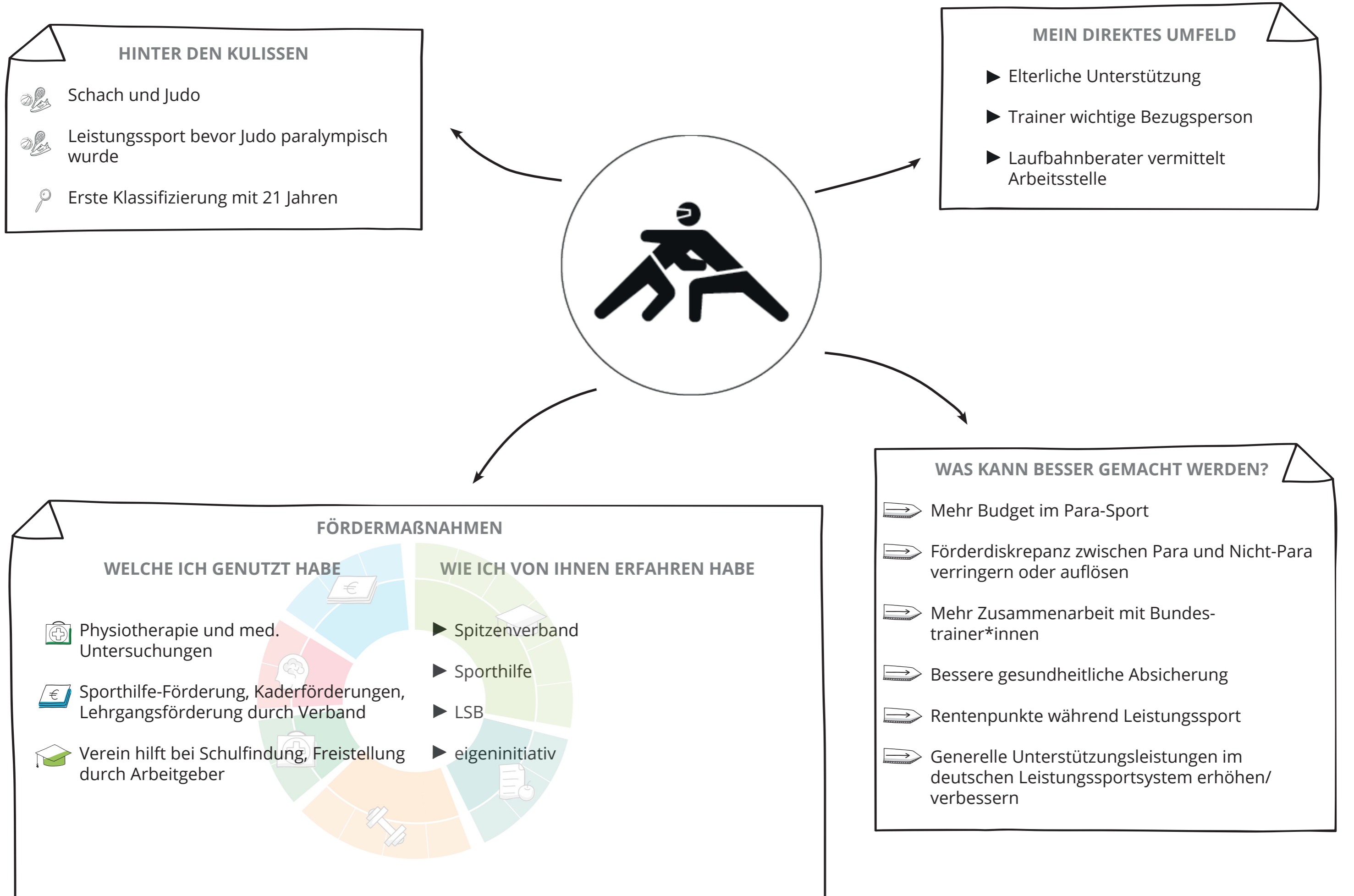
