

Transskription af podcast: En special om elitesport

00:00:01 Taler 1

Jeg tror at vi bliver både bedre studerende af at være sportsudøvere ved siden af, og omvendt, jeg tror også jeg bliver en bedre atlet af at bruge mit hoved på en anden måde at lære noget ved siden af.

00:00:19 Taler 2

Du lytter til KU studieliv.

00:00:21 Taler 2

Jeg hedder Ida og er selv studerende. Og i den her podcast snakker jeg med andre studerende om deres studieliv.

00:00:29 Taler 2

I det her afsnit skal du møde Bjørk og Amalie.

00:00:33 Taler 2

De er begge to elitesportsudøvere og studerende på KU.

00:00:38 Taler 2

I afsnittet, der snakker jeg med dem om, hvordan de både får tid til træning, læsning og et socialt liv, i deres hverdag.

00:00:49 Taler 2

Vil i ikke lige starte med at præsentere jer selv og fortælle mig hvad i hedder og hvad i læser og hvor langt i er på uddannelsen.

00:00:56 Taler 3

Jo, jeg hedder Amalie starter og spiller alt nu her på 4 semester af min bachelor. Jeg er nødt til at forlænge lidt, men på sundhed og informatik som jeg startede på.

00:01:09 Taler 1

Jeg hedder Bjørk, og Jeg er lige startet på retorik.

00:01:14 Taler 2

Og i dag, der skal vi jo snakke om at være elitesportsudøver og samtidig være studerende. Så kan i ikke også lige fortælle mig, hvad er det for noget sport i hver især dyrker?

00:01:23 Taler 3

Jo, jeg spiller håndbold. Jeg er keeper ind i målet hos team Esbjerg, og derfor bosat også i Esbjerg lige i øjeblikket.

00:01:30 Taler 2

Og hvad med dig Bjørk?

00:01:32 Taler 1

Jeg dyrker længdespring og så fordi jeg er født uden venstre hånd, så dyrker jeg para-atletik.

00:01:39 Taler 1

Så ja, jeg er en del af det danske para landshold.

00:01:42 Taler 2

Fedt. Kan i ikke lige prøve at fortælle, hvordan har det her med at dyrke sport på højt niveau og så samtidig skulle gå i skole egentlig fyldt igennem jeres skolegang, inden jeg startede på uni? Hvordan har det været og gå i folkeskolen og i Gymnasiet?

00:01:56 Taler 3

Det har, man skal jo være lidt god til at sådan strukturere lidt sin tid, og der er også nogle ting, man må give afkald på også sådan lidt de sociale ting med skolen desværre.

00:02:06 Taler 3

Så er der sådan noget andet socialt, man har med sporten, men, der er lidt mere, jeg har haft lidt travlt i løbet af både efterskole, hvor man lige skulle gå og lave lektier og ting og sager og man skulle nå og inden man skulle til træning og der var måske lidt mere afkald på nogle serier og sådan noget som andre måske har brugt tid på. Så der har været lidt mere stress på og lidt mere tid eller man skulle bruge tid på, ja både meget tid på skolen og så også meget tid på at træne og på kamp. Men det har generelt bare handlet om, at man virkelig kan strukturere sin tid i forhold til at man godt ved, at nu er man nødt til at læse, når man har tiden til det, og når man ikke har træning eller kamp.

00:02:46 Taler 2

Hvor gammel var du da du begyndte at spille håndbold på højt plan?

00:02:49 Taler 3

Jamen det, det sådan professionel håndbold, der var det da jeg var 18.

00:02:55 Taler 3

Og det var lidt, altså min plan var også lidt, at jeg skulle færdiggøre mit gymnasie, for at jeg ligesom på 3 år, selvom jeg også havde travlt der, er nogen der har mulighed for at læse det på 4. men der skyndte jeg mig lidt i forhold til, at jeg gerne ville være færdig på normeret tid eller normaltid. Sådan så jeg kunne starte min professionelle som 18-årig. Ja, så der var også lidt skole der skulle færdiggøres, inden jeg for alvor kunne kaste mig ud i det.

00:03:19 Taler 2

Og Bjørk, hvornår begyndte du til længdespring. Hvornår blev det en del af din hverdag?

00:03:24 Taler 1

Jeg startede allerede tilbage i 2016 til atletikken, men jeg kom på landsholdet en gang i slutningen af 2019. Og derfra, der tog det ellers fart.

00:03:38 Taler 1

Og jeg startede på det tidspunkt, så gik jeg på et Gymnasium, Københavns åbne Gymnasium. Jeg gik der lige 4 måneder, inden jeg så var nødt til at skifte over til først Gefion med en team Copenhagen linje, hvor det så, som du også siger, er 3 år.

00:03:55 Taler 1

Og så endte jeg så faktisk med 1,5 år efter og var nødt til at skifte til Falkonergården med et fireårigt Team Danmark forløb, fordi at der var så mange rejser forbundet med sporten. Så ja, det har været en balancegang at skulle finde ud af, hvad man netop, som du siger, strukturerer livet med både sporten og skolen.

