finger und Alicia Olikagu. Lea schließt sich dem Erstliga-Neuling Binder Blaubären TSV Flacht in Weissach im Landkreis Böblingen an und wird auch eine kaufmännische Ausbildung beginnen. Alicia zählt bald zum Aufgebot des Pro-Zweitligisten BayerVolleys Leverkusen.

Frida Klemm hingegen hat sich gegen die Fortsetzung der Leistungssportkarriere entschieden und zieht zurück nach Schwerte. Basketballer Maxwell Revell verließ verletzungsbedingt nach einem Halbjahr bereits wieder das Sportinternat.

Neuer FSJler im Sportinternat Münster

Am 1. September nahm Nico Lorencic seinen Dienst als FSJler im Sportinternat Münster auf. Der gebürtige Dortmunder und begeisterte Fußballer strebt im Anschluss an seinen Freiwilligendienst ein Sportstudium an und hofft durch seine Tätigkeiten im Sportinternat Münster vielfältige Einblicke im Umgang mit jungen Sportlerinnen und Sportlern zu bekommen.

Bei der Finanzierung der FSJ-Stellen im Sportinternat Münster wird der Trägerverein von WestLotto im Rahmen einer Ehrenamts- und Engagement-Förderung unterstützt. Diese wurde Anfang 2025 um weitere drei Jahre verlängert. Dank dieser Förderung konnten zuvor bereits Pia Wischhörster (Schuljahr 2023/24), die Judoka Pauline Richter (Schuljahr 2022/23) sowie der Ruderer Linus Brück und der Fechter Tom Wilmsmeyer (beide Schuljahr 2024/25) ihr FSJ im Sportinternat Münster absolvieren.



Mehr als nur ein Glücksmoment.

**Weil Sport uns alle
verbindet,**

engagiert sich die Sparkasse Münsterland Ost ganz
besonders in diesem Bereich. Ob Alt oder Jung,
Hobby- oder Leistungssport, Menschen mit oder
ohne Behinderung: Wir bringen mehr Bewegung in
unsere Gesellschaft.

Mehr Infos über die Fördermöglichkeiten unter:
www.sparkasse-mslo.de/spenden

Weil's um mehr als Geld geht.



**Sparkasse
Münsterland Ost**

Kommunalwahl 2025

Forderungen für einen starken (Leistungs)sport- und Bildungsstandort Münster

Anlässlich der Kommunalwahl im September 2025 hat der Verein zur Förderung des Leistungssports in Münster e.V. ein Positionspapier mit klaren sportpolitischen Forderungen formuliert und den Oberbürgermeister-Kandidaten, Fraktionsspitzen sowie sportpolitischen Sprecherinnen und Sprechern der Parteien übermittelt. Ziel war es, den Leistungssport als festen Bestandteil der Stadtentwicklung zu verankern und seine Bedeutung für Lebensqualität, Nachwuchsförderung und gesellschaftlichen Zusammenhalt in Münster sichtbar zu machen.

Die Kommunalwahl ist mittlerweile entschieden und mit Tilmann Fuchs hat Münster ein neues Stadtoberhaupt. Doch die Arbeit für einen starken Leistungssportstandort geht weiter. Gerade angesichts der angespannten kommunalen Haushaltsslage, des anstehenden Doppelhaushalts für die Jahre 2026 und 2027 sowie der zum Zeitpunkt des Redaktionsschlusses noch laufenden Koalitionsverhandlungen bleibt es entscheidend, Politik und Verwaltung für die Belange des Leistungssports zu gewinnen – und Münster als Sportstadt mit Zukunft zu stärken. Mit seinem Positionspapier will der Verein zur Förderung des Leistungssports in Münster e.V. ein deutliches Zeichen setzen: Der Leistungssport braucht klare politische Unterstützung, langfristige Perspektiven und verlässliche Rahmenbedingungen. Das Papier benennt zentrale Handlungsfelder – von der Sicherung und Weiterentwicklung der Sportinfrastruktur über gezielte Fördermaßnahmen bis hin zur besseren Vernetzung von Stadt, Wirtschaft und Verein. Es soll als Grundlage für Gespräche mit Politik, Verwaltung und Sportorganisationen dienen und den Dialog über die Zukunft des Leistungssports in Münster weiter anstoßen.

1. Ein starkes Bekenntnis zum Leistungssport in Münster

Münster braucht ein klares, dauerhaftes und sichtbares Bekenntnis zum Leistungssport. Dieser umfasst das gesamte Spektrum – von der frühzeitigen Talentsichtung über gezielte Nachwuchsförderung bis hin zur Entwicklung von Athletinnen und Athleten auf höchstem nationalen und internationalem Niveau. Leistungssport kann nicht nur ein zentraler Baustein der sportlichen Bildung und Persönlichkeitsentwicklung junger Menschen sein, sondern auch ein bedeutender Standortfaktor für die Stadt.

Ein starker Leistungssport bringt Münster vielfältige Vorteile: Er steigert die nationale und internationale Sichtbarkeit der Stadt, stärkt ihr Image als sportfreundliche, zukunftsorientierte und lebenswerte Kommune und wirkt als positiver Marketingfaktor weit über die Region hinaus. Gleichzeitig profitiert die Stadt von einer erhöhten medialen Präsenz, der Ausrichtung von Sportveranstaltungen sowie einer engeren Verzahnung von Sport,

Bildung, Wissenschaft und Wirtschaft. Leistungssport schafft Identifikation und Gemeinschaft, ist Motor für ehrenamtliches Engagement und Vereinsleben.

2. Das Sportinternat Münster als elementarer Baustein für den Leistungssportstandort Münster

Das Sportinternat Münster ist ein elementarer Bestandteil der Sportlandschaft in Münster und unverzichtbar für die erfolgreiche Nachwuchsförderung. Es bildet die Grundlage für den Bundesstützpunkt Volleyball sowie zahlreiche weitere Landesstützpunkte verschiedener Sportarten.

Um diese wichtige Funktion auch in Zukunft erfüllen zu können, muss das Sportinternat Münster weiterhin gezielt gefördert werden. Eine langfristige Sicherstellung des Betriebs ist dabei nur in enger Partnerschaft mit der Stadt Münster, dem Trägerverein und der lokalen Wirtschaft möglich. Die Stadt Münster muss sich dabei weiterhin als verlässlicher Partner und finanzieller Förderer einbringen.

Besonders dringlich ist die Unterstützung eines notwendigen Neubaus des Internats. Planung, Bau und Ausstattung müssen mit klarer städtischer Unterstützung umgesetzt werden. Parallel dazu regen wir eine ergebnisoffene Prüfung der Frage an, ob die Stadt Münster künftig die Trägerschaft des Sportinternats übernehmen kann – für eine stabile und zukunftssichere Perspektive des Leistungssports in Münster. Alternativ erwarten wir eine städtische Bestandsgarantie, die sicherstellt, dass bei einer langfristigen finanziellen Unterdeckung (bspw. durch Wegfall von Wirtschaftspartnern) der Internatsbetrieb so lange durch städtische Mittel gesichert wird, bis alle zu diesem Zeitpunkt im Internat lebenden Sportlerinnen und Sportler einen qualifizierten Schulabschluss erlangt haben.

3. Unsere Leistungsstützpunkte – die Basis des Erfolgs

Die Vielzahl an Leistungsstützpunkten in Münster spiegelt die engagierte und verlässliche Nachwuchsarbeit unserer lokalen Sportvereine wieder. Diese gewachsene Struktur

ist ein Aushängeschild des Münsteraner Sports – und muss als solche erhalten und weiter gestärkt werden. Wir erwarten deshalb, dass die Bedürfnisse des Leistungssports bei der Sportstättenentwicklung, bei allen Planungen sowie bei Modernisierungsmaßnahmen konsequent berücksichtigt werden, um tragfähige und zukunftsorientierte Lösungen zu schaffen. Eine frühzeitige und verbindliche Einbindung der betroffenen Vereine und Fachverbände ist dabei unerlässlich.

Die Stadt Münster soll sich neben der allgemeinen Förderung des Sports aktiv für den Erhalt und den Ausbau bestehender Leistungsstützpunkte einsetzen. Sie trägt eine zentrale Verantwortung dafür, die Rahmenbedingungen für leistungsorientierten Nachwuchssport zu sichern und weiterzuentwickeln. Vereine mit entsprechendem Potential sollen zudem gezielt ermutigt und dabei unterstützt werden, neue Stützpunkte in Münster zu etablieren. Dies umfasst insbesondere infrastrukturelle Förderung, entsprechende Berücksichtigung bei der Vergabe von Sportstätten und finanzielle Anreize, um Münster langfristig als starken Standort im Leistungssport weiter zu profilieren.

Nur durch eine enge Zusammenarbeit zwischen Stadt, Vereinen und Verbänden kann Münster auch in Zukunft ein leistungsstarker und attraktiver Standort für den Nachwuchs- und Spitzensport bleiben.

4. Duale Karriere - Talente erkennen, fördern und langfristig binden

Münster ist mit sportlichen Talenten gesegnet – in vielen Sportarten und über alle Altersklassen hinweg. Es gilt, diese Potenziale frühzeitig zu erkennen, systematisch zu fördern und den jungen Menschen bestmögliche Entwicklungschancen zu bieten. Ziel muss es sein, Talente nicht nur auf ihrem sportlichen Weg zu begleiten, sondern sie auch langfristig an den Standort Münster zu binden – mit Perspektiven in Schule, Ausbildung, Studium und Beruf.

