

# **Sportunterricht Lehrer m/w**

**Beitrag von „keckks“ vom 30. Dezember 2019 00:14**

Doch, auch und gerade im Breitensport, Männer haben fast immer einen niedrigeren KFA als Frauen und damit eine deutlich höhere Muskelmasse gemessen an der Gesamtmasse. Testosterongröße die x-te, Testo killt auch Körperfett. Benotet wird ja nun auch nicht nach geschlechterunabhängigen Tabellen z.b. bei Leichtathletik und Schwimmen. Das wäre unfair hoch zehn. Die Kraftwerte sind einfach zu unterschiedlich aufgrund der unterschiedlichen Hormonwerte, an der Kraft hängt die Schnelligkeit und Explosivität und damit eben das, was man durch Training nur sehr begrenzt entwickeln kann (vs. Ausdauer und Koordination und Beweglichkeit), wo also angeborene Unterschiede zum tragen kommen. Und da isses echt egal, ob ich mir jetzt die Unterschiede zwischen zwei Untrainierten oder zwei Trainierten anschau, der Unterschied zwischen Männern und Frauen bleibt.

(VII. ist das nicht so deutlich, wenn man nicht länger im Schnellkraftbereich oder im Athletiktraining im Leistungsbereich unterwegs war. Aber is halt so, ganz egal, ob jemand nie, 3x die Woche oder zweimal am Tag trainiert.)

Und ad Doping: In Deutschland im Breitensport sicherlich sehr viel mehr verbreitet als im Leistungssport dank der NADA, die aber über ADAMS nur Kadersportler außerhalb von Wettkämpfen kontrolliert, d.h. den Konsum einigermaßen einschränkt. Jeder, der regelmäßig Sport macht, hat vermutlich eine/n Stoffer im Team, außer du machst Leistungssport und ihr seid zum Dopungskontrollkader gemeldet (d.h. Start im Nationaltrikot diese Saison plausibel).