

Pressemeldung

## **Zwischen Hochschule und Höchstleistung Studentin der DHBW Karlsruhe ist auch als Kanutin erfolgreich**

### **Olympia in Paris als Ziel**

Ein ganz normaler Montag fängt für Xenia Jost um sieben Uhr an und endet kurz vor Mitternacht. Dazwischen liegen Kajak-Training im Rheinhafen von 7.30 Uhr bis 8.30 Uhr, Vorlesungen an der DHBW Karlsruhe von 9 bis 16 Uhr, dazwischen eine kurze Mittagspause, nach den Vorlesungen wieder Training auf dem Wasser und danach noch Krafttraining bis nach 19 Uhr, und dann noch an den Schreibtisch und Lernen.

Xenia ist 22 Jahre alt, studiert seit 2018 BWL-Industrie/Industrial Management an der Dualen Hochschule Baden-Württemberg Karlsruhe und träumt davon, bei den Olympischen Spielen 2024 in Paris dabei zu sein. Genauer gesagt im Kajak, denn Xenia ist Kanutin. Im Einer-Kajak über 200 Meter wurde sie 2019 Deutsche Vizemeisterin und im Vierer-Kajak bei den U23 Weltmeisterschaften 2019 in Rumänien Sechste. Seit 2018 ist sie im deutschen Nationalteam, trainiert aber in ihrem Verein bei den Rheinbrüdern Karlsruhe. Xenia ist 2015 aus Serbien nach Karlsruhe gekommen, dort war sie bereits in der serbischen Nationalmannschaft der Kanuten. Ihr Vorbild war ihr Bruder, der diese Sportart auch seit Kindheit ausübt. Mit zehn Jahren fing sie mit dem Kanurensport an. Ein paar Jahre später stand schon vier- bis fünfmal die Woche Training auf dem Programm. „Man lernt durch den Sport früh, sich den Tag gut einzuteilen.“

### **Abitur am Sportgymnasium**

Als sie mit Ihrer Familie 2015 nach Deutschland eingewandert ist, hat sie alles dafür getan gleich weiter ihre Sportart ausüben zu können. Unterstützt wurde sie auch durch ihre Schule, denn das Otto-Hahn-Gymnasium, auf das sie nach ihrem Umzug nach Karlsruhe ging, ist ein Sportgymnasium.

In einer Informationsveranstaltung an der Schule berichtete ein StudiScout von seinem Studium an der Dualen Hochschule Baden-Württemberg. Xenia wusste sofort, dass das das Richtige für sie ist. Nach nur drei Jahren in Deutschland machte sie ihr Abitur. Direkt danach begann sie ein Studium der BWL-Industrie an der DHBW Karlsruhe in Kooperation mit den Karlsruher Stadtwerken als Partnerunternehmen.

### **Studium, Arbeit und Leistungssport – dreifache Herausforderung**

Die Dreifachbelastung hat es in sich. Studieren, arbeiten und trainieren: „Aber ich bekomme von allen Seiten eine Riesenunterstützung.“ Die DHBW Karlsruhe ist zwar keine „Partnerhochschule des Spitzensports“ wie die DHBW Stuttgart, dennoch gibt es Vereinbarungen mit dem Olympiastützpunkt Rhein-Neckar in Heidelberg. Manchmal wird sie von ihrem Verein ein paar Tage befreit und kann später zu den Trainingslagern kommen, und an der Hochschule wird es ihr ermöglicht, wettkampfbedingte Fehlzeiten nachzuarbeiten. „Uns ist es wichtig, Xenia Jost - sofern möglich - den nötigen Freiraum zu geben, damit sie Leistungssport und eine fundierte akademische Ausbildung vereinbaren kann“, sagt der Leiter des Studiengangs BWL-Industrie/IDM, Prof. Dr. Martin Weinmann, der auch der zuständige Studiengangleiter ihres Kurses ist. Xenia hatte sich diesen Kurs am Anfang ihres Studiums ausgesucht, da die Vorlesungs- und Seminarzeiten, sich gut mit ihren Trainingszeiten vereinbaren ließen. Auch hier ist ihr die DHBW Karlsruhe entgegengekommen. Trotzdem heißt es immer wieder Skripte nacharbeiten, Prüfungen - sofern erforderlich - nachschreiben.

## Als Leistungssportlerin gut strukturiert

Natürlich helfen ihr Zielstrebigkeit und Disziplin, die sie in ihrem Sport gelernt hat. Spitzensportler sind extrem diszipliniert, fokussiert und zielgerichtet. So gehen sie auch ihr Studium an. Diese Mentalität ermöglicht es ihnen, Sport und Studium unter einen Hut zu bringen. Außerdem sind sie es gewohnt, auf Freizeit zu verzichten und auf viele Dinge, die das studentische Leben zwar ausmachen aber auch vom Studium ablenken können.

„Klar habe ich weniger Freizeit, da ich sowohl studiere und arbeite und daher keine Semesterferien habe. Besonders am Anfang war es schwierig Familie, Freunde, Studium/Arbeit unter einen Hut zu bringen, aber ich habe mich damit arrangiert und weiß, wie ich meine Zeit am besten einteilen muss. Für mich ist der Sport eine tolle Herausforderung und bietet mir einen Ausgleich zum Lernen und Arbeiten. Ohne die Unterstützung meiner Familie, meines Studiengangsleiters und des Bundetrainers hätte ich einiges nicht geschafft. „Die Leistung von Xenia ist umso beachtlicher, da sie den Leistungssport mit dem dualen Studium unter einen Hut bringen muss. Die junge Frau hat echt viel zu tun und verdient Respekt dafür, dass sie Sport und Studium so gut unter einen Hut bekommt.“, loben ihr Bundestrainer Ralf Straub und der Bundesstützpunktleiter Detlef Hofmann.

## Unterstützung von Leistungssportlern im Studium – Wünsche

Auch viele Lehrbeauftragte haben Respekt vor der Dreifachbelastung, aber leider nicht alle. Einige meinen, sie müsse selbst wissen, was sie tue und wie sie zurechtkomme. Wie kann die Hochschule den Studierenden, die gleichzeitig im Spitzensport sind, noch entgegenkommen? „Es wäre schön, wenn es einen direkten Ansprechpartner gebe, einen Vermittler, der zwischen Hochschule, Professorenschaft, Studiengangsleitung mir und dem Olympiastützpunkt und Bundestrainer koordinieren würde“, wünscht sich die Athletin. Eine Person mit der man quasi über alle Probleme sprechen könnte, eine Vertrauensperson.

Xenia schließt im Oktober ihr Studium mit dem Bachelor ab, dann möchte sie zunächst in ihrem Partnerunternehmen in der Abteilung Neukundenakquise arbeiten und sich weiterhin auf die Olympischen Spiele 2024 in Paris vorbereiten. Dort wird sie dann nicht mehr mit der U23-Mannschaft teilnehmen, sondern bei voller Konkurrenz.

Mit der Bitte um Veröffentlichung.

Für die Beantwortung von Fragen oder ein Interview stehen alle Beteiligten gerne zu Verfügung.

Susanne Diringer Hochschulkommunikation Presse- und Öffentlichkeitsarbeit Tel.: 0176 - 299 60698 Mail: susanne.diringer@dhbw- karlsruhe.de	Xenia Jost Studentin BWL-Industrie/IDM Tel.: 0157 – 56695789 Mail: Mail: ksenijajost98@gmail.com	Prof. Dr. Martin Weinmann Leiter Studiengang BWL- Industrie/IDM Tel.: 0721 – 97 35 915 Mail: martin.weinmann@dhbw- karlsruhe.de
---	---	---