Ein nachhaltiger Leistungssportstandort ist auch ein Gewinn für die Stadtentwicklung: Er stärkt Münster als Bildungs- und Universitätsstadt, als attraktiven Wohn- und Arbeitsort sowie als Zentrum sportlicher Exzellenz in NRW. Die Verbindung aus Sportinternat, der NRW-Sportschule Pascalgymnasium, dem Annette-von-Droste-Hülshoff-Gymnasium als Partnerschule des Leistungssports und der Universität Münster als Partnerhochschule des Spitzensports schafft optimale Bedingungen für eine durchgängige und durchlässige Duale Karriere im Leistungssport. Diese Struktur ist ein Alleinstellungsmerkmal, das Münster gegenüber anderen Städten klar positioniert – sportlich, wirtschaftlich und gesellschaftlich.

Wir laden daher die Stadt Münster und die Lokalpolitik ein, sich gemeinsam mit dem Verein zur Förderung des Leistungssports noch stärker für die Rahmenbedingungen dieser Dualen Karriere einzusetzen. Ziel muss es sein, dieses Modell nicht nur weiter auszubauen, sondern auch sichtbarer im Stadtbild, in der Sportlandschaft und insbesondere in der lokalen Wirtschaft zu verankern.

Junge Talente sollen erkennen: Münster ist ein Ort, an dem Leistungssport und Bildung auf höchstem Niveau miteinander vereinbar sind.

5. Münster kann Olympia

Für den Verein zur Förderung des Leistungssports in Münster e.V. steht außer Frage, dass eine Ausrichtung der Olympischen Spiele in Deutschland, insbesondere im eigenen Bundesland, eine einmalige herausragende Chance nicht nur für den Sport sondern auch für das außersportliche, gesellschaftliche Miteinander darstellt. So stehen die Olympischen Spiele nicht nur für Spitzensport in den Stadien und Wettkampfstätten, sondern auch, trotz aller bestehender und in Teilen berechtigter Kritik am IOC und der Olympischen Bewegung, für internationalen Jugend- und Kulturaustausch, Respekt, Fair Play und weltoffenen und friedvollen Umgang mit- und untereinander. Das alles sind Eigenschaften und Attribute, die auf die Stadt Münster zutreffen wie auf kaum eine andere Kommune in Nordrhein-Westfalen. Und mit etwas Glück haben wir auch eines unserer derzeitigen oder künftigen jungen Talente als Olympia-Teilnehmer dabei.

Daher ist für uns nur folgerichtig, dass sich die Stadt Münster gemeinsam mit dem organisierten Sport und ihren sportbegeisterten Bürgern unterstützend aber auch aktiv als potentieller Teilausrichter einzelner Wettbewerbe in eine kommende Bewerbungsphase des Landes NRW einbringt. Denn eine Bewerbung der Region Rhein-Ruhr bringt mitunter auch Risiken für den Sportstandort Münster mit sich, sofern Münster als Oberzentrum Westfalens im Rahmen eines Bewerbungsprozesses und einer möglichen späteren Ausrichtung der Olympischen Spiele nicht partizipiert.

So ist davon auszugehen, dass über Jahre hinweg Fördermittel von Land, Bund und DOSB ohne entsprechende Kompensation vermehrt in die Sportstätten und Infrastruktur der berücksichtigten Kommunen fließen werden. Ebenso wird der Fokus der Landesfachverbände und nationalen Spitzenverbände hinsichtlich der Ausrichtung von Meisterschaften und Aufwertung von Landes- und Bundestützpunkten auf der Region Rhein-Ruhr liegen.

Um dem entgegen zu wirken und den Sportstandort Münster weiterhin zu stärken – aber insbesondere um die gesellschaftlichen, sportlichen und wirtschaftlichen Chancen einer Olympiabewerbung als auch einer möglichen Ausrichtung im Jahr 2040 zu nutzen, gilt es nun, dass Politik, Verwaltung und der organisierte Sport Münsters sich gemeinsam aktiv in die laufenden Prozesse in NRW einbringen. Der Verein zur Förderung des Leistungssports in Münster e.V. ist jederzeit bereit, diesen Weg partnerschaftlich, konzeptionell und organisatorisch zu unterstützen.

Das gilt ebenso für eine etwaige Einbindung in das Bewerbungs- und spätere Ausrichtungskonzept der Freien und Hansestadt Hamburg hinsichtlich der sog. „Stand-Alone Disziplinen.“

Eine gemeinsame Verantwortung

Die Rolle von Eltern und Trainern

Eine vertrauliche Zusammenarbeit zwischen Eltern und Trainerinnen ist entscheidend für die ganzheitliche Entwicklung junger Athletinnen – sportlich wie persönlich. Das Konzept des sogenannten Elternmanagements hat sich dabei als wichtiges Instrument etabliert, um diese Schnittstelle zu stärken und Missverständnisse zu vermeiden. Denn nur, wenn alle Beteiligten an einem Strang ziehen, kann sich sportliches Potenzial wirklich entfalten.

Eltern, Trainer/-innen, Vereine und Verbände tragen gemeinsam Verantwortung für eine Umgebung, in der Leistung, Wohlbefinden und persönliche Entwicklung im Gleichgewicht stehen. Dieses Ideal ist in der Praxis jedoch oft schwer zu halten: Zwischen Trainingsplänen, Wettkämpfen und schulischen Verpflichtungen bleibt wenig Raum für Austausch – dabei ist genau dieser Dialog entscheidend.

Kommunikation statt Überforderung

Damit junge Sportlerinnen und Sportler nicht in körperliche oder mentale Überlastung geraten, braucht es eine offene und kontinuierliche Kommunikation zwischen Eltern und Trainern/-innen. Regelmäßige Gespräche helfen, Belastungen frühzeitig zu erkennen und gemeinsam Lösungen zu finden – bevor der Spaß am Sport verloren geht oder die Motivation erlahmt.

Gerade im Nachwuchsleistungssport verbringen Kinder und Jugendliche oft bis zu 30 Stunden pro Woche mit ihren Trainerinnen und Trainern. Diese sind nicht nur sportliche Begleiter, sondern häufig auch wichtige Bezugspersonen. Umso wichtiger ist es, dass die Rollen klar getrennt bleiben: Eltern kümmern sich um das emotionale Wohl ihres Kindes, Trainerinnen um die sportliche Entwicklung der gesamten Gruppe. Eine offene Abstimmung hilft, Missverständnisse zu vermeiden – etwa, wenn familiäre Belastungen, schulische Probleme oder andere Herausforderungen auftreten, die sich auf das Training auswirken können.

Schwierig wird es, wenn Eltern selbst sportlich erfahren sind und Trainingsmethoden hinterfragen. Unterschiedliche Ansätze können schnell zu Loyalitätskonflikten führen. In solchen Fällen ist Zurückhaltung gefragt: Die sportliche Arbeit liegt in der Verantwortung der Trainer/-innen, Eltern sollten in ihrer unterstützenden Rolle bleiben und Vertrauen zeigen. So entsteht ein stabiles Umfeld, in dem Kinder lernen, Verantwortung zu übernehmen und Selbstvertrauen zu entwickeln.

Den Prozess sehen, nicht nur das Ergebnis

Ein zentraler Aspekt erfolgreicher Nachwuchsarbeit ist das Setzen realistischer Ziele. Trainerinnen gestalten den Weg, auf dem Athletinnen ihre Fähigkeiten entwickeln, Eltern begleiten diesen Weg emotional. Dabei sollte der Fokus weniger auf kurzfristigen Ergebnissen liegen, sondern auf der langfristigen Entwicklung. Erfolge und Niederlagen sind Teil eines Prozesses, kein endgültiges Urteil.

Noch immer betrachten manche Eltern den Sport ihres Kindes als Bühne für Vergleich und Bestätigung – für das Kind und manchmal auch für sich selbst. Doch jedes Kind ist anders, jedes Talent folgt seinem eigenen Rhythmus. Wer Vergleiche vermeidet und stattdessen Freude an den Fortschritten des eigenen Kindes findet, schafft die besten Voraussetzungen für nachhaltigen Erfolg.

Denn: Echte Expertise entsteht über Jahre, nicht in einer Saison. Der Wettkampf am Wochenende ist nur ein Moment auf einem langen Weg. Entscheidend ist, wie konsequent und mit welcher Freude das Kind diesen Weg geht – und ob es dabei Unterstützung erfährt, statt Druck.

Netzwerke, die tragen

Mit zunehmendem Alter erweitert sich der Kreis der Unterstützenden. Neben den Eltern spielen auch Beraterinnen, Coaches und Mentorinnen eine wichtige Rolle. Sie helfen, mentale Stärke zu entwickeln, Rückschläge zu verarbeiten und langfristige Ziele zu verfolgen. Dieses erweiterte Netzwerk trägt dazu bei, dass Athletinnen und Athleten resilenter werden – im Sport und im Leben.

Fazit

Nachhaltiger sportlicher Erfolg entsteht dort, wo Eltern und Trainerinnen und Trainer miteinander statt nebeneinander agieren. Durch offenen Dialog, klare Rollenverteilung und realistische Erwartungen entsteht eine Atmosphäre, die sowohl Leistung als auch Wohlbefinden fördert. Trainerinnen trainieren – Eltern unterstützen. Gemeinsam bilden sie das Fundament, auf dem junge Athletinnen wachsen, lernen und ihr volles Potenzial entfalten können.



www.trainertalk-muenster.de

Premiere für den „TrainerTalk Münster“ **Neues Forum stärkt Austausch im Leistungssport**

Sie stehen täglich an der Seitenlinie, am Beckenrand oder in der Halle. Sie planen Trainingseinheiten, motivieren Talente und begleiten Athletinnen und Athleten auf dem Weg an die Spitze. Doch wer unterstützt eigentlich die Trainerinnen und Trainer? Im Mai 2025 startete der Verein zur Förderung des Leistungssports in Münster e.V. mit dem „TrainerTalk Münster“ ein neues Format, das genau hier ansetzt.

Gut 20 Coaches aus 13 verschiedenen Disziplinen – darunter Vertreterinnen und Vertreter sämtlicher Leistungsstützpunkte der Stadt – folgten der Einladung zur Premiere. Das Konzept: zweimal jährlich zusammenkommen, Erfahrungen teilen, voneinander lernen.

