



# HOCHSCHULSPORT

Tandem

WUC & EUG

Präventionsgesetz

1 | 2016





DHM  
DHP



adh-Open  
adh-Trophy

Klick rein!

adh.de

facebook  
hochschulsportverband

twitter  
@adhGER

Gefördert durch:



Bundesministerium  
des Innern



Auswärtiges Amt

aufgrund eines Beschlusses  
des Deutschen Bundestages.

# WETTKAMPF- PROGRAMM

DHM Fechten (Team)  
23./24.04.2016  
RWTH Aachen

DHM Orientierungslauf  
05./06.05.2016  
TU Berlin

adh-Open Schach (Einzel)  
05.-08.05.2016  
UAS Frankfurt/Flörsheim am Main

DHM Bogenschießen  
13./14.05.2016  
Uni Bayreuth

adh-Open American Football  
14./15.05.2016  
Uni Mannheim

adh-Open Wellenreiten  
14.-21.05.2016  
HS Darmstadt/Seignosse

DHM Karate  
21.05.2016  
Uni Halle-Wittenberg

DHP Basketball (Männer)  
21./22.05.2016  
HS RheinMain/Rüsselsheim

DHM Marathon/Halbmarathon  
22.05.2016  
Uni Mainz

DHM Leichtathletik  
26.05.2016  
Uni Paderborn

DHM Schwimmen  
27.-29.05.2016  
Uni Göttingen

DHP Volleyball (Mixed)  
28./29.05.2016  
HS Magdeburg-Stendal

DHM Trampolin  
04.06.2016  
Uni Konstanz

DHP Fußball (Männer)  
10.-12.06.2016  
TH Deggendorf

DHP Handball (Mixed)  
10.-12.06.2016  
Uni Hohenheim

DHM Futsal  
11./12.06.2016  
Uni Tübingen

DHM Ultimate Frisbee  
11./12.06.2016  
TU Berlin

DHM Sportschießen (Kugel)  
17.-19.06.2016  
Uni Paderborn/Elsen

DHM Tischtennis  
17.-19.06.2016  
Uni Wuppertal

DHM Volleyball (Endrunde)  
17.-19.06.2016  
Uni Paderborn

DHM Straßenlauf 10 km  
18.06.2016  
DHBW Mosbach

adh-Open Floorball  
18./19.06.2016  
Uni Tübingen

DHM Fußball (Frauen/Kleinfeld)  
18./19.06.2016  
HS RheinMain/Wiesbaden

DHM Triathlon  
19.06.2016  
HS Niederrhein/Mönchengladbach

DHM Beachvolleyball  
20.-22.06.2016  
Uni Bayreuth

adh-Open Beachsoccer  
23.06.2016  
Uni Bayreuth

DHM Basketball (Endrunde)  
24.-26.06.2016  
TU München

adh-Open Flagfootball  
25./26.06.2016  
TU München

DHM Fußball (Frauen/Großfeld)  
25./26.06.2016  
Uni Heidelberg

DHM Hockey (Feld)  
01./02.07.2016  
DSHS Köln

adh-Open Lacrosse  
01.-03.07.2016  
Uni Bremen

DHM Rudern  
01.-03.07.2016  
JU Bremen

DHM Boxen  
15.-17.07.2016  
Uni Marburg

adh-Open Drachenboot  
21.08.2016  
HS Emden-Leer

DHM Mountainbike (Enduro)  
10./11.09.2016  
Uni Marburg

DHM Mountainbike (Marathon)  
17.09.2016  
Uni Paderborn/Titmaringhausen

adh-Trophy Segeln  
17./18.09.2016  
HU Berlin

## Außerdem geplant:

DHM Badminton (Team/Endrunde)  
DHM Fußball (Männer/Endrunde)  
DHM Handball (Endrunde)  
DHM Tennis (Einzel)  
DHM Tennis (Team/Endrunde)

Alle Veranstaltungen unter Vorbehalt!  
Weitere Infos und aktuelle Termine auf [adh.de](http://adh.de)

Nationaler Partner



Offizieller Ball-Partner



## Herausgeber

Allgemeiner Deutscher  
Hochschulsportverband e.V.  
Max-Planck-Str. 2  
64807 Dieburg  
Telefon +49 6071 2086-10  
Telefax +49 6071 2075-78  
adh.de