00:04:16 Taler 2

Og hvilke tanker gjorde i jer så omkring det her masser at skulle starte på uni og samtidig dyrke sport på højt niveau?

00:04:23 Taler 1

Mange tanker. Især fordi at, nu kom jeg jo fra en skolegang med rigtig gode rammer på den her Team Danmark skole hvor der bare er top styr på at ligesom give den her fleksibilitet, der er brug for at give de her.

00:04:43 Taler 1

Ja bare muligheder og rum for at man kan få lov til at gå 100% ind i både sporten og skolen på samme tid. Og jeg vidste jo godt, at det var ikke helt den samme ting, jeg ville blive mødt af på uni. Jeg endte med at tage 2 sabbatår. Og i den tid, der startede mig og min søster også en virksomhed, så det gjorde også at jeg ligesom skulle have den med ind i balancen i livet. Sådan så alle aspekter af livet gik op i en højere enhed, ikke?

00:05:19 Taler 1

Så jeg gjorde mig rigtig mange tanker. Men i sidste ende, så valgte jeg bare noget, Jeg synes var spændende, fordi det var det, der var vigtigst for mig.

00:05:29 Taler 2

Overvejede du slet ikke at starte på uni, men bare på en eller anden måde prioriterer sporten 100%?

00:05:34 Taler 1

Aldrig, og det er nok også bare fordi, at jeg er mega stor tilhænger af, at man har noget ved siden af sporten. Sådan når sporten ikke går mega godt, så har man nogle andre ting i sit liv, som man kan bruge tid på at få energi af og glæde af. Så det synes jeg er mega vigtigt. Og jeg er også bare mega boglig så jeg elsker, jeg glædede mig til at skulle starte på uni.

00:06:00 Taler 1

Fedt. Kan du huske hvilke sådan bekymringer, der fyldte allermost inden du skulle starte Amalie?

00:06:08 Taler 3

Jamen det var nok mere, det der med, at man kunne få planlagt det hele, om der var lidt for meget man skulle dukke op til, hvor det ikke var muligt, eller hvor det lige crashede lidt med ens eget program, fordi man nogle gange har nogle tidligere træning, som man også godt ved, der ligger noget. Altså der ligger nogle forelæsninger eller holdudvisninger på samme tidspunkt.

00:06:25 Taler 3

Så det har nok været det, der har været mest sådan, om det kan hænge sammen. Måske den største frygt for det.

00:06:31 Taler 2

Hvordan har det så vist sig at være efterfølgende? var der grund til bekymring for det?

00:06:35 Taler 3

Nej, det synes jeg ikke. Jeg tror det er meget inde på faktisk hvilken uddannelse man valgte. Jeg valgte i starten farmaci, og der er meget hvor man skal i laboratorie.

00:06:46 Taler 3

Og der bliver det desværre lidt sværere for mig, som håndboldspiller, med den creme. Men samtidig tror jeg også, der er en anden, der kører noget kajak samtidig, og hun fik det til at fungere. Så jeg tror også det kommer an på, hvilken sportsgren man faktisk har. Men nu her på sundhed og informatik, der kører det rigtig godt, og der fungerer det fint, og der er mulighed for også at læse meget hjemmefra. Og hvis underviserne er gode til at hjælpe, så fungerer det fint.

00:07:11 Taler 2

Og du bor jo i Esbjerg, men læser på KU. Kan du ikke lige fortælle mig, hvordan i alverden får du sådan en hverdag til at hænge sammen?

00:07:21 Taler 3

Jo, det er rigtigt. Ja, jeg startede jo på sundhed og informatik, mens jeg stadigvæk boede i København og læste et år. Så flyttede jeg på grund af håndbolden til Esbjerg, og det det fungerer okay. På forkant, så skriver jeg lidt, når semestret skal begynde at skrive til forskellige undervisere omkring hvad jeg kan gøre for at det bliver bedst for mig og hvad der ligesom er, jeg skal være opmærksom på, og der er virkelig mange undervisere, der er gode til at hjælpe.

00:07:42 Taler 3

Og både at sætte en ind i forhold til hvad, jeg skal være særligt opmærksom på, og hvis der er nogle specielle deadlines eller afleveringer, man skal være opmærksom på. Men ellers så kører det stille og roligt. Der er heldigvis nogle gange, hvor det er muligt at se det over distance, fordi der er noget med specielt nogle undervisninger, man har på Panum og Sådan noget, der bliver det livestreamet og det gør en fordel for mig.

00:08:02 Taler 3

Når man Sådan. Ja når man sidder derhjemme i Esbjerg, så ja der er nogle ting man skal tænke på og Sådan noget. Men jeg synes, der er mange undervisere, der er gode til at hjælpe.

00:08:13 Taler 2

Så jeg kunne forestille mig, du har en hverdag, hvor du kører ret meget selvstudie.