„Trainerinnen und Trainer sind das Rückgrat des Leistungssports“

„Sie leisten Tag für Tag wertvolle Arbeit, stoßen dabei aber immer wieder auf Fragen, die über die sportartspezifische Ausbildung hinausgehen“, erklärt Jens Bruckmann, Geschäftsführer des VzFdL Münster e.V. und Initiator des TrainerTalks. Fördermittel, Sportpsychologie, medizinische Versorgung, rechtliche Rahmenbedingungen – viele Herausforderungen ähneln sich über Sportartengrenzen hinweg. „Mit dem TrainerTalk möchten wir ein Forum schaffen, das Wissen bündelt, Synergien ermöglicht und konkrete Unterstützung bietet.“

Die Auftaktveranstaltung stand dabei ganz im Zeichen des Kennenlernens. Besonders gut kam das organisierte „Speed-Dating“ zu sportfachlichen Fragestellungen an: In wechselnden Gesprächsrunden tauschten sich die Teilnehmenden intensiv aus. Das Ergebnis: Ob Nachwuchsförderung, Trainingssteuerung oder strukturelle Rahmenbedingungen – die Problemlagen gleichen sich oft verblüffend, egal ob im Schwimmbecken oder auf der Tartanbahn. Entsprechend wurden diverse Fragestellungen und Anregungen aufgenommen, die in den kommenden Ausgaben thematisch behandelt werden.

Wenn Studium und Spitzensport kollidieren

Den fachlichen Impuls lieferte Dr. Barbara Halberschmidt vom Fachbereich Sportpsychologie der Universität Münster. Ihr Thema: das Programm „Partnerhochschule des Spitzensports“, das Athletinnen und Athleten die Vereinbarkeit von Studium und Sportkarriere ermöglichen soll. Ein Thema, das die Anwesenden unmittelbar betraf – schließlich sind Trainerinnen und Trainer oft die ersten Ansprechpartner, wenn ihre Schützlinge zwischen Hörsaal und Trainingshalle jonglieren müssen.

Netzwerk mit Perspektive

Das halbjährliche Format soll künftig wechselnde Schwerpunkte setzen – die Themen kommen dabei direkt aus dem Kreis der Coaches. Je nach Bedarf werden Fachleute eingeladen, die mit Know-how und praxisnahen Lösungen zur Seite stehen. Langfristiges Ziel: ein belastbares Netzwerk, das den Leistungssportstandort Münster weiter professionalisiert.

Mit dem „TrainerTalk“ setzt der Verein zur Förderung des Leistungssports in Münster e.V. seine strategische Arbeit konsequent fort. Nach der erfolgreichen Etablierung der Auszeichnung „Münsters Trainer des Jahres“, die seit 2023 jährlich vergeben wird, ist das neue Dialogformat ein weiterer Baustein, um jenen Menschen Aufmerksamkeit und Unterstützung zukommen zu lassen, die im Leistungssport oft im Hintergrund wirken – aber unverzichtbar sind.



Bild: IMAGO



www.ms4la28.de

#MS4LA28

Ein Projekt für Spitzensport, Stadtidentität und starke Partnerschaften

Münsters Sportlerinnen und Sportler wollen hoch hinaus – bis nach Los Angeles. Mit dem Projekt #MS4LA28 will der Verein zur Förderung des Leistungssports in Münster e.V. die talentiertesten Athletinnen und Athleten auf dem Weg zu den Olympischen Spielen 2028 begleiten und unterstützen. Doch es geht um weit mehr als sportliche Höchstleistungen: Es geht um Identität, Zusammenhalt und ein starkes Signal für den Leistungssport in Münster.

Mit #MS4LA28 setzt der Verein auf ein langfristig angelegtes Förderprojekt, das die individuelle Unterstützung talentierter Nachwuchsathletinnen und -athleten bündelt und sie auf ihrem möglichen Weg nach Los Angeles 2028 begleitet. Dabei steht nicht allein die Olympiaqualifikation im Vordergrund, sondern die Idee einer gemeinsamen Bewegung, die Münster sportlich, gesellschaftlich und emotional verbindet. Das Ziel: Ein starkes, vielfältiges und glaubwürdiges Team Münster, das den olympischen Geist lebt – sichtbar in Schulen, Vereinen, auf Sportplätzen und in Unternehmen.

Münster zeigt Haltung: Sportlich, weltoffen, zukunftsorientiert

Ein starkes „Team Münster“, das sich gezielt auf die Olympischen Spiele vorbereitet, ist zugleich ein Botschafter der Stadt. Es zeigt: Münster steht nicht nur für Bildung, Fahrradfreundlichkeit und Lebensqualität – sondern auch für Leidenschaft, Leistungsbereitschaft und sportliche Exzellenz. Über Medien, Partnerschaften und Veranstaltungen soll #MS4LA28 über die Stadtgrenzen hinaus Aufmerksamkeit schaffen – und Münster als moderne, zukunftsorientierte und sportlich inspirierende Stadt positionieren.

Wir wollen unsere Top-Talente sichtbar, nahbar und erlebbar machen – in Schulen, Vereinen und im Stadtbild. Denn Sichtbarkeit schafft Verbindung. Wenn Kinder, Jugendliche und Erwachsene erleben, dass Spitzensport in Münster zu Hause ist, entsteht Identifikation. Leistung wird nicht nur bewundert, sondern verstanden.

Kooperationen und Engagement mit nachhaltigem Wert

Damit #MS4LA28 gelingt, braucht es starke Partner – aus Wirtschaft, Politik, Medien und Stadtgesellschaft. Jede Form der Unterstützung – ob finanziell, ideell oder organisatorisch – hilft, unsere Athletinnen und Athleten zu fördern, Stabilität zu schaffen und professionelle Rahmenbedingungen zu sichern. Sprechen Sie uns an!

Über den Projektzeitraum bis Herbst 2028 möchten wir gemeinsam mit unseren Partnern ein vielseitiges Veranstaltungsprogramm realisieren – mit kleinen, großen, öffentlichen und exklusiven Events. Unser Ziel ist es, echte Begegnungen zu ermöglichen, Verbindung zu schaffen und gleichzeitig Raum für Sichtbarkeit, Austausch und unternehmerisches Engagement zu bieten. Ob bei Wettkampfbesuchen, Podiumsdiskussionen und Sportdialogen, Keynotes und Auftritten der Athleten/-innen bei Unternehmensveranstaltungen, Netzwerkveranstaltungen, Empfängen, Galas, Charity-Formaten und sportlich-exklusiven Anlässe wie z.B. Golfturniere oder Teamtagen: es wird zahlreiche attraktive Gelegenheiten geben, unsere Top-Talente kennenzulernen, sie erlebbar zu machen und sich gemeinsam mit ihnen als Teil eines starken Netzwerks zu präsentieren.

So entsteht ein lebendiges Miteinander von Sport, Gesellschaft und Wirtschaft – ein Projekt, das nicht nur unsere Athletinnen und Athleten stärkt, sondern die ganze Stadt Münster bewegt.

Carlotta Schünemann | Boxen



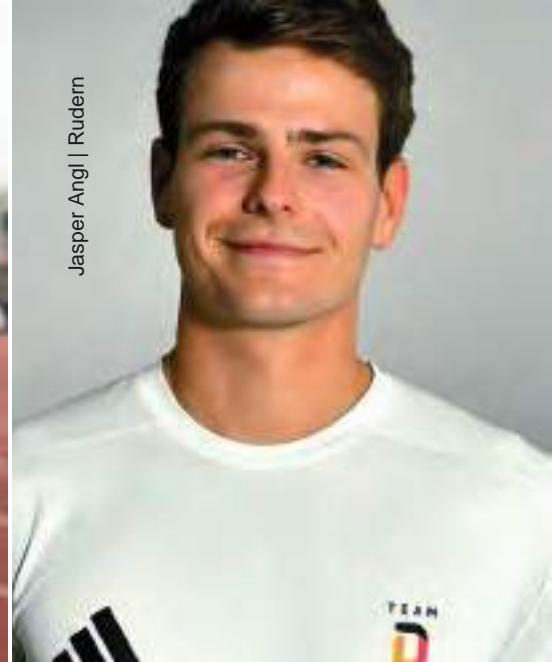
#CARLOTTA4LA28

Samira Attermeyer | Leichtathletik



#SAMIRA4LA28

Jasper Angl | Rudern



#JASPER4LA28

Julia Tertürne | Coastal Rudern



#JULIA4LA28

Unser Fokus richtet sich auf Leistungssportlerinnen und -sportler mit entsprechender sportlicher Perspektive, die einem Bundeskader und einem münsterschen Verein angehören sowie ihren Lebensmittelpunkt in Münster haben, sofern sportfachliche Gründe – etwa Trainings- oder Stützpunktstrukturen – dem nicht entgegenstehen. Erste Erfahrungen auf internationalem Niveau – etwa durch Teilnahmen an Welt- oder Europameisterschaften – werden ebenfalls vorausgesetzt.

Junge Talente, die im Juniorenbereich zur nationalen Spitze gehören, sollen in einem Nachwuchs-Team gefördert werden. Ziel ist es, eine stabile Grundlage für die langfristige Entwicklung zu schaffen – auch mit Blick auf die Olympischen Spiele 2032 in Brisbane.

Eine kleine Auswahl unserer münsterschen Top-Talente, die aufgrund ihrer bisherigen Leistungen und ihres Potentials von einer möglichen Teilnahme an den Olympischen Spielen 2028 in Los Angeles nicht nur träumen dürfen, sondern sich auch gezielt auf diesen Höhepunkt eines jeden Sportlerlebens vorbereiten, stellen wir hier - ohne Anspruch auf Vollständigkeit - vor.