## ISSN-Nummer

1869-4500

## Redaktion und Gestaltung

Julia Frasch  
frasch@adh.de  
Telefon +49 6071 2086-13

## Fotos

adh-Archiv  
M. Dlouhy, München Tourismus  
FISU, Christian Pierre  
Fotolia, © PinkBlue, Dmitry Ersler,  
Friedberg, Kzenon  
Peter Leßmann  
Martin Wördehoff

## Erscheinungsweise

Viermal jährlich  
Für Mitglieder gratis

## Druck

TZ Verlag & Print GmbH  
Bruchwiesenweg 19  
64380 Roßdorf

Namentlich gekennzeichnete  
Beiträge geben nicht zwangsläufig  
die Meinung der Redaktion wieder.  
„hochschulsport“ erscheint im 43.  
Jahrgang

Gefördert durch das Bundesministe-  
rium für Familie, Senioren, Frauen  
und Jugend (BMFSFJ), aus Mitteln des  
Kinder- und Jugendplanes (KJP) des  
Bundes durch die Deutsche Sportju-  
gend (dsj).

## nachgefragt

WUC Beachvolleyball 2018 zu Gast in München  
dsj academy camp: adh im Kreise der Olympischen Ringe

4

4

7

## marketing

AOK ist neuer Partner des Hochschulsports  
Hat die Sporthalle noch TÜV?  
Thomas Müller eröffnet die Saison 2016 der Gillette Uni-Liga

9

9

10

11

## bildung

Das Präventionsgesetz und dessen Möglichkeiten für den (Hochschul)Sport  
Macht Sport kompetent? Die Gesundheitskompetenz von Studis

12

12

15

## chancengleichheit

Gelungener Auftakt des neuen Formats „Netzwerk Frauen“  
Sechs „Tandem-Generationen“ wachsen zusammen

18

18

19

## wettkampf

Lena Urbaniak nimmt Kurs auf die Olympia-Qualifikation  
EUSA-Games 2016: Sport und Action in Zagreb und Rijeka  
Medaillenträume bei Studierenden-Weltmeisterschaften 2016

22

22

24

26

## studentisch

Sportreferate in Deutschland – Wie läuft's in Ilmenau?

29

29

Partner des Hochschulsports:



Gefördert durch:



aufgrund eines Beschlusses des Deutschen Bundestages

# WUC Beachvolleyball 2018 zu Gast in



Studentische Spitzensportlerinnen und -sportler aus aller Welt sind 2018 im Münchener Olympiapark

## München



Seit dem 08. Dezember 2015 steht es fest: Die Studierenden-Weltmeisterschaft (WUC) Beachvolleyball 2018 wird in München stattfinden. Damit wird die TU München pünktlich zum 150-jährigen Bestehen Schauplatz einer internationalen Spitzensportveranstaltung. Die Vorbereitungen für das Großevent sind bereits voll im Gange.

### FISU vergibt WUC Beachvolleyball nach München

Der adh hat sich zusammen mit der TU München beim Weltverband des Hochschulsports FISU erfolgreich für die Ausrichtung der WUC Beachvolleyball 2018 in München beworben.

Mit einem schlüssigen Konzept, welches vor allem wegen seiner Nachhaltigkeit sowie der hohen Effizienz und der kurzen Wegen punktete, konnte sich die deutsche Bewerbung von der internationalen Konkurrenz abheben. Die Entscheidungsgremien der FISU erteilten im Dezember 2015 den Zuschlag für die Ausrichtung in der Bayerischen Landeshauptstadt.

Der adh-Vorstandsvorsitzende, Felix Arnold, ist begeistert von der Vergabe: „Wir waren von Anfang an zu 100 Prozent von der Konzeption der TU München überzeugt und haben keinen Moment gezögert, die Bewerbung zu unterstützen.“ Im Rückblick auf die letzte WUC in Deutschland, die WUC Reiten 2012, hebt Arnold die Potenziale einer solchen Veranstaltung hervor: „Eine WUC im eigenen Land ist immer eine riesen Entwicklungschance für den Hochschulstandort, den deutschlandweiten Hochschulsport aber auch für die Sportart selbst.“

Das sieht nicht nur der adh so. Die Veranstaltung wird ebenfalls vom Deutschen Volleyball-Verband, der Stadt München, der Olympiapark GmbH, dem Münchner Studentenwerk und dem Bundesministerium des Innern unterstützt.