00:08:14 Taler 3

Meget selvstudie. Jeg er næsten aldrig på studiet desværre, selvom jeg gerne ville, men vi har jo så meget. Sådan som håndboldspiller, har vi forholdsvis ofte nogle gange forholdsvis meget fritid. Vi

har bare ikke så meget frihed, fordi nogle gange ligger det sådan, så er der en træning, og så er der en træning måske dagen efter. Vi har ikke lige så mange, vi har så også forholdsvis eller rejsedage på Champions League ture og sådan, hvor vi også bruger i weekenderne nogle sådan 3 dage på det. Og der kommer så også en studiebog til at læse, hvor jeg så er nødt til at læse der. Det fungerer jo også fint, men det er meget selvstudie.

00:08:57 Taler 2

Bjørk nu er du jo i gang med en relativt ny hverdag stadig. Kan du ikke lige prøve at fortælle mig hvordan den ser ud indtil videre?

00:09:04 Taler 1

Jo, på retorik, der har vi kun 12 undervisningstimer om ugen, og det er jo en kæmpe hjælp for mig for at kunne gøre, at jeg kan selv indrette min hverdag lidt. Så for eksempel, jeg tror, det er mandag tirsdag, fredag, der har jeg nogle ret sene undervisningstimer, så det ligger fra sådan mellem 12 og 16.

00:09:27 Taler 1

Det gør jo bare, at så har jeg nogle dage, hvor jeg træner selv. Så træner jeg om morgenen og så er der nogle holdtræninger, jeg skal til. Men heldigvis så passer skemaet lige nu. Så der er ligesom tid til det hele. Det betyder også, at der er rigtig meget selvstudie i læsning.

00:09:48 Taler 1

Men det gør det da bare endnu nemmere at strukturere selv, fordi så kan jeg jo putte det ind i de huller, der er. Der er mulige at og læse i.

00:10:02 Taler 1

Lige nu så træner jeg 6 eller 7, 6 gange om ugen. Ja, jeg står lige på vej til at komme lidt tilbage efter de paralympiske lege, som jeg deltog i, i sommers. Så det er jo, det er jo også nyt for mig at skulle til at netop balancere sporten og studiet igen. Så det glæder jeg mig da også til at finde ud af.

00:10:23 Taler 1

Hvordan jeg gør bedst. lige nu, så synes jeg at rytmen er god og Der er tid til det hele også til lidt socialt. Det er også vigtigt helt sikre.

00:10:33 Taler 1

Hvad med for eksempel i studiestarten og i introen havde du mulighed for at deltage i alt det, du gerne ville der? Jeg nåede lige at møde min klasse og parallelklasse kl. 1 fredag og så ugen efter der vil der så være studiestart uge med det med en masse socialt, og jeg tog afsted om søndagen til Paris.

00:10:54 Taler 1

Og var væk de næste 2,5 uge.

00:10:57 Taler 2

Så det overlappede.

00:10:58 Taler 1

Så jeg missede hele først intro og første undervisning.

00:11:01 Taler 1

Du så ja det jeg jeg nåede lige at sige til dem jeg kommer tilbage i må ikke glemme.

00:11:08 Taler 1

Og så så kom jeg ellers tilbage og måtte lige indhente en en uges tid og og lidt der men men så ja jeg kom lidt forsinket til studiestart.

00:11:20 Taler 2

Men du kom så tilbage med en medalje til gengæld.

00:11:24 Taler 2

Det var OK. Det tænker jeg egentlig godt.

00:11:25

Start.

00:11:26 Taler 2

Ja.

00:11:28 Taler 2

Så lyder det ikke bare som en god historie, men så havde du lidt bevis med det der. Mega sejt.

00:11:34 Taler 2

Hvordan altså var du sådan mentalt overhovedet klar til at så at starte studie efter at have været nede og haft en kæmpe oplevelse? Overhovedet ikke altså? Eller jo Det var jeg. Jeg havde mega meget lyst til at starte, men det.

00:11:47 Taler 1

Altså. Jeg tror også fordi at udfaldet var som Det var og Det er jo noget.

00:11:50 Taler 1

Jeg.

00:11:50 Taler 1

Aldrig har prøvet.

00:11:51 Taler 1

Før så var.

00:11:52 Taler 1

Jeg jo op og og svæve lidt på en eller 2 sky i de første i hvert fald 2 uger. Jeg følte mig næsten ikke helt som et menneske.

00:12:01 Taler 1

Og Det var meget syrealistisk det hele, og man kommer også bare dansk tilbage til hverdagen. Ikke med studie og og en masse nye bekendtskaber, og man vil så gerne være social men lige i de første 2 uger. Jeg kunne næsten ikke føre en normal samtale med nogen fordi jeg var så.

00:12:18 Taler 1

Overstimuleret oppe i hovedet af alle de indtryk fra både Paris og er kommet hjem, så så det tog lige lidt tid at at at komme ordentligt ind i det, men.

