

## **Familienpower im Leistungssport: Drei Mütter auf dem Weg nach Paris**

Drei Mütter, drei Sportarten: Gesa Krause, Leonie Meyer und Laura Ludwig zeigen, wie Familie und Leistungssport in Paris harmonieren.

Familie und Leistungssport – eine gelungene Kombination? In der Welt des Hochleistungssports sehen sich Athleten oft mit der Herausforderung konfrontiert, Beruf und Familie unter einen Hut zu bringen. Drei beeindruckende Mütter, die dies meisterhaft tun, sind Gesa Krause, Leonie Meyer und Laura Ludwig. Ihre Geschichten sind nicht nur inspirierend, sondern bieten auch wertvolle Einblicke in die Balance von Sport und Familie.

### **Der eindrucksvolle Comeback von Gesa Krause**

Gesa Krause, eine 31-jährige Hindernisläuferin, erlebte in den letzten 15 Monaten eine außergewöhnliche Reise. Nach der Geburt ihrer Tochter Lola Emilia im April 2023 kehrte sie bereits nach wenigen Wochen zum Training zurück. Um die sportlichen Anforderungen und die Rolle einer Mutter miteinander zu vereinbaren, setzte sie auf eine enge Zusammenarbeit mit ihrem Trainer und passte ihr Training entsprechend an. „Wirklich viele Erfahrungswerte, an denen man sich orientieren kann, gibt es hier leider nicht“, erklärte sie.

Ihr Wille, bei den Olympischen Spielen in Paris zu konkurrieren, kommt nicht nur aus ihrem sportlichen Ehrgeiz, sondern auch aus der Unterstützung ihrer Familie. Ihr Mann Robert Blumenritt und die Familie helfen aktiv bei der Betreuung von Lola, was aus

ihrer Sicht zu einer stärkeren Bindung geführt hat. „Das motiviert mich, nochmal alles in die Waagschale zu schmeißen“, so Krause.

## **Leonie Meyer: Eine Powerfrau im Dualen Studium und Sport**

Leonie Meyer, Kitesurferin und zweifache Mutter, stellte sich einer ähnlichen Herausforderung. Die Geburt ihres Sohnes Levi fiel mit ihrem Abschluss des Medizinstudiums zusammen, was sie vor immense organisatorische Aufgaben stellte. „In den Momenten, in denen ich nicht dran geglaubt habe, haben andere an mich geglaubt“, sagte die 31-jährige. Ihre Entschlossenheit spiegelt sich auch in der Art und Weise wider, wie sie ihre Zeit zwischen Familie und professionellem Sport organisiert.

Sohn Levi, der an einer seltenen Unterschenkelfehlbildung leidet, zeigt einen unerschütterlichen Optimismus, der nicht nur seine Mutter inspiriert, sondern auch den Antrieb für ihre Wettkämpfe liefert. Meyer plant, bei den Olympischen Spielen mit ihrem Kind auf dem Treppchen zu stehen, während sie gleichzeitig ihren Weg als Ärztin fortsetzt.

## **Laura Ludwig: Der Weg zur Olympiade mit Familie**

Laura Ludwig, die Beachvolleyball-Olympiasiegerin, sieht sich auf einem ähnlichen Weg. Mit ihrem älteren Sohn Teo, der sie anweist, erst aufzuhören, wenn sie erneut Gold gewonnen hat, zeigt sich der besondere Druck und zugleich die Unterstützung, die sie als Mutter und Sportlerin erhält. „Es ist eine wahnsinnige Motivation“, beschreibt sie den Einfluss, den ihre Familie auf ihre Karriere hat.

Nach der Unterstützung von ihrem Ehemann Imonefe Bowes, der beim Training half, setzte sie sich dazu in den Fokus, an

Olympischen Spielen teilzunehmen. Ihre Söhne begleiteten sie bei vielen Wettkämpfen, nachdem sie korrekt ihre organisatorischen Planungen umsetzten. Dies führte dazu, dass sie trotz der Herausforderungen, die das Reisen mit Kindern mit sich bringt, ihren Lebenstraum verwirklichen konnte.

## **Eine Inspiration für die Sportwelt**

Die Geschichten dieser drei Athletinnen zeigen deutlich, dass es möglich ist, Familie und Leistungssport zu kombinieren. Ihrer Entschlossenheit, gepaart mit dem Rückhalt ihrer Familien, hilft ihnen nicht nur, ihre sportlichen Ziele zu erreichen, sondern motiviert auch andere, ähnliche Wege zu wagen. Es ist die Verbindung von Stärke, Mut und Unterstützung, die es ihnen ermöglicht, sowohl als Sportlerinnen als auch als Mütter erfolgreich zu sein. Ihre Erfahrungen liefern wertvolle Erkenntnisse für Athleten in ähnlichen Situationen und inspirieren zukünftige Generationen von Sportlerinnen.

- **NAG**

Details

**Besuchen Sie uns auf: [n-ag.de](https://n-ag.de)**