### Nachhaltigkeit wird groß geschrieben

Die Bayerische Landeshauptstadt befindet sich schon mitten in der Planungsphase und freut sich, der Welt ihren schönen Hochschulstandort präsentieren zu können. Die Baupläne für die neuen Beachvolleyball-Plätze sind gezeichnet und die ersten Sandlieferungen werden nicht mehr lange auf sich warten lassen. Es entstehen 13 neue Spielfelder. Dabei steht der Gedanke der Nachhaltigkeit im Vordergrund. Alle neu gestalteten Sportflächen werden in Zukunft für die Sportlehrerausbildung der TU München sowie für den Hochschulsport zur Verfügung stehen und rege genutzt werden. Für die WUC ist zusätzlich ein temporär angelegter Center-Court geplant.

### München als historischer Austragungsort

Die weltweit besten Beachvolleyballerinnen und -volleyballer kämpfen bei der WUC an einem historischen Ort um die Medaillen: Den Olympischen Sportstätten von 1972. Am TUM-Campus im Olympiapark im Münchner Norden befindet sich der Zentrale Hochschulsport auf rund 45 Hektar Fläche. Dabei ist die Wettkampfstätte zur WUC Beachvolleyball 2018 in einen besonders schönen Bereich mitten im Olympiapark eingebettet mit Sicht auf die Dächer des Olympiastadions in unmittelbarer Nähe der BMW-Welt.

### Von Studis für Studis

Die Münchner legen großen Wert auf die Konzeption und Durchführung der WUC Beachvolleyball unter dem Motto „for students by students“. Dabei werden sowohl Studierende der lokalen Hochschulen als auch Volunteers aus der ganzen Welt eng mit in die Planung und Durchführung einbezogen. Natürlich sollen auch möglichst viele Zuschauerinnen und Zuschauer das große Sportevent mit seinem ansprechenden Kultur- und Rahmenprogramm hautnah miterleben können.

## Mehr als Spitzensport auf Top-Niveau

Unter besonderen Vorzeichen steht die WUC Beachvolleyball vom 13. bis 17. Juli 2016 in Estland. Neben den guten sportlichen Aussichten der deutschen Studierenden-Nationalmannschaft, die seit 2002 bei jeder WUC-Beachvolleyball mindestens eine Medaille feiern konnte, liegt der Fokus auch auf der deutschen Delegationsleitung. Sie wird die Veranstaltung intensiv nutzen, um alle Nationen zur WUC Beachvolleyball 2018 nach München einzuladen. Schon einmal überzeugte Deutschland als Gastgeber einer WUC Beachvolleyball: 118 Teilnehmerinnen und Teilnehmer aus 23 Nationen spielten im Juli 2008 eine Woche am Hamburger Elbstrand um gute Platzierungen, persönliche Bestleistungen und Medaillen. Als beste Deutsche holten Frederike Fischer und Julia Großner die Bronzemedaille.

Für die WUC Beachvolleyball 2018 im eigenen Land drückt ganz München den deutschen Teams natürlich die Daumen, um ein Anknüpfen an die bisherigen Erfolge zu ermöglichen. Denn für zahlreiche Talente der internationalen Beachvolleyball-Szene bedeutet die WUC eine wichtige Station auf dem Weg in die sportliche Weltelite. Doch die positive Wirkung der Studierenden-Weltmeisterschaften geht weit über sportliche Spitzenleistungen hinaus: Sie fördern Leistungsbereitschaft, Fair-Play und die Völkerverständigung.

## 150-jähriges Jubiläum der TU München

Die WUC Beachvolleyball wird im Zuge der Festlichkeiten zum 150-jährigen Jubiläum der TU München ausgetragen. Sie ist mit derzeit rund 40.000 Studierenden die zweitgrößte Hochschule der Landeshauptstadt.

„Für die TU München ist das Event eines der Hauptveranstaltungen im Rahmen der Feierlichkeiten. Aber auch für München selbst ist die WUC Beachvolleyball etwas ganz Besonderes. München wird sich erneut als Stadt mit einer einzigartigen Willkommenskultur und als guter Gastgeber präsentieren und freut sich auf die Gäste aus aller Welt“, sagte Michael Hahn, Leiter des Hochschulsports.