Luka Herden | Leichtathletik



#LUKA4LA28

Sönke Kruse | Rudern



Armin Parcariz | Judo



Pia Meßing | Leichtathletik



#SOENKE4LA28

#ARMIN4LA28

#PIA4LA28



Unternehmen, traut euch!

Ein Plädoyer für ein wirtschaftliches Engagement im Leistungs- und Spitzensport

Es ist evident, dass Münster über eine Vielzahl von herausragenden sportlichen Einrichtungen und Partnern verfügt. Dazu zählen unter anderem die Landes- und Bundesstützpunkte, das Sportinternat, die Universität Münster als Partnerhochschule des Spitzensports und die NRW-Sportschule. Diese Angebote bilden die ideale Grundlage für die Förderung einer dualen Karriere, bei der Sportler sowohl ihre sportlichen Ambitionen als auch eine akademische oder berufliche Ausbildung erfolgreich miteinander verbinden können.

Doch trotz dieser beeindruckenden Infrastruktur gibt es noch einen Schwachpunkt, der die Entwicklung des Leistungssports in Münster bremsen könnte: Die noch geringe Zahl an Unternehmen, die bereit sind, Sportler in ihrer dualen Karriere zu unterstützen. Diese Unternehmen spielen eine Schlüsselrolle, da sie Praktika, flexible Arbeitszeiten oder direkte berufliche Perspektiven bieten können, um die duale Karriere der Athleten zu fördern. Hier gibt es noch erhebliches Potenzial, das genutzt werden sollte, um den Athleten nicht nur während ihrer sportlichen Laufbahn, sondern auch darüber hinaus eine stabile berufliche Perspektive zu bieten.

Aber auch die Unternehmen haben etwas zu gewinnen, stehen sie doch heute vor der Herausforderung, nicht nur talentierte Mitarbeiter zu finden, sondern auch langfristig zu binden. Eine vielversprechende Möglichkeit, sich als attraktiver Arbeitgeber zu positionieren und gleichzeitig gesellschaftliche Verantwortung zu übernehmen, liegt im Engagement im Bereich der dualen Karriere von

Leistungs- und Spitzensportlern. Diese Kombination von sportlicher Karriere und beruflicher Ausbildung bietet zahlreiche Vorteile, die Unternehmen nicht ungenutzt lassen sollten.

1. Zugang zu hochqualifizierten, leistungsorientierten Mitarbeitern

Spitzensportler zeichnen sich durch eine Vielzahl an Soft Skills aus, die in der Arbeitswelt sehr geschätzt werden: Disziplin, Teamarbeit, Stressresistenz, Durchhaltevermögen und eine hohe Motivation. Diese Eigenschaften sind in jedem Unternehmen von großem Wert, da sie eine starke Arbeitsmoral und hohe Leistungsbereitschaft garantieren. Die enge Verknüpfung von Sport und Berufsausbildung fördert diese Fähigkeiten noch weiter, was die Sportler zu besonders qualifizierten und zuverlässigen Mitarbeitern macht.

2. Förderung einer starken Unternehmenskultur

Der duale Karriereweg erfordert eine enge Zusammenarbeit zwischen Sportlern, Unternehmen und ggf. Bildungseinrichtungen. Dies bietet Unternehmen die Gelegenheit, sich als gesellschaftlich verantwortungsbewusste Arbeitgeber zu positionieren, die nicht nur an Profit denken, sondern auch das Wohl ihrer Mitarbeiter fördern und unterstützen. Sportliche Werte wie Teamgeist, Fairness und Durchhaltevermögen lassen sich direkt in die Unternehmenskultur integrieren, was nicht nur die Mitarbeiterbindung stärkt, sondern auch die Arbeitgebermarke positiv beeinflusst.

3. Förderung von Innovation und frischen Perspektiven

Sportler sind es gewohnt, sich ständig zu verbessern und neue Herausforderungen anzunehmen. Diese mentale Stärke und Anpassungsfähigkeit kann eine enorme Bereicherung für Unternehmen sein. Spitzensportler denken oft unkonventionell, sind lösungsorientiert und bringen eine einzigartige Perspektive in Arbeitsprozesse und Projekte ein. Sie sind es gewohnt, unter Druck zu arbeiten und komplexe Probleme schnell zu lösen, was in vielen Geschäftsfeldern von unschätzbarem Wert ist.

4. Flexibilität als Wettbewerbsvorteil

Die duale Karriere ermöglicht es Sportlern, ihre sportlichen und beruflichen Ambitionen zu vereinen. Unternehmen, die solche Karrierewege aktiv unterstützen, profitieren von flexiblen Arbeitsmodellen, die eine attraktive Arbeitsumgebung für alle Mitarbeiter schaffen. Diese Flexibilität kann Unternehmen dabei helfen, auch in einem wettbewerbsintensiven Markt talentierte Fachkräfte zu gewinnen und langfristig zu binden.

5. Positive Markenbildung und Öffentlichkeitsarbeit

Unternehmen, die sich im Bereich der dualen Karriere von Spitzensportlern engagieren, profitieren nicht nur intern, sondern auch in der Öffentlichkeitsarbeit. Sie positionieren sich als Förderer von Talenten und als Unternehmen mit sozialer Verantwortung. Dieses Engagement wird nicht nur in der Öffentlichkeit positiv wahrgenommen, sondern bietet auch Möglichkeiten, durch Sponsoring, Partnerschaften mit Sportveranstaltungen oder Medienpräsenz die Markenbekanntheit zu steigern. Unternehmen können so ihre Markenidentität mit positiven Assoziationen wie Leistung, Zielstrebigkeit und Verantwortung aufladen.

6. Langfristige Mitarbeiterbindung und -entwicklung

Das Engagement im Bereich der dualen Karriere bietet Unternehmen die Möglichkeit, talentierte Mitarbeiter von Anfang an in ihre Unternehmenskultur zu integrieren. Durch die enge Unterstützung bei der beruflichen Entwicklung während der sportlichen Laufbahn fördern Unternehmen nicht nur die individuelle Karriere der Athleten, sondern auch eine langfristige Bindung. Wenn Sportler nach dem Ende ihrer aktiven Karriere in den Berufsalltag eintreten, können sie auf ihre Erfahrungen zurückgreifen und als mentale Vorbilder im Unternehmen fungieren.

Fazit

Unternehmen, die sich im Bereich der dualen Karriere von Leistungs- und Spitzensportlern engagieren, bieten nicht nur wertvolle Unterstützung für die Athleten, sondern profitieren auch selbst von den zahlreichen Vorteilen. Engagement für Talente, Förderung von Soft Skills und eine starke Unternehmenskultur schaffen langfristige Werte für beide Seiten.

In einer Zeit, in der der Wettbewerb um die besten Köpfe immer intensiver wird, ist die Unterstützung von Spitzensportlern eine strategische Entscheidung, die Unternehmen nachhaltig stärkt und ihnen hilft, sich als moderne und verantwortungsbewusste Arbeitgeber zu positionieren.

**Also liebe
Unternehmen:
traut euch!**





Bild: Kevin Voigt / Rhine-Ruhr 2025

Interview mit Luka Herden

„Die internationale Medaille war der nächste Schritt.“

Weitspringer Luka Herden wird seit Herbst 2023 vom Verein zur Förderung des Leistungssports in Münster e.V. in einem Pilotmodell als Individualsportler mit der Perspektive LA 2028 gefördert. Im Interview spricht er über seine Bronzemedaille bei den World University Games, die haarscharf verpasste WM in Tokio, seine mittelfristigen Zielstellungen und die Förderstruktur für Spitzensportler.

Luka, Du hast in diesem Jahr Bronze bei den World University Games geholt, bist bei der Hallen-DM Zweiter und bei der Freiluft-DM Dritter geworden und hast erneut die acht Meter-Marke geknackt. Gleichzeitig bist du hauchdünn an der WM in Tokio vorbeigeschrammt. Wie beurteilst du deine Saison?

LH: Ich war anfangs sehr enttäuscht, dass es mit Tokio nicht geklappt hat. Mittlerweile hat sich die Gefühlslage deutlich aufgehellt. Einerseits haben mir die World University Games als zweites ausgegebenes Saison-Highlight einen großen Erfolg beschert. Gleichzeitig war der Durchschnitt meiner Wettkämpfe um Längen besser als in den Vorjahren. In der Summe ist die Saison 2025 die Beste meiner bisherigen Karriere. Davon abgesehen weiß ich, dass der letzte Schritt in meiner Entwicklung noch fehlt. Selbst wenn ich die WM-Bestätigungs norm von 8,05 Metern gesprungen wäre, hätte mich das nicht automatisch zum WM-Starter gemacht – einzelne Punkte entscheiden im Ranking-System für oder gegen einen Springer. Ich habe deshalb meinen Fokus schnell auf die Europameisterschaft 2026 verschoben.

Platz drei bei den FISU Games bescherte dir die erste internationale Medaille Deiner Karriere. Was bedeutet Dir diese Medaille?

LH: Sehr viel. Es war immer mein großer Traum, in die deutsche Fahne gehüllt durchs Stadion zu laufen. Es ist etwas anderes, einen Wettkampf nicht nur für sich selbst zu bestreiten, sondern sein Land zu repräsentieren und gegen die Repräsentanten andere Nationen anzutreten. Aus so einem Wettkampf, der im Übrigen nur alle zwei Jahre stattfindet, sogar mit einer Medaille hervorzugehen, ist etwas ganz Besonderes. Das hat eine andere Wertigkeit als alle Medaillen, die ich in meinem Leben schon erreichen konnte. Es ist der nächste Schritt.

Stichwort nächster Schritt: Schöpfst Du aus so einem Event, das als Multisport-Event mit Athleten aus der ganzen Welt an die Olympischen Spiele erinnert, Motivation für Deinen Weg hin zu den Spielen von LA 2028?