00:12:30 Taler 1

Men Jeg er også mega glad for at jeg tog beslutningen, for jeg var også tæt på ikke at starte i år, fordi det netop ville blive lige med et lille overlap. Men Jeg er meget.

00:12:40 Taler 1

Glad for jeg tog beslutningen.

00:12:42 Taler 2

Og hvad med?

00:12:43 Taler 2

Nu føler du at du Sådan er landet ordentligt på studiet? Er i det nye hver dag.

00:12:47 Taler 1

Ja det synes jeg og er også mega taknemmelig for at jeg netop tog den den beslutning fordi at det gør bare nu at havde jeg ikke haft studiet lige nu, så tror jeg at der havde været mere.

00:13:02 Taler 1

Man kan snakke om OL blues tomheden efter så stor en.

00:13:07 Taler 1

Begivenhed, og den tror jeg jeg havde oplevet mere, hvis Det var, at jeg ikke var kommet hjem til en helt ny frisk spændende hver dag så det. Det er mega glad for nu.

00:13:19 Taler 2

Nu nævner du jo selv det her med det sociale, og der kunne jeg forestille mig Amalie, det måske er lidt sværere for dig at skabe Sådan en ja meget socialt studieliv i hvert fald med dem du lige læser med, når du selv har en meget anderledes hverdag.

00:13:31 Taler 2

Hvilke tanker har du gjort dig om det?

00:13:33 Taler 3

Jo men det Det har jeg ikke rigtig. Har så meget altså Sådan Der er den der.

00:13:38 Taler 3

Sociale min medstuderende har jeg ikke haft så meget af. Jeg har haft lidt ked af det det første år, da jeg havde mulighed for at hvad jeg her og der har jeg så også haft heldigvis stødt ind i nogen, som

faktisk også selv dyrker sport og man Sådan kan snakke lidt om det. Men ellers så er det jo meget der man man kender slet ikke til de modestuderende, specielt ikke nu når Jeg har forlænget.

00:14:00 Taler 3

Det var lidt, så er der jo mange der allerede er færdige med deres bachelor hvor jeg ser.

00:14:04 Taler 3

Ma.

00:14:05 Taler 3

Ja lidt finde ud af hvilke valgfag man skal have og Sådan lidt så det. Det er desværre noget jeg.

00:14:09 Taler 3

Går på kompromis.

00:14:10 Taler 2

Med, men Det er en prioritering du.

00:14:12 Taler 3

Har valgt. Det er en prioritering og jeg. Jeg ved godt at Det er selvfølgelig nederen lige nu, men Sådan er det, så får man det så meget.

00:14:19 Taler 3

Af noget med sporten.

00:14:21 Taler 2

Og hvad med?

00:14:22 Taler 2

Dem du er på hold sammen med altså på håndboldhold sammen med.

00:14:27 Taler 2

Er der nogle af dem der har lidt?

00:14:28 Taler 2

Samme slags hverdag som dig?

00:14:29 Taler 3

Ja, Der er faktisk utroligt mange der læser Der er dog ikke nogen der læser i København, men Jeg tror også Der er mange jyder på holdet så.

00:14:37 Taler 3

Så men Det er mange, mange af dem læser eller har læst. Der er faktisk færdige, så Det er Sådan. Jeg tror Det er en meget normal også måske kvinder verden at folk gerne vil læse.

00:14:46 Taler 3

Noget ved siden.

00:14:47 Taler 3

Af og bruge hjernen på lidt noget andet og Sådan og det det synes jeg også kun er fedt og det gør jeg også at man har et andet Vi har lidt sociale sammen ved faktisk at læse sammen.

00:14:58 Taler 3

Selvom vi læser hver forskellig altså nogle læser jura og andre læsere. Ja sundhedsinformatik og Sådan. Det er meget forskelligt, hvad man læser, men Vi er alle sammen. Sådan nogle gange kan vi sætte os ned og læse sammen, så det.

00:15:09 Taler 3

Er jo en 2 form for social.

00:15:13 Taler 3

Ja når man har, når vi alle sammen læser.

00:15:16 Taler 2

Nu kan du egentlig komme på noget Sådan konkret tidspunkt, hvor Det har været svært for dig. Det her med at balancere studie og din sport har der været et eller andet tidspunkt, hvor det bare har været vildt svært at.

00:15:28 Taler 2

Få.

00:15:28 Taler 3

Til at gå op, og specielt nogle gange kan det godt være under for eksempel eksamener nogle gange når man skal dukke op til en vis eksamen og Sådan kan det være lidt svært, fordi Det er Sådan meget. Altså alle træninger er jo fælles med også.

00:15:42 Taler 3

Så Det er så.

00:15:44 Taler 3

Ja nu er det lidt bedre i omkr.

00:15:49 Taler 3

Hvad hedder december november eller Sådan december?