## Auf geht's!

Ein wenig mehr als zwei Jahre verbleibt dem Organisationsteam, um München startklar für die Spitzensportveranstaltung zu machen. Die Vorfreude der Münchner ist aber jetzt schon unverkennbar: „Endlich ist der Startschuss gefallen. Auch wenn jetzt gut zwei arbeitsreiche Jahre vor uns liegen, sind wir voller Motivation. Also pack mer's!“ so Michael Hahn.

- Tobias Borucker, Hochschulsport München, Julia Frasch, adh-Öffentlichkeitsreferentin

allgemeiner deutscher  
hochschulsportverband

adh

THM  
TECHNISCHE HOCHSCHULE MITTELHESSEN

Herzlich Willkommen,  
Welcome

adh-Perspektivtagung 2016: Die Marke „Hochschulsport“ vor Ort!  
24./25. Mai 2016, TH Mittelhessen

## dsj academy camp: adh im Kreise der Olympischen Ringe



Paulus-Johannes Mocnik bei den Olympischen Jugendspielen in Lillehammer

Die 30 Teilnehmenden des dsj academy camps sind mit vielfältigen Erlebnissen von den Olympischen Winter-Jugendspielen Lillehammer 2016 nach Deutschland zurückgekehrt. Vor Ort waren auch Bettina Hauelsen (WUC-Praktikantin) und Paulus-Johannes Mocnik (adh-Öffentlichkeitsreferent). Sie erlebten vom 11. bis 22. Februar 2016 ein abwechslungsreiches Programm und sammelten zahlreiche motivierende Erfahrungen, von denen sie im Interview berichten.

**Bettina, was hat Dich daran gereizt, am academy camp teilzunehmen und wie bist Du ausgewählt worden?**

Ich habe mich für das Camp beworben, weil ich einmal live bei den Olympischen Jugendspielen dabei sein wollte. Außerdem fand ich die Chance auf den Austausch mit anderen jungen Engagierten im Sport zu Themen

wie Olympia und Olympischen Werten sehr interessant. Ich habe mich im Sommer letzten Jahres bei der dsj beworben und wurde auf Grund meiner ehrenamtlichen Arbeit als Trainerin, Kampfrichterin und dsj-Juniorbotschafterin ausgewählt.

**Johannes, Du warst beim dsj academy camp als Referent für die Bereiche Öffentlichkeitsarbeit und Moderation zuständig. Wie sahen Deine Aufgaben vor Ort konkret aus?**

In meiner Funktion habe ich zum einen inhaltliche Workshops zu beiden Themenfeldern vorbereitet und geleitet. Zum anderen habe ich vor Ort die Berichterstattung zum dsj academy camp koordiniert und unterstützt sowie die Vorbereitung der Moderationsrunden mitbetreut. Ausgehend vom partizipatorischen Ansatz haben die camp-Teilnehmenden durch Blog-Beiträge viel eigenen Input gegeben. Es galt dann, diesen

### Hintergrundinfos: dsj academy camp

Die Olympische Bewegung steht für ein friedliches Miteinander und fairen sportlichen Wettstreit, ihre zentralen Werte sind Exzellenz, Freundschaft und Respekt. Diese sind in der Olympischen Charta festgehalten, die zur Bildung der Jugend durch Sport und zur Förderung einer friedlichen und toleranten Gesellschaft aufruft. Dazu trägt die Deutsche Sportjugend mit den Olympischen Projekten wie den Deutschen Olympischen Jugendlagern während der Olympischen Spiele sowie dem dsj academy camp anlässlich der Olympischen Jugendspiele bei.

Das gemeinsame Erlebnis der olympischen Atmosphäre, die interkulturellen Erfahrungen und die Auseinandersetzung mit entsprechenden Fragestellungen dienen dem zentralen Ziel, die Olympischen Werte kennenzulernen und weiterzutragen. Die Teilnehmenden bekommen somit die Möglichkeit, ihre persönlichen Erlebnisse zu reflektieren, sich mit den sportlichen, kulturellen und gesellschaftlichen Aspekten vor Ort auseinanderzusetzen und werden so auf unterschiedliche Weise motiviert, sich in den Strukturen des Sports zu engagieren.

Das dsj academy camp in Lillehammer richtete sich an Sportlerinnen und Sportler im Alter zwischen 18 und 26 Jahren, die in den Nachwuchsstrukturen und Vereinen in den Bereichen Öffentlichkeitsarbeit, Organisation, ehrenamtliches Engagement, Training oder Sportgeschehen aktiv sind und Lust auf eine Fortbildung im internationalen Umfeld hatten.