LH: In jedem Fall. Ich lebe meinen Olympia-Traum zwar schon seit Jahren intensiv. Aber es bleibt dabei, dass ich unbedingt das in Groß erleben möchte, was ich bei den FISU Games in Ansätzen beobachten konnte. Es war deshalb hilfreich, die organisatorischen und logistischen Abläufe mitzuerleben – Hotel-Unterbringen und Transfers etwa waren eine ganz andere Hausnummer als bei der EM in Rom.

Luka Herden von der Leichtathletik-Gemeinschaft Brillux Münster e.V. beim Athleteneinmarsch im Rahmen der Eröffnungsfeier der FISU World University Games 2025 (Bild li.) sowie bei der Siegerehrung, bei der er für seinen 3. Platz im Weitsprungfinale mit der Bronzemedaille geehrt wurde.



FISU

RHINE-RUHR
2025

FISU
WORLD
UNIVERSITY
GAMES
SUMMER

Luisa van Clewe
Im Sportinternat Münster
von 2018 bis 2021.

Professionelle Volleyballspielerin
und Nationalspielerin.



**Lass uns genauer auf das Projekt LA 2028 blicken.
Das erste Jahr des olympischen Vier-Jahres-Zyklus
ist vorbei. Wo stehst Du?**

LH: Ich denke, dass ich auf einem guten Weg bin. Jetzt gilt es, mein in diesem Jahr auf ca. 7,90 m verbessertes Grundniveau weiter zu erhöhen. Gelingt das, komme ich sicherer in die großen Meetings und das ist der Schlüssel, um viele Punkte für die Weltrangliste und damit die Großereignisse zu sammeln. Man kann die Möglichkeiten bei Simon Batz beobachten: Seine starke Performance bei den Olympischen Spielen in Paris war das Ticket für die großen Meetings in diesem Jahr. Ich bin demgegenüber bei kleineren Meetings den Punkten hinterhergehechelt und nicht immer auf guten Anlagen gesprungen. Das hat es mir erschwert, in der dichten internationalen Konkurrenz zu bestehen.

Welche Sprung-Reserven kannst Du bei Deinem Vorhaben anzapfen?

LH: Ich muss weiterhin mit meinem Trainer Ulli Knapp an den letzten zwei Schritten vor dem Absprung arbeiten. Das hat die Freiluft-DM sehr deutlich gezeigt: Für mich wurden in Dresden die schnellsten Anlaufgeschwindigkeiten meiner Karriere aufgezeichnet, aber die letzten zwei Schritte gelangen überhaupt nicht – entsprechend ungünstig war das Verhältnis von Anlaufgeschwindigkeit zu erbrachter Weite. Mein Problem im Absprung-Timing läuft biomechanisch darauf hinaus, dass ich gemessen am relativ geringen Höhengewinn meines Sprungs vorher zu stark abbremse.

"Ich muss mich jetzt nicht mehr in einer Weise übernehmen, die meinen sportlichen Fortschritt behindert."

Du bist nicht nur Weitspringer, sondern schreibst auch Deine Doktorarbeit in der Humanmedizin. Wie erlebst Du die Duale Karriere aus Spitzensport und Studium?

LH: Ich muss für eine Antwort weiter ausholen. Als ich 2019 mit dem Studium begonnen habe, war ich bei jeder Vorlesung dabei, habe mit meinen Kommilitonen in der Bibliothek gelernt und kam direkt von der Uni zum Training. Mit der sportlichen Leistung ging es im Folgejahr bergab – in dieser Intensität zu studieren und meinen Sport auf hohem Niveau zu betreiben, das habe ich nicht geschafft. Ich zog daraus die Konsequenz, mich auf die Präsenz bei Pflicht-Veranstaltungen zu konzentrieren. Die Corona-Pandemie hatte bei allem Negativen dann den für mich positiven Nebeneffekt, dass ich durch den Wegfall der Präsenz-Veranstaltungen mehr Zeit für Regeneration und Training hatte. Als ich 2023 schließlich verletzungsfrei durchtrainieren konnte, kam die Leistungsexplosion und die Aufnahme in den Perspektivkader. Seitdem kann ich meinen Sport durch die Förderung von Seiten des Verbands und meines Vereins, der LG Brillux, querfinanzieren und ich habe beschlossen, nochmals etwas Dampf

aus dem Studium nehmen, das ich bis dahin in Regelstudienzeit absolviert hatte. Ich muss mich jetzt nicht mehr in einer Weise übernehmen, die meinen sportlichen Fortschritt behindert. Das gilt auch für meine Doktorarbeit: Ich investiere in Phasen wie der aktuellen mehr und reduziere in den wichtigen Saisonphasen das Arbeitspensum.

Du hast deine Förderstruktur angesprochen, deren Kern seit Herbst 2023 der Status als DLV-Perspektivkader-Athlet ist. Dennoch bestanden Förderlücken, auf die der VzFdl Münster in Abstimmung mit der LG Brillux reagiert hat.

LH: Richtig. Zwar bin ich sehr dankbar für die staatliche Förderung, denn im weltweiten Kontext hat der Großteil der Athleten diese Möglichkeit nicht. Aber wenn man ehrlich ist, dann reicht die Förderung gerade aus, um die Wohnung zu bezahlen. Möchte man sich als Sportler gut ernähren und nicht nur Nudeln mit Pesto essen, möchte man ein Auto für die Fahrt zu den Trainingsstätten nutzen und regelmäßig Physiotherapie wahrnehmen und berücksichtigt man zudem Kosten wie Reisegebühren, dann häuft sich einiges an. Durch die Unterstützung des Vereins zur Förderung Leistungssports kann ich z.B. nach guten, weiter entfernten Meetings suchen – ich kann mich in den Zug setzen und zu einem Meeting nach Berlin fahren. Diese Förderung entlang meiner individuellen Anforderungen ist für mich sehr wertvoll.

Kann ein solches Modell aus Deiner Sicht auch anderen jungen Sportlerinnen und Sportlern aus Münster eine Anschubhilfe bei ihren olympischen Karrierträumen bieten?

LH: Ich denke schon, dass das Konzept bei vielen Sportlern funktionieren kann. Es geht darum, im Dialog individuelle Förderlücken zu erkennen, entlang des Mottos: Was braucht der Athlet und wo können wir ihn gezielt unterstützen? Das setzt Klarheit bei den Athleten voraus. Ist diese vorhanden, kann man aus meiner Sicht Sportler mit unterschiedlichen Anforderungsprofilen unterstützen. Als Leichtathlet habe ich beispielsweise keine exorbitant hohen Materialkosten – anders als etwa Ruderer oder Sportlern aus Rückschlagsportarten. Es kommt auf die Spezifik an, um die vorhandenen Ressourcen zu bündeln.

Blicken wir abschließend auf das nächste Jahr: Was peilst Du für 2026 an?

LH: Auf nationaler Ebene sind die deutschen Meisterschaften wie in jedem Jahr ein großes Ziel. Ein zweiter Fokus liegt auf der Europameisterschaft. Vermutlich habe ich schon jetzt ausreichend Punkt gesammelt, um über das Ranking in Birmingham dabei zu sein zudem sollte auch die Bestätigungsnorm machbar sein. Wenn es mir gelingt, den angesprochenen Schritt zu gehen, hätte ich ein sehr gutes Fundament für Sprünge auf 8,10 m und weiter – die Karten für Birmingham wären damit gut.

Studienerfolg von Spitzensportler/-innen

Das Münsteraner Model

Der folgende Beitrag präsentiert die Universität Münster als „Partnerhochschule des Spitzensports“. Dieses Förderprojekt wird durch den Allgemeinen Deutschen Hochschulsport-Verband (adh), der Hochschulrektorenkonferenz (HRK), dem Deutschen Studierendenwerk, den Deutschen Olympischen Sportbund (DOSB) sowie der Stiftung Deutsche Sporthilfe (Gründungsmitglieder) getragen. Die Projektpartner verpflichten sich dabei, die Vereinbarkeit und den Erfolg von Studium und Spitzensport im Sinne einer dualen Karriere an den jeweiligen Hochschulstandorten zu gewährleisten.

Höchstleistungen im Sport erfordern Disziplin, Ausdauer und unzählige Trainingsstunden. Doch viele Athletinnen und Athleten stehen irgendwann vor einer entscheidenden Frage: Wie lässt sich sportlicher Erfolg mit einer beruflichen Perspektive verbinden?

Der Alltag vieler Spitzensportler/-innen ist ein Drahtseilakt. Eine Studie aus dem Jahr 2018 zeigt: Im Schnitt trainieren sie rund 32 Stunden pro Woche – und arbeiten zusätzlich etwa 24 Stunden, um finanziell über die Runden zu kommen. Nur selten reicht der Sport allein zum Leben. Und auch der Übergang in eine berufliche Laufbahn im Leistungssport, etwa als Trainer/-in oder Funktionär/-in, gelingt längst nicht allen.

Ein Studium bietet daher vielen Athletinnen und Athleten einen wichtigen Ausweg – und eine echte Chance, ihre Zukunft selbst in die Hand zu nehmen. Dass das funktioniert, beweist ein Blick auf die deutsche Olympiamannschaft von Paris 2024: Mehr als 41 Prozent der Teilnehmenden studierten parallel zu ihrer sportlichen Karriere. Ein beeindruckendes Beispiel für die Doppelbelastung – und den Ehrgeiz, auf beiden Ebenen erfolgreich zu sein.