00:15:52 Taler 3

Og januar eksamener. Nogle gange kan det godt passe med, hvis man heldigvis lige har fri en dag at det pladser passer med. Men ellers så er det. Nogle gange har det mest været omkring eksamen sidder derude.

00:16:03 Taler 3

Nå problematisk nogle gange.

00:16:05 Taler 2

Hvad har du så gjort for at få det til at lykkes alligevel?

00:16:08 Taler 3

Ja, Jeg har både prøvet at høre lidt KU om der kunne findes en løsning på tingene, om der eventuelt kunne rykkes lidt rundt eller noget og Sådan nogle gange så har de alle de is også været behjælpelige trænere og Sådan så jeg lige at få det til at.

00:16:21 Taler 3

Ligesom.

00:16:22 Taler 2

Har i oplevet noget konkret hjælp fra, KUI forhold til det her med at få det til.

00:16:27 Taler 2

At gå.

00:16:28 Taler 3

Op det hele jamen nu har jeg for k Jeg har hørt meget fra Team Danmark i hvert fald, men Det har også fordi Det er noget nyt med DK professionel Der er blevet oprettet, og Det er jeg da glad for at køre professionelt og kommer ind i, og Det har i hvert fald gjort at jeg nu nemmere kan.

00:16:43 Taler 3

De har i hvert fald taget fat i studievejledningen og hørt lidt i forhold til at resten af min bachelor, hvordan den skal planlægges. Og Det har givet mig mere ro i maven, og der har en KU vejleder decideret så og Jeg har lavet en overset.

00:16:56 Taler 3

Store min resterende studietid, og der har k hjulpet mig meget til at sige det passer helt fint og det fungerer godt. Og Jeg tror sagtens at du kan få en dispensation til at forlænge dit studie.

00:17:08 Taler 3

Og Det har jeg så også gjort, at Jeg har kunnet ja søge og få lov til at forlænge det, og Det har givet mig mere ro i maven til at man.

00:17:16 Taler 3

Godt ved Sådan.

00:17:17 Taler 3

Ja at man når man er færdig med sin bachelor Sådan hvordan det sidste kommer til.

00:17:21 Taler 2

Det bliver nu nævner du KU professionals dem der ikke lige ved hvad Det er kan du ikke lige.

00:17:26 Taler 3

Fortælle det jo, Det er en ny ordning, Der er kommet på KU, som kan hjælpe mere de sportsudøvere, Der er som læser på Københavns Universitet, som gør, at man kan få lidt mere støtte og hjælp og Sådan at man samtidig også godt.

00:17:41 Taler 3

Jeg tror også Det er lidt en hjælp for at kunne for at vide hvem der egentlig har meget sport at gøre med også fordi at man skal. Det er også noget man skal Sådan søge ind for, og man skal ligesom sige hvor mange gange man.

00:17:53 Taler 3

Man træner og har kamp om ugen, og hvor meget tid man bruger, så Det er Sådan et. Hvad kan man sige Sådan lille samfund af sportsudøvere på KU, så de godt ved at ja at de er en del af de k professionelt, så Det er altså for et år ad gangen tror jeg Sådan, så de har lidt ved hvem der ja bruger meget tid.

00:18:11 Taler 2

Med sporten, og at Der er ingen grund til måske den der laver en dispensationsansøgning.

00:18:16 Taler 2

Sådan noget engang imellem.

00:18:17 Taler 3

Præcis, og Jeg tror også, at Det har hjulpet med, at de lige har set ind på den og set OK. Hun er del af køge professionals det.

00:18:24 Taler 3

Det gør at Det er ikke bare fordi, at hun ikke gider at komme til eksamen eller noget. Det er fordi at man vil jo gerne sine sit studie, men man har også sin sin sport som nogle gange kan drille lidt hvad det angår.

00:18:36 Taler 2

Så Der er nogle forskellige tilbud som gør at man måske har en lidt en åben dialog, lyder det til madkurv u omkring sin sport og omkring eksamener og.

00:18:46 Taler 2

Og så læse på nedsat tid, som du måske også har gjort det.

00:18:49 Taler 2

Mål og så.

00:18:49 Taler 2

Videre ja hvad? Hvad tænker du om, at Der er de muligheder børn nu hvor du ser inden i?

00:18:55 Taler 2

Mange år hvis studiet.

00:18:58 Taler 1

Jamen at Det er på sin plads, og at Det er vigtigt og nødvendigt, hvis Det er, at Sådan en som mig der gerne vil begge dele, kan få hele sin hverdag til at gå op i en højere enhed, fordi at lige nu så er sporten, så flytter den måske ja.

00:19:21 Taler 1

30% i mit liv ikke, men om 0,5 år og til næste næste år. Der er der for eksempel et VMI november og der der bliver det jo mega vigtigt at Jeg kan få noget nogle gode rammer af KU, og samtidig ved jeg også godt, at der ligger meget på mine egne skuldre.

00:19:43 Taler 1

Med at skulle læse op selv, men Det er også.