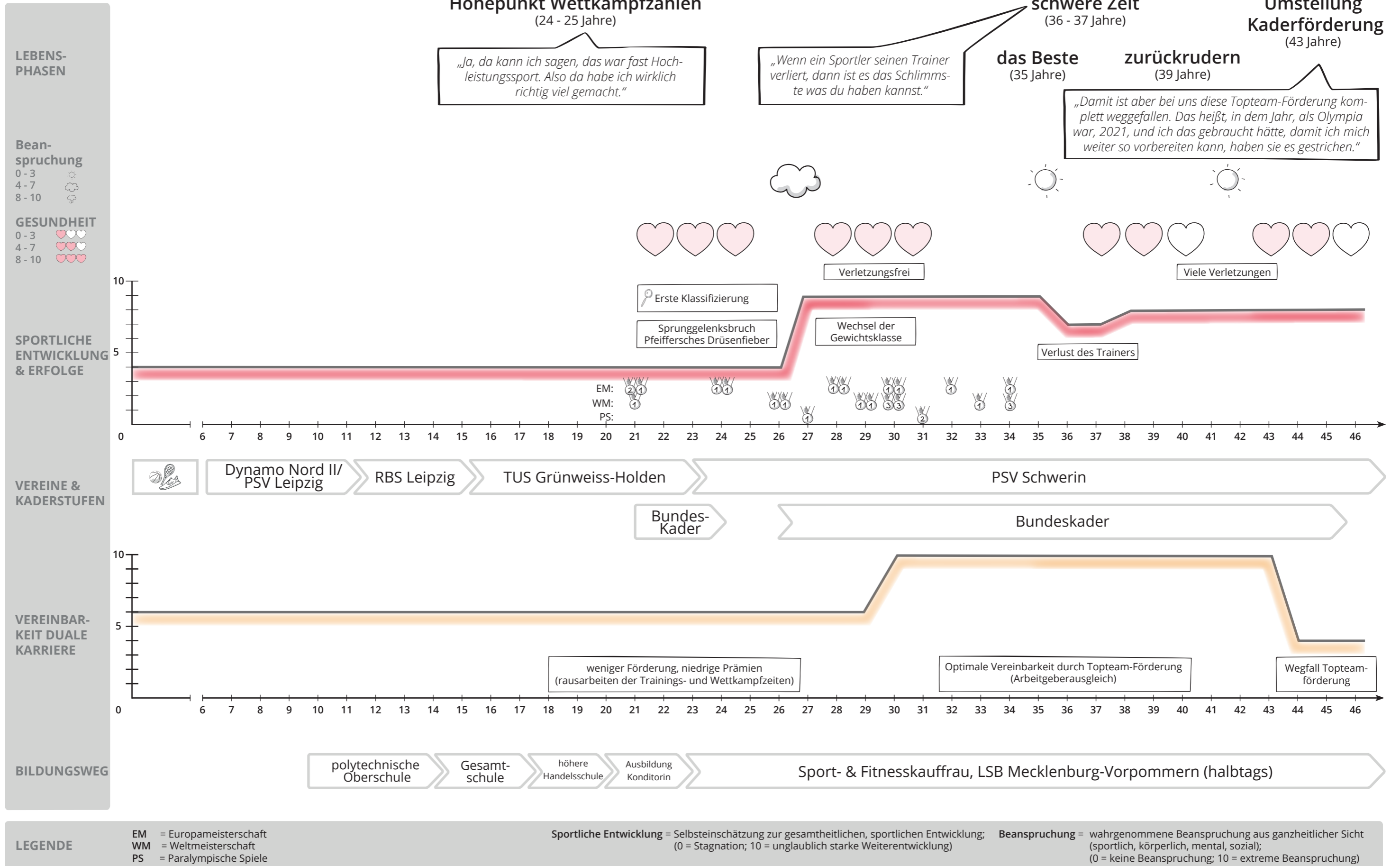