Förderung der Dualen Karriere als eine hochschulspezifische Aufgabe

Bereits seit den 1990er-Jahren wird diese Doppelbelastung aus Studium und Spitzensport an deutschen Hochschulen intensiv diskutiert. Immer mehr Bildungseinrichtungen begreifen sie heute als eigene hochschulspezifische Aufgabe. Die Forschung spricht dabei von der sogenannten „dualen Karriere“ – also dem gleichzeitigen Verfolgen sportlicher und akademischer Ziele. Internationale und nationale Studien zeigen dabei übereinstimmend, welche Herausforderungen Studierende im Spitzensport besonders belasten:

- der enorme zeitliche Aufwand durch Training, Wettkämpfe und Studienanforderungen,
- der Leistungsdruck, der aus beiden Bereichen entsteht,

- die durch den Bologna-Prozess eingeführte Verschulung des Studiums (Bachelor/Master), die flexible Lern- und Prüfungsmodelle erschwert,
- der Wegfall des BAföG-Anspruchs, wenn sich durch Trainings- oder Wettkampftermine das Studium verlängert,
- sowie die generelle finanzielle Belastung, die aus der Kombination von Sport, Studium und Lebensunterhalt entsteht.

Diese Faktoren machen deutlich, wie anspruchsvoll der Weg einer dualen Karriere ist – und wie wichtig gezielte Unterstützung durch Hochschulen und Verbände geworden ist.

Um diese Vereinbarkeit zu fördern, hat der Allgemeine Deutsche Hochschulsportverband (adh) bereits 1999 die Initiative „Partnerhochschule des Spitzensports“ ins Leben gerufen. Das Ziel: Studierende Spitzensportlerinnen und -sportler nachhaltig unterstützen – durch ein Netzwerk aus Hochschulen, Verbänden und Organisationen, das die individuellen Bedürfnisse der Athletinnen und Athleten in den Mittelpunkt stellt.

Hochschulen, die den Status einer Partnerhochschule tragen, verpflichten sich, maßgeschneiderte Fördermaßnahmen anzubieten – etwa flexible Studienpläne, individuelle Beratung oder Unterstützung bei Trainings- und Wettkampfterminen. Diese Vereinbarungen sind weit mehr als bloße Formalitäten: Sie schaffen echte Perspektiven für junge Menschen, die täglich auf höchstem Niveau Leistung bringen – im Hörsaal genauso wie auf der Wettkampfbühne.

Die Initiative zeigt, dass Spitzensport und Bildung keine Gegensätze sein müssen. Sie beweist, dass Erfolg im Leistungssport nicht das Ende, sondern oft der Beginn einer neuen, nachhaltigen Karriere sein kann. Und sie sendet ein starkes Signal: Wer sich für Sport und Studium gleichermaßen engagiert, verdient Unterstützung – von der Hochschule, vom Verband und der Gesellschaft.

„Durch die Spitzensportförderung der Uni Münster kann ich die Doppelbelastung – Studium und Sport – bestmöglich miteinander kombinieren.“

Pia Schlattmann

Das Münsteraner Modell – Vorreiter in Sachen Spitzensport und Studium

Die Universität Münster gehört zu den größten Hochschulen Deutschlands. Mit 15 Fachbereichen, über 120 Studienfächern und mehr als 280 Studiengängen ist sie ein Zentrum akademischer Vielfalt. Im Wintersemester 2024/25 waren rund 42.000 Studierende eingeschrieben. Bereits 2002 wurde die Universität als erste Hochschule in Nordrhein-Westfalen offiziell als Partnerhochschule des Spitzensports zertifiziert. Seitdem verfolgt sie das Ziel, Spitzensportlerinnen und Spitzensportler systematisch zu fördern und ihnen die Vereinbarkeit von Studium und Leistungssport zu ermöglichen.

Aktuell studieren 55 Athletinnen und Athleten an der Universität Münster, darunter 15 Bundeskader- und Landeskaderathleten/-innen sowie 32 Spielerinnen und Spieler aus der 1. und 2. Bundesliga. In der Leichtathletik werden diejenigen gefördert, die im vergangenen Jahr eine Top-12-Platzierung bei Deutschen Meisterschaften erreicht haben. Eine der wesentlichen Förderleistungen der Uni Münster in Zusammenarbeit mit dem Hochschulsport Münster ist dabei der freie Zugang zu den Sportstätten der Universität sowie die Teilnahme an studentischen Wettkämpfen, ausgerichtet über den adh.

Zentrale Informationen für die Spitzensportlerinnen bündelt die eigens eingerichtete Projekt-Homepage, die in die offizielle Website der Universität eingebunden ist. Dort erhalten die Athletinnen einen umfassenden Überblick über das Projekt „Partnerhochschule des Spitzensports“, über nationale und internationale Meisterschaften, die Fördermaßnahmen, Profile der Athletinnen und Trainerinnen, Alumni-Porträts sowie Hinweise zu internen und externen Kooperationspartnern. So entsteht eine transparente Plattform, die alle Beteiligten vernetzt und Orientierung bietet.

Ein Alleinstellungsmerkmal des Münsteraner Modells ist die enge Verbindung von Forschung und Praxis. Am Institut für Sportwissenschaft wurde mit Mitteln der Deutschen Forschungsgemeinschaft ein modernes Bewegungslabor eingerichtet, das speziell für den Spitzensport ausgestattet ist. Fachbereiche wie Bewegungswissenschaft, Trainingswissenschaft und Sportpsychologie arbeiten hier eng zusammen und führen Leistungsdiagnostiken, Testungen und angewandte



Pia Schlattmann | Leichtathletik

**Universität Münster seit SoSe 2024
Studiengang: Humanmedizin**

- Unterstützung und Beratung bei der Studienorganisation
- Flexible Anwesenheitszeiten, Nacharbeitung von Fehlzeiten
- Individualisierte Prüfungsleistungen/Verschiebungen von Prüfungsterminen
- Freie Nutzung der universitären Sportanlagen

Erfolge 2025

5. Platz FISU World University Games 5.000m
5. Platz U23 Europameisterschaften 5.000m
2. Platz U23 DM 10km Straße
3. Platz U23 DM 10.000m
4. Platz U23 DM 5.000m

Erfolge 2024

4. Platz U23 Europameisterschaften Crosslauf
5. Platz U23 DM 1.500m



Orthopädie Physiotherapie Leistungsdiagnostik Checkup-Medizin

Leistungsdiagnostik im ZfS

- von vielen Krankenkassen bezuschusst

Sportphysiotherapie im ZfS

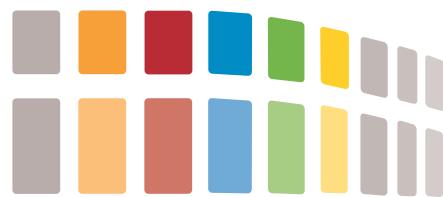
- alle gesetzlichen und privaten Krankenkassen

BACK TO SPORTS

- Individuelles Physiotraining im Sportomedicum Campus



Öffnungszeiten: Montag bis Freitag 8:00 Uhr bis 22:00 Uhr



ZfS

| Zentrum für Sportmedizin

www.zfs-muenster.de

Tel. 0251 - 131362-0

Forschung gemeinsam mit den Spitzensportlerinnen und kooperierenden Vereinen durch. Die Ergebnisse fließen sowohl in die wissenschaftliche Arbeit als auch direkt in die Trainingspraxis ein, sodass die Athletinnen unmittelbare Rückmeldungen zu ihrem Leistungsstand erhalten. Gleichzeitig ist das Labor ein Forschungsschwerpunkt des Instituts und trägt zur Weiterentwicklung von Spitzleistungen im Sport bei.

Innerhalb der Universität steht den Spitzensportlerinnen und -sportlern ein starkes Unterstützungsnetzwerk zur Verfügung. Das Studierendenwerk vermittelt bevorzugt Wohnheimplätze und bietet Ernährungsberatung, während das Studierendensekretariat im Umgang mit Nachteilsausgleich geschult ist, der Bundeskaderathletinnen und -athleten bei der Studienplatzvergabe bevorzugt berücksichtigt. Die Zentrale Studienberatung unterstützt individuell bei Studiengangwechsel, Anerkennung von Leistungen und Studienplanung.

„Die Sportförderung der Uni Münster eröffnet mir Perspektiven jenseits des Sports und ist Bindeglied zwischen meinem Arbeitgeber der Bundeswehr, meinem Spitzensportverband und der Uni. Ohne diese Koordination wäre die Vorbereitung auf meine berufliche Zukunft undenkbar.“



Felix Seibel | Jurastudent
Uni Münster seit SoSe 2019
Gesamtsieger
Skeleton Europacup 2025
Bild: BSD e.V.

Seit 2015 ist auch der Career Service der Universität im Projekt beteiligt und berät die Leistungssportler und -sportlerinnen als besondere Gruppe mit und bietet spezielle, ziel-gruppenorientierte Kurse an. Datenschutzbestimmungen erschweren jedoch die automatische Meldung neuer Spitzensportlerinnen an das Betreuungsteam, sodass von einer gewissen Dunkelziffer registrierter Top-Sportlerinnen und -sportler ausgegangen werden muss.

Besonders im Fokus steht die Flexibilisierung und Individualisierung des Studiums. Studienverläufe, Anwesenheitspflichten und Prüfungen werden an die Anforderungen des Spitzensports angepasst. Seit 2016 erleichtert ein Professor, ehemaliger Spitzensportbeauftragter der Universität Hannover, als Mitglied des Prüfungsausschusses des Fachbereichs Wirtschaftswissenschaften die Entscheidungsprozesse in BWL und VWL, wobei alle Spitzensportlerinnen dieser Fächer direkt an ihn gemeldet werden.

Ergänzt wird diese Unterstützung durch ein erfolgreiches Mentorenprogramm: Neu eingeschriebene Athletinnen werden mit erfahrenen Spitzensportlerinnen und -sportlern aus dem gleichen Studienfach vernetzt, die bei Fragen und Problemen im Studium zur Seite stehen.