00:19:46 Taler 1

Næ nogle vilkår. Jeg er gået herind med og har vidst på forhånd.

00:19:52 Taler 2

Jeg har nu nævner du det her med, at der ligesom ligger en del for din egen skulder? Hvad tænker II bliver for en slags studerende, fordi i også har sporten ved siden af.

00:20:01 Taler 3

Jeg tror at det kun gnisten kan være en fordel, at man er klar til ligesom at både prioriteres, hvad man så skal prioriteres på at give en tidspunkt og hvordan man strukturerer sine hverdag. Og Jeg tror kun Det kan være en fordel i princippet og Det er også det. Jeg er lidt glad for at Det er muligt for k professionelt. Det der med at man kan læse ved siden af, fordi Der er rigtig mange der gerne vil læse.

00:20:24 Taler 3

Men nogle gange er nødt til at stoppe, fordi det ikke.

00:20:26 Taler 3

Muligt fordi at det lige er nu at sporten fokuseres. Man fokuserer på sporten, men Jeg tror kun Det er positivt og godt, at man ligesom også kan vise at man faktisk har dyrket sport på højt plan samtidig med at man har fuldført en universitetsuddannelse.

00:20:42 Taler 1

Jeg tror også det giver nogle gode dynamikker, altså sports jo og kommer med nogle egenskaber der der Der er gode både for altså i at have et studieliv men også altså Jeg tror at at vi bliver både bedre studerende at være sport tid jo og ved siden af og omvendt. Jeg tror også jeg bliver en bedre atlet.

00:21:05 Taler 1

Ja og det.

00:21:06 Taler 1

Jeg er netop bruge mit hoved på en 2 måde og lære noget ved siden af.

00:21:13 Taler 2

Hvordan tror du det udvikler dig som atlet?

00:21:15 Taler 1

Jamen altså Jeg tror nærmest Det er faktisk er eller er det omvendt det Der er en en af delene der har bevist at det at du er. Jeg tror Det er bedre studerende, når du faktisk også er atlet ved siden af. Men Jeg vil også argumentere for det modsatte, fordi at.

00:21:30 Taler 1

Ja igen det der med hvis du har en en skadesperiode i din sport, der kan det virkelig gå ind og påvirke dig II hele dit liv og hele din hverdag, og der tror jeg Det er rigtig vigtigt at du kan tage på studie og møde nogle venner der måske ikke altså.

00:21:51 Taler 1

Ved en skid om atletik og bare snakker med dig om alt muligt andet og og den det afbræk. Det tror Jeg er rigtig sundt så på den måde tror jeg at Det kan gøre mig til en bedre atlet at.

00:22:03 Taler 1

Jeg.

00:22:03 Taler 1

Har noget og så noget at falde tilbage på og eller ikke falde tilbage på have ved siden af. Også fordi at.

00:22:11 Taler 1

Det er jo ikke en hemmelighed at.

00:22:12 Taler 1

Det er svært.

00:22:13 Taler 1

At være at blive rig som sportsudøver i Danmark ikke. Du kan ikke ligefrem leve af det.

00:22:20 Taler 1

Det er tit så på den måde er det da vigtigt at at tage et studie ved.

00:22:23 Taler 1

Siden af og.

00:22:24 Taler 2

Det lyder også som om i ser jer selv som er i er nogle meget disciplinerede og strukturerede studerende. Er Det er noget af det, som sporten også bidrager med, at i simpelthen bliver tvunget til at være god til at planlægge jeres tid?

00:22:38 Taler 3

Det tror jeg bare nødsaget til.

00:22:40 Taler 3

Og det tror jeg allerede man har startet med lige da man var lille, da man gerne ville ja på dyrke sin sport og på folkeskolen eller på gymnasiet, og det skulle fungere.

00:22:50 Taler 2

Ja, så man er nødt til at være typen der har styr på sin kalender.

00:22:54 Taler 3

Jeg tror det. Det er også bare os der ved man jo også nogle gange længere ude i fremtiden. Hvornår eksamen er Sådan noget der tror jeg. Der er mange ens studiekammerater, som ikke helt er præcis bevidst omkring den fremtidige plan. På samme måde som Jeg tror Mogens fortid er, fordi man skal være lidt på forkant med ting.

00:23:17 Taler 2

Er der nogle andre ting i jeres liv, som i føler, at i bliver nødt til at nedprioritere lidt nu hvor både sport og studiet fylder så meget?

00:23:26 Taler 1

Det har man jo været vant til Sådan lidt fra ja barns ben ikke altså Der er nogle. Jeg ved ikke. Jeg har aldrig rigtig kaldt det nedprioriterer Det har mere været Sådan til og fravalg altså Sådan Der er noget du vælger til og det betyder at du har mindre tid til noget andet og det der. Det er jo en prioritering alt efter hvad man altså vil og hvad man går op i.

00:23:47 Taler 1

Og og og Det er jo aldrig fast, så nu perioder er der mere tid til at at være social og være med sammen med sin familie. Og så er der andre tidspunkter, hvor at man er lidt mindre menneske og lidt mere.