Ramona Brussig Para Judo



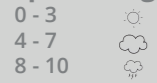


Ramona Brussig Para Judo

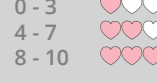


LEBENS-PHASEN

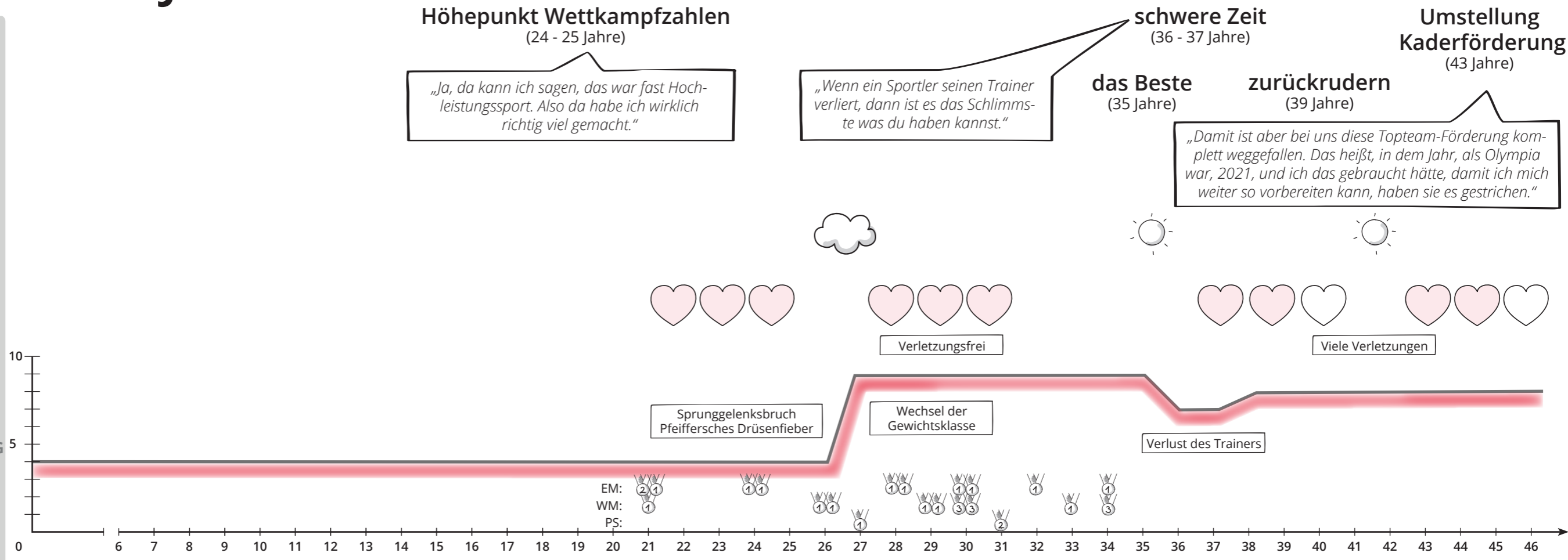
Beanspruchung



GESUNDHEIT



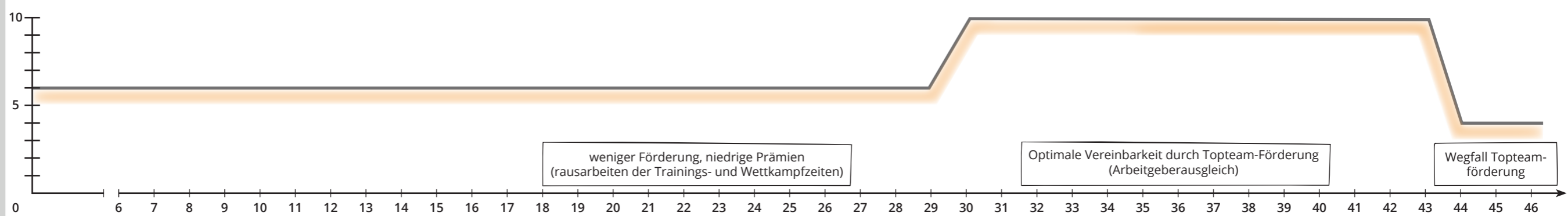
SPORTLICHE ENTWICKLUNG & ERFOLGE



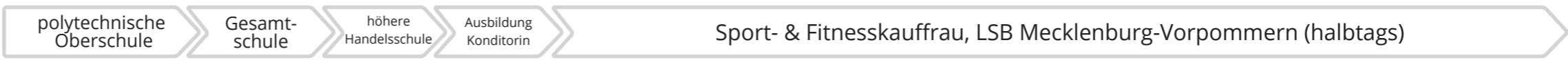
VEREINE & KADERSTUFEN



VEREINBARKEIT DUALE KARRIERE



BILDUNGSWEG



LEGENDE

EM = Europameisterschaft
WM = Weltmeisterschaft
PS = Paralympische Spiele

Sportliche Entwicklung = Selbsteinschätzung zur gesamtheitlichen, sportlichen Entwicklung; (0 = Stagnation; 10 = unglaublich starke Weiterentwicklung)

Beanspruchung = wahrgenommene Beanspruchung aus ganzheitlicher Sicht (sportlich, körperlich, mental, sozial); (0 = keine Beanspruchung; 10 = extreme Beanspruchung)

Ramona Brussig



HINTER DEN KULISSEN

- Schach und Judo
- Leistungssport bevor Judo paralympisch wurde
- Erste Klassifizierung mit 21 Jahren

MEIN DIREKTES UMFELD

- ▶ Elterliche Unterstützung
- ▶ Trainer wichtige Bezugsperson
- ▶ Laufbahnberater vermittelt Arbeitsstelle

FÖRDERMAßNAHMEN

WELCHE ICH GENUTZT HABE	WIE ICH VON IHNEN ERFAHREN HABE
<ul style="list-style-type: none"> Physiotherapie und med. Untersuchungen Sporthilfe-Förderung, Kaderförderungen, Lehrgangsförderung durch Verband Verein hilft bei Schulfindung, Freistellung durch Arbeitgeber 	<ul style="list-style-type: none"> ▶ Spitzenverband ▶ Sporthilfe ▶ LSB ▶ eigeninitiativ

WAS KANN BESSER GEMACHT WERDEN?

- ➡ Mehr Budget im Para-Sport
- ➡ Förderdiskrepanz zwischen Para und Nicht-Para verringern oder auflösen
- ➡ Mehr Zusammenarbeit mit Bundes-trainer*innen
- ➡ Bessere gesundheitliche Absicherung
- ➡ Rentenpunkte während Leistungssport
- ➡ Generelle Unterstützungsleistungen im deutschen Leistungssportsystem erhöhen/verbessern