Ein wichtiger Bestandteil des äußeren Netzwerks ist der Olympiastützpunkt Westfalen. Ansprechpartner für die Athletinnen ist dort ein Laufbahnberater, mit dem regelmäßige Treffen und Telefonate stattfinden. Besonders intensiv ist der Kontakt im Frühjahr, wenn die Bewerbungssportale der Universität öffnen. Je nach Bedarf werden Beratungsgespräche gemeinsam mit dem Laufbahnberater des Olympiastützpunkts und dem Hochschulsport der Universität durchgeführt, um individuelle Lösungen für die Vereinbarkeit von Studium und Spitzensport zu finden.

Ebenfalls zentraler Bestandteil des Netzwerks ist das Sportinternat Münster in Trägerschaft des Vereins zur Förderung des Leistungssports in Münster e.V., dessen Sportlerinnen und Sportler zum Ende ihrer schulischen Ausbildung über die Universität, Bewerbungsprozesse und Studienmöglichkeiten informiert werden.

Wichtige Partner sind außerdem das Sportamt der Stadt Münster und der Stadtsportbund, mit denen unter anderem die Nutzung und Koordination von Sportstätten organisiert wird. Selbstverständlich gehören zu den externen Partnern auch die Vereine und Stützpunkte in Münster und der näheren Umgebung, in denen die Athletinnen und Athleten auf Spitzensportniveau trainieren. Zusammen bilden diese Einrichtungen ein stabiles Netzwerk, das die Studierenden sowohl im Training als auch bei der Organisation ihres Studiums unterstützt.

Alle Maßnahmen zusammen – von der flexiblen Studiengestaltung über wissenschaftliche Begleitung und Mentoring bis hin zum äußeren Netzwerk – sichern einen erfolgreichen Studienverlauf von der Bewerbung bis zum Abschluss, ohne dass die Anforderungen des Spitzensports zu kurz kommen. Das Münsteraner Modell zeigt eindrucksvoll, dass Spitzensport und akademische Bildung kein Widerspruch sein müssen, sondern sich gegenseitig ergänzen, Perspektiven schaffen und Athletinnen und Athleten ermöglichen, sowohl sportlich als auch akademisch auf höchstem Niveau erfolgreich zu sein.





Bild: SSB Münster

www.trainerdesjahres.de



Danke für ein Lebenswerk Münsters TrainerIn des Jahres 2024 ausgezeichnet

Erfolgreiche Sportlerinnen und Sportler stehen zu Recht im Rampenlicht – doch ohne ihre Trainerinnen und Trainer wären viele Erfolge undenkbar – im Spitzensport ebenso wie im Breitensport und der Jugendarbeit. Ein guter Grund für den Verein zur Förderung des Leistungssports in Münster e.V., auch in diesem Jahr wieder verdiente heimische Coaches auszuzeichnen.

Zum dritten Mal waren Münsters Vereine aufgerufen, ihre Trainerinnen und Trainer für die Auszeichnung „Münster TrainerIn des Jahres“ zu nominieren. Die Jury – bestehend aus Vertretern des Stadtsportbundes, des Vereins zur Förderung des Leistungssports in Münster e.V., der LVM-Versicherung und prominenten Akteuren der münsterschen Sportszene – hatte auch dieses Jahr die Qual der Wahl. Verliehen wurden die Auszeichnungen erneut im festlichen Rahmen der WN-Sportlergala in der Jovel Music Hall.

50 Jahre Trainerin im Wasserspringen

Die Auszeichnung „Trainerin des Jahres 2024“ erhielt Julianne Schlechter, die über ein halbes Jahrhundert lang das Wasserspringen in Münster geprägt hat. Hunderte von Kindern sind im Anschluss an Sichtungsmaßnahmen von ihr an das Wasserspringen herangeführt worden. Etliche davon hat sie als Landesstützpunkttrainerin aus den Talentsichtungsgruppen in den Landes- und Bundeskader führen können – zuletzt Linas Haenlein.

Wie viele Titel und Medaillen sie letztlich bei NRW-Meisterschaften hervorgebracht, wird auch sie selbst wohl nicht zählen können. Vielleicht noch, wie viele Titel und Medaillen sie in den fünf Jahrzehnten auf Bundesebene feiern konnte. Ihre Arbeit am Beckenrand war jedenfalls ein wichtiger Baustein dafür, dass die Stadt Münster und das Wasserspringen in Münster in Deutschlands Wasserspringerszene hoch angesehen ist. Jetzt verabschiedet sich Schlechter aus dem Trainergeschäft. Die Auszeichnung: ein verdientes „Danke“ für ein Lebenswerk.

Vorbild in Disziplin und Teamgeist

Mareike Borgers von der Cheersports-Abteilung der Münster Mammuts wurde zur Nachwuchstrainerin des Jahres gewählt. Neben ihrer fachlichen Expertise überzeugt sie als Vorbild, vermittelt auf inspirierende Weise Werte wie Disziplin, Teamgeist und Verantwortungsbewusstsein. Als Nachwuchstrainer des Jahres wurde Christoph Möhring vom Segelclub Hansa Münster ausgezeichnet. In seiner Funktion als Trainingsleitung hat er sowohl die vereinsinternen Trainings als auch die Maßnahmen für den Leistungsstützpunkt des Segelverbandes NRW neu belebt. Mit Kreativität und Engagement begeisterte er junge Seglerinnen und Segler für Traineraufgaben – und ersegelte mit seinem Team die Qualifikation für die Junioren-Bundesliga.

Münsters TrainerIn des Jahres

powered by **LVM**
VERSICHERUNG

Trainerinnen und Trainer...

...sind Schlüsselpersonen im Sport. Das gilt im Spitzensport wie an der Basis in den Vereinen. Sie setzen die Kernaufgaben der Sportvereine, Sporttreibende auszubilden und qualitativ hochwertige Angebote für die Zielgruppen anzubieten, um. Sie fördern die persönliche und sportliche Entwicklung der Athletinnen und Athleten und sie begeistern Menschen für den Sport und damit für eine möglichst lebenslange Sportbiografie. Sie bringen Höchstleistungen hervor und sind maßgeblich an Erfolgen beteiligt.

Mit der Auszeichnung „Münsters Trainer/in des Jahres“ sowie „Münsters Nachwuchstrainer/in des Jahres“ will der Verein zur Förderung des Leistungssports in Münster e.V. mit Unterstützung der LVM-Versicherung, der Westfälischen Nachrichten und des Stadtsportbundes Münster die Wertschätzung unserer lokalen Trainerinnen und Trainer in der Öffentlichkeit steigern und die ehrenamtlich, nebenamtlich oder auch hauptamtlich erbrachten Leistungen angemessen anerkennen und würdigen.

In Kooperation mit:



Jetzt Trainer/in des Jahres 2025 nominieren

Mitgliedsvereine des SSB Münster aber auch aktive Sportlerinnen und Sportler können bis zum 14.12.2025 ihre Kandidatinnen und Kandidaten vorschlagen. Aus den eingegangenen Vorschlägen erstellt dieses Mal ein Gremium aus Vertretern des Vereins zur Förderung des Leistungssports in Münster e.V., des Stadtsportbundes, der LVM-Versicherung und Persönlichkeiten aus dem münsterschen Sport eine sogenannte Short List. Dabei können auch eigene Vorschläge des Gremiums Berücksichtigung finden. Die finale Entscheidung findet dann im Rahmen der Jurysitzung der WN-Sportlerwahl statt.

Vorschläge durch die Heimatvereine können direkt online unter www.trainerdesjahres.de oder postalisch/ per E-Mail über das dort bereitgestellte Formular erfolgen. Vorschläge von aktiven Sportlerinnen und Sportlern können ganz einfach formlos mit einer kurzen Begründung per E-Mail eingereicht werden. Wir werden uns dann für etwaige weitere Schritte direkt mit dem Heimatverein in Verbindung setzen. Weitere Informationen und Dokumente sind unter www.trainerdesjahres.de online verfügbar.

Die Preisträger/-innen für das Jahr 2024: Julianne Schlechter, Mareike Borgers und Christoph Möring (v.r.n.l.) sowie die Moderatoren Jonas Austermann und Thomas Reilmann (re.) von der Sportredaktion der Westfälischen Nachrichten.





**SPORTINTERNAT
MÜNSTER**
Für Talente mit Zukunft

Kim van de Velde (geb. Behrens)
Im Sportinternat Münster
von 2007 bis 2012.

Professionelle Beach-
Volleyballspielerin und
Vize-Europameisterin 2020.





Neues Angebot im Sportinternat Münster Ernährungsberatung und -erziehung

Pia Müller, Mitglied des Betreuungsteams im Sportinternat Münster, hat ihr ohnehin umfangreiches Aufgabenprofil um einen weiteren qualifizierten Baustein ergänzt. Die ehemalige Lehrerin, die seit August 2022 im Internat tätig ist, absolvierte einen sechsmonatigen Zertifikatskurs zur Ernährungsberaterin. Fortan gibt sie ihr fundiertes Wissen zur sportgerechten Ernährung und Ernährungserziehung an die jungen Athletinnen und Athleten weiter.

Essen und Trinken sind für Jugendliche im Leistungsaufbau ein zentrales Thema – täglich, und oftmals mit deutlich höheren Anforderungen als bei Gleichaltrigen. Mit dem Schritt in den Leistungssport wachsen Belastungen, Verantwortung und die Notwendigkeit einer reflektierten Ernährungsroutine. „Ernährung ist immer ein Zusammenspiel von Leistung und Gesundheit“, betont Pia Müller.