00:24:02 Taler 1

Maskine men ja det helt konkret, så er det jo det der med lige at hvornår hvornår Der er tid til hvad og hvornår har man også bare brug for en aften hvor man bare ligger i sine ting og ikke laver noget efter en træning? Så Jeg tror også det kom. Jeg går også rigtig meget op i at.

00:24:23 Taler 1

Fordi at Jeg har så travlt at.

00:24:26 Taler 1

Prioritere at jeg også bare har tid til mig selv nogle gange.

00:24:30 Taler 2

Hvordan gør du det? Rent praktisk? Skriver du så ind i din kalender nu skal jeg.

00:24:34 Taler 2

Slappe af. Eller hvad gør?

00:24:35 Taler 1

Jeg tror Det er mere for netop ikke at overbooke kalenderen, så tænker jeg at de huller hvor der ikke står noget i kalenderen. Det er alene tid og bare eller.

00:24:35

Du.

00:24:47 Taler 1

Time eller snakke med nogen, men.

00:24:50 Taler 1

Men helst bare ikke faktisk planlagt og bare hvad Jeg har behov for den dag. Det er jo også være man bare har behov for at være sammen med nogle venner, og så gør man det, men nogle gange også bare at.

00:25:03 Taler 1

Derhjemme og se en film eller læse en bog? Ja.

00:25:06 Taler 2

Hvilke tanker gør du dig omkring det?

00:25:08 Taler 3

Jo Jeg tror Det er meget ligesom Bjarke Jeg er Sådan. Det er ikke noget Jeg har til retteligt at det nu her Jeg har tid til at slappe af. Man kan jo bare se lidt det programmet.

00:25:16 Taler 3

Og det passer, så selvfølgelig skal man også huske at gøre det jeg nogle gange lidt dårlig til. Måske at bare tænke nu tager jeg en slapper for nogle af de.

00:25:23 Taler 3

Sidder.

00:25:24 Taler 3

Og tænker man skal.

00:25:24 Taler 3

Læse når muligheden er der, men ja, Sådan nogle gange så bruger jeg tiden på at læse på rejsedage nogle gange fremfor måske bare at se en serie som nogle af dem der ikke er læser gør.

00:25:37 Taler 3

Så er det jo bare nogle andre tidspunkter, hvor Jeg har mulighed for at lægge mig og se.

00:25:40

OK.

00:25:42 Taler 2

Nu hvor du har så meget selvstudie. Hvilke udfordringer har du oplevet i det? I forhold til studiet? Kan det ikke være vildt svært at selv skulle lære sig selv alting bare ved at læse det.

00:25:51 Taler 3

Det gør jeg meget svært også fordi jeg føler lidt, men nogle gange så kan man godt miste lidt.

00:25:56 Taler 3

Hvad er både lidt overblikket, men også lidt hvad man nu tror jeg nogle gange man læser lidt for meget i forhold til hvad der egentlig er nødvendigt, for man har ikke den der dialog med sin medstuderende i forhold til hvad der egentlig er mest vigtigt at læse. Og hvad bliver der gennemgået helt præcis i undervisning? Og Det er da også noget af det jeg glipper der. Så det der med at man også har det, ja både det sociale, men også bare det der med at sætte sig ned med gruppearbejde.

00:26:21 Taler 3

Man skal jo være lidt bedre til at sige okay nu sætter jeg mig ned og laver det der studie, og samtidig er jeg også nødt til selv at kigge.

00:26:27 Taler 3

Lidt på hvad?

00:26:28 Taler 3

Har de lavet nogle undervisere er gode til at sætte op, hvad de har lavet i klasseundervisning her og lavet hvilke hvilke opgaver Der er der. Og der sidder jeg og nogle gange selv og kigger på det, men Det er jo meget nemmere hvis jeg var i en klasse hvor vi sagde.

00:26:40 Taler 3

Okay nu er vi nu møder man ind og så.

00:26:43 Taler 3

Gennemgår man det, så man er lidt mere. Man skal holde lidt øje med selv hvad man skal nå at komme igennem hvor man måske hvis man dukker op og har mulighed for det.

00:26:54 Taler 3

Så.

00:26:54 Taler 3

Er underviseren måske god til at fortælle, hvad man Sådan.

00:26:57 Taler 3

Hvad Der er pensum og hvad?

00:27:00 Taler 3

Ja og strukturere det på en 2 måde.

00:27:02 Taler 2

Er der noget ved at studere og være sportsudøver, samtidig som har overrasket jer i forhold til hvordan vi troede det ville være.

00:27:11 Taler 3

Jeg tror faktisk lidt måske mere. Det har overrasket mig positivt, at det her faktisk har fungeret, og at jeg faktisk nu viser jeg lige hvordan det skete, når man også boede i København og kunne læse eller fungerede det også? Okay, men at jeg faktisk har kunnet formå at læse videre, og Jeg er faktisk også kendt nu lidt. Se en en afslutning på min bachelor, og Jeg er faktisk at det meste af tiden.