Dass sie Fachkenntnisse aus den Bereichen Biologie, Ernährungs- und Hauswirtschaftswissenschaften mitbringt und zugleich auf Erfahrungen als ehemalige Leistungssportlerin im Natural Bodybuilding zurückgreifen kann, erweist sich dabei als entscheidender Vorteil. „Der Bedarf an Aufklärung und praktischer Orientierung ist groß“, hat sie festgestellt. „Die Athletinnen und Athleten haben viele Fragen – und sie wollen klare Antworten.“

Energie intelligent zuführen

Die Sportinternatsbewohnerinnen und -bewohner folgen einem strukturierten Tagesrhythmus aus Lernen und Training. Gefrühstückt wird an der Salzmannstraße, das Mittagessen findet in der Sparkassen-Akademie statt – einem Kooperationspartner, der die DSOB-Richtlinien für leistungssportgerechte Ernährung konsequent umsetzt. Ergänzend stehen nachmittags Snacks sowie eine abendliche Mahlzeit im Internat zur Verfügung. Entscheidend bleibt jedoch stets die Qualität dessen, was auf den Teller kommt – denn sportliche Belastung bedeutet erhöhten Energiebedarf, der möglichst effizient gedeckt werden muss.

Müller hat die internen Prozesse im Sinne einer Qualitätsentwicklung weiterentwickelt. Als Versorgungsbeauftragte erstellt sie gemeinsam mit Köchin Claudine Sternitzke, selbst ehemalige Leistungsschwimmerin, abwechslungs-

reiche und saisonal orientierte Speisepläne – konform mit den Standards für deutsche Spitzensport-Einrichtungen. Vegetarische Abende mit hochwertigen pflanzlichen Eiweißquellen sind fester Bestandteil des Konzepts. Alle sechs Wochen werden mittels Evaluationsbögen Wünsche und Rückmeldungen der Sportlerinnen und Sportler systematisch erfasst. Darüber hinaus bietet Müller individuelle Ernährungsberatung an. Grundlage bildet jeweils ein ausführliches Anamnesegespräch; sofern vorhanden, fließen Daten aus einer Körperstatusanalyse in die Beratung ein.

Bewusstsein schaffen

Ein zentrales Anliegen ist für Müller die Ernährungserziehung. „Wir haben einen pädagogischen Auftrag, den Blick zu erweitern. Die Jugendlichen sollen sich aktiv mit Fragen auseinandersetzen: Was ist gesund? Was kann ich selbst zubereiten? Was sollte ich eher meiden?“ Neben gemeinsamen Mahlzeiten spielt auch Wissen über Herkunft und Qualität der Lebensmittel eine Rolle. Ein Informationsboard mit detaillierten Angaben zu einzelnen Produkten befindet sich aktuell im Aufbau.

Kooperationen stärken

Nach einem Vernetzungstreffen im Sportinternat Paderborn beschlossen die NRW-Sportinternate, eine Arbeitsgemeinschaft „Sporternährung“ zu gründen, um den fachlichen Austausch weiter zu intensivieren. In Münster wird darüber hinaus im September die Kooperation mit dem Fachbereich Ernährung der hiesigen Fachhochschule wiederaufgenommen: Zwei Masterstudentinnen werden Workshops für die Internatsathletinnen und -athleten anbieten.



Zwei starke Partner für den Sport!

Um Ihren persönlichen Versicherungsbedarf kümmern sich deutschlandweit über 2.300 Vertrauensleute.
Eine LVM-Versicherungsagentur in Ihrer Nähe finden Sie unter lvm.de

LVM Versicherung
Kolde-Ring 21, 48126 Münster
Mo. bis Fr. von 8 bis 20 Uhr
kostenfrei: 0800 5863733

Wir sagen Danke. Partner und Förderer des Leistungssports in Münster

Sport verbindet Menschen, Unternehmen und Ideen in Münster. Mit 100.000 Münsteranerinnen und Münsteranern in den lokalen Sportvereinen ist unsere Stadt eine der aktivsten in ganz NRW. Unsere Leistungssportlerinnen und Leistungssportler sind dabei das Aushängeschild der Sportstadt Münster. Durch das Engagement unserer Partner und Förderer für Münsters Nachwuchs- und Top-Athleten prägen und gestalten wir gemeinsam die Zukunft des Sportstandorts in der Westfalenmetropole.

Aus eigener finanzieller Kraft wären die erzielten Erfolge der vergangenen Jahre nicht möglich gewesen. In den vergangenen Jahren haben uns neben der Stadt Münster und der Sportstiftung NRW eine Vielzahl an Unternehmen, Organisationen und auch Privatpersonen finanziell und ideell bei unserer Arbeit unterstützt. Denn nur dank der Unterstützung dieser Partner und Förderer ist es uns möglich, Nachwuchssportlerinnen und Nachwuchssportlern professionelle Rahmenbedingungen zu bieten. Dies ist die Grundlage für spätere Weltklasseleistungen.

Unsere Stadt und Region sind mit Talenten gesegnet – gemeinsam sorgen wir dafür, dass diese Talente gefördert werden.

Mitgliedschaft, Spenden und Sponsoring **Gemeinsam für Talente mit Zukunft**

Auch in Zukunft sind wir auf die finanzielle und ideelle Unterstützung von Partnern aus der Wirtschaft und Verbänden angewiesen, denn die Ziele sind hochgesteckt: Erweiterung des Leistungs- und Aufgabenportfolios des Vereins, Etablierung eines Nachwuchsleistungszentrums, Neubau des Sportinternats u.v.m.

Ob im Rahmen Ihrer CSR-Strategie oder zur Profilierung als attraktiver Arbeitgeber: Wir schaffen für Sie vielfältige Möglichkeiten, Ihre Marke im Kontext von Leistungs- und Spitzensport überzeugend zu inszenieren. Von Networking-Events über fundierte Vorträge oder Charity-Veranstaltungen – wir entwickeln für Sie und mit Ihnen maßgeschneiderte Formate, die Ihre Werte transportieren und nachhaltige Verbindungen schaffen.

Mit einer Fördermitgliedschaft im Verein zur Förderung des Leistungssports in Münster e.V. vergrößern Sie langfristig die Basis für eine dauerhafte Förderung. Mit einer Spende erhöhen Sie direkt die im jeweiligen Jahr zur Verfügung stehenden Fördermittel, die zeitnah für Fördermaßnahmen zugunsten des münsterschen Nachwuchsleistungssports verwendet werden – oder unterstützen uns bei unseren mittel- und langfristig angelegten Projekten und Maßnahmen.

Werden Sie Teil unseres Sportstandorts Münster und zeigen Sie sichtbar Ihr Engagement für talentierte und motivierte Nachwuchs- und angehende Spitzensportler. Sprechen Sie uns an.

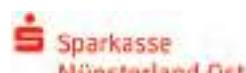


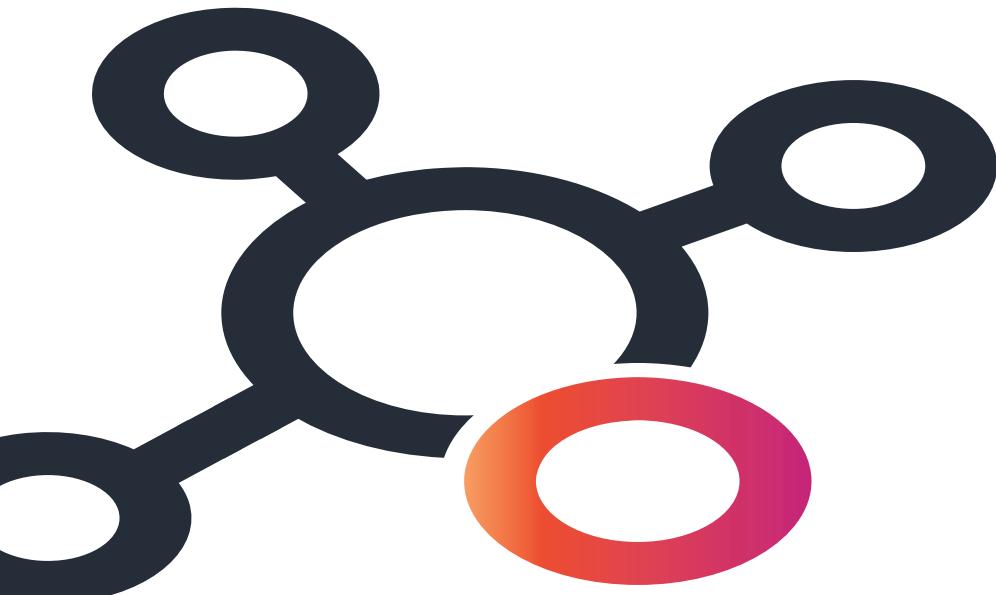
www.leistungssportfoerderung-muenster.de

Institutionelle Partner und Förderer



Partner und Förderer des Leistungssports in Münster





Bildmaterial wenn nicht anders angegeben: Jens Bruckmann, VzFdL Münster e.V.
Layout, Gestaltung und Redaktion: Jens Bruckmann, VzFdL Münster e.V.

Verein zur Förderung des Leistungssports in Münster e.V.
Buddenstr. 22
48143 Münster

www.leistungssportfoerderung-muenster.de
info@leistungssportfoerderung-muenster.de

Alle Texte und Fotos unterliegen dem Urheberrecht und anderen Gesetzen zum Schutz geistigen Eigentums, Nachdruck oder Reproduktion (auch auszugsweise) in irgendeiner Form (Druck, Fotokopie oder anderes Verfahren) sowie die Einspeicherung, Verarbeitung, Vervielfältigung und Verbreitung mit Hilfe elektronischer Systeme jeglicher Art, gesamt oder auszugsweise, ist - soweit dem Herausgeber die Rechte vorbehalten sind - ohne dessen schriftliche Genehmigung untersagt. Das Werk inklusive aller Inhalte wurde unter großer Sorgfalt mit Stand Oktober 2025 erarbeitet. Dennoch können Druckfehler und Falschinformationen nicht vollständig ausgeschlossen werden. Der Herausgeber übernimmt keine Haftung für die Aktualität, Richtigkeit und Vollständigkeit der Inhalte dieser Veröffentlichung, ebenso nicht für Druckfehler.