00:27:32 Taler 3

Og læst i Jylland fremfor i.

00:27:36 Taler 3

København og Det er faktisk kunne lade sig gøre at få det hele til at hænge sammen. Det synes jeg kun har været. Altså det positivt overrasket over at.

00:27:44 Taler 3

At jeg ikke var nødsaget i at droppe ud eller noget andet fordi eller sætte på orlov og Sådan, men at man faktisk kunne det få det til at fungere på, fordi at jeg også har været mange undervisere der har været gode til at hjælpe, så Det har jeg faktisk været positivt overrasket over os, at Der er mange undervisere der har været behjælpelige med ting, selvom man nogle gange kan opleve folk.

00:28:07 Taler 3

Måske ja, der generelt bruger meget tid på skole og og lære noget nyt bogligt og Sådan at måske sporten er mindre interessant og Det er ikke alle der forstår helt at Det kan være så sjovt med det sportslige. Men Der er mange undervisere der vil hjælpe mig og faktisk ja synes Det er meget fint at Der er en håndboldspiller samtidig i.

00:28:29 Taler 3

Som gerne vil lære lidt og så.

00:28:33 Taler 3

Det er kun positivt faktisk overrasket over at Det kan Det kan lade sig gøre.

00:28:37 Taler 2

Fedt.

00:28:38

Nå.

00:28:38 Taler 2

Hvad med dig?

00:28:39 Taler 1

Jamen for mig er det nok mere håb for fremtiden ikke. Altså jeg drømmer så meget og Det er jo at Jeg kan få lov til ikke at kunne ikke at skulle gå på kompromis med nogle af delene, og det bliver svært fordi at det der Der er bare ikke særlig. Der er bare ikke nok timer.

00:28:57 Taler 1

På en dag til det, men.

00:29:01 Taler 1

Men så må man ja prioritere lidt i perioder. Det er jo ikke hver gang, at det lige nu lige nu, Der er det jo for eksempel ikke min træning. Der er allervigtigst. Altså jo Vi er i gang med en opbyggende fase, men Der er ikke stævner endnu, så på den måde prioriterer lidt, men.

00:29:19 Taler 1

Men Jeg er.

00:29:19 Taler 1

En en kæmpe perfektionist i begge dele, så jeg. Jeg har svært ved at skulle gå på kompromis, og Det er også derfor jeg endte med at skulle skifte skole 2 gange fordi at det bare ikke. Det gik ikke op som jeg gerne ville have det, og Det er jo det samme mål og og det samme håb Jeg har for for unge også.

00:29:38 Taler 2

Tror du, du kommer til at læse på nedsat tid på et tidspunkt?

00:29:41 Taler 1

Det kan sagtens være, men samtidig Jeg har også planlagt det Sådan at lige nu så er der 4 år til det næste OL eller PL og og og hvis jeg så begynder at forlænge, så har jeg jo så mindre tid i den ende hvor det kunne være fedt at have et helt år op til PL eller 0,5 år.

00:30:03 Taler 1

Men Det kan også godt være der sker alt muligt andet jeg. Jeg er egentlig åben for alt hvad Der er, hvad Der er bedst og hvad der fungerer bedst af det jeg.

00:30:12

Ja.

00:30:14 Taler 2

Her, til sidst vil jeg gerne høre jer om.

00:30:15 Taler 2

I har et godt k.

00:30:16 Taler 3

U hack jeg føler jo ikke jeg kender så meget til de hacks der måske er på på KU med fjernstuderende er måske lidt mere, men i hvert fald. Jeg ved ikke om Det er et hack, men i hvert fald at en fordel at sætte sig ned et sted eventuelt på biblioteket og læse selvom Det er af sig selv.

00:30:35 Taler 3

Når man læser fjernstudie, fordi det gør meget for mig, at man ikke bare eller i hvert fald sætter sig derhjemme med på sit spisebord eller Sådan at man Sådan eller ved sit spisebord at man.

00:30:47 Taler 3

Sætter tiden af til det, og nogle gange måske også fjernes. Altså Sådan ændrer sin lokation i forhold til hvor man normalt plejer for at det.

00:30:55 Taler 3

Bliver som studieområde for en, når man ikke kan være på på Københavns Universitet.

00:31:02 Taler 2

Ja super 1000 tak skal i have fordi i ville fortælle om.

00:31:05 Taler 2

Jeres studier ****.

00:31:09

Hvis du gerne.

00:31:10 Taler 2

Vil vide mere om, KUS bacheloruddannelser så giv resten af den her podcast et lyt i hvert afsnit. Der snakker jeg med en studerende om netop deres studie. Du kan også læse mere på studier, punktum, KUDK eller følge med på Instagram KU studieliv.

00:31:15

Ja.

00:31:30 Taler 2

Tak fordi du lyttede med.