**Weitere Infos:** [dsj.de](http://dsj.de)

auf der dsj-Website zu veröffentlichen. Zudem fungierte ich als Schnittstelle zwischen dem dsj academy camp und der DOSB-Pressabteilung für tägliche Splitter-Meldungen und produzierte selbst Videos zum camp.

**Das dsj academy camp möchte ehrenamtliches Engagement im Sport fördern. Johannes, wie wurde dies vor Ort umgesetzt?**

Dies geschah durch den gelebten Ansatz, den Teilnehmenden möglichst viel Eigenverantwortung zu geben. Sie hielten Vorträge und brachten sich in Workshops ein. Außerdem entwickelten sie ein Ideenpapier zur Fortschreibung der Olympischen Jugendspiele. Darüber hinaus war auch viel Engagement im Moderations- und Öffentlichkeitsarbeitsbereich gefragt. Die praktische Arbeit – das Verfassen von Berichten, das Erstellen von Fotos, das Moderieren von Gesprächsrunden und die Unterstützung der Filmproduktion – wurde mit Workshops für die Teilnehmenden abgerundet, die Tipps für die eigene ehrenamtliche Arbeit boten.

**Bettina, wie hast Du als camp-Teilnehmerin die Zeit in Norwegen erlebt?**

Ich habe mit den anderen jungen Engagierten aus Deutschland Wettkämpfe besucht, das umfangreiche Workshop- und Seminarprogramm genutzt und an Diskussionsrunden mit Persönlichkeiten aus Sport und Gesellschaft – wie beispielsweise IOC-Präsident Dr. Thomas Bach – teilgenommen. Darüber hinaus habe ich mich in der Moderationsgruppe um die Vorbereitung von Interviews mit Vertretern des Sports gekümmert. Außerdem habe ich den anderen Teilnehmerinnen und Teilnehmern meine Arbeit als dsj-Juniorbotschafterin für Teilhabe und Vielfalt vorgestellt.

**In einem Workshop habt Ihr gemeinsam mit norwegischen Jugendlichen ein Ideenpapier für die Olympischen Jugendspiele von morgen erarbeitet. Wie seht Ihr die Zukunft dieses Formats?**

**Johannes:** Das Format der Olympischen Jugendspiele soll das Leben der Olympischen

Idee bereits in der jungen Generation ermöglichen. Als solche Veranstaltung habe ich die Spiele in Lillehammer auch erlebt. Die oft zitierte Gefahr des „Gigantismus im Jugendalter“ halte ich alleine durch die Beschränkung der Teilnehmezahlen für gering. Vielmehr würde ich mir – wie dies auch das Ideenpapier vorschlägt – eine Öffnung der Spiele für Menschen mit Behinderungen wünschen. Die in diesem Bereich inklusiven Spiele könnten sehr gute Impulse auch für die Weiterentwicklung der „großen“ Olympischen Spiele bedeuten.

**Bettina:** Ich finde die Jugendspiele eine gute Erfindung und schließe mich Johannes an. Einen weiteren Verbesserungspunkt haben wir noch identifiziert: Wir schlagen vor, künftig ein internationales academy camp für Nachwuchskräfte im Sport anlässlich Olympischer Jugendspiele durchzuführen.

**Was nehmt Ihr persönlich vom dsj academy camp mit nach Hause?**

**Bettina:** Mir wurde erneut deutlich, dass es sich auf jeden Fall lohnt, sich im Sport zu engagieren. Außerdem habe ich gelernt wie wichtig es ist, den Sport als Ganzes zu sehen und sich nicht nur auf die Leistung zu fokussieren. Außerdem, dass man immer konstruktiv in Diskussionen mit Personen aus anderen Kulturen gehen soll, um die feinen Unterschiede zu erkennen und zu berücksichtigen.

**Johannes:** Ich blicke zurück auf zwei unglaubliche Wochen im Zeichen der Olympischen Ringe. Sport kann mehr als ein bloßer Vergleich von Bestleistungen sein – er kann Nationen zusammenbringen. Aus diesem Grund nehme ich ganz viel Motivation mit, selbst zum Leuchtturm der Olympischen Idee zu werden.

**Vielen Dank für das Gespräch!**

- Julia Frasch, adh-Öffentlichkeitsreferentin



Bettina Hau Eisen (re.) war begeistert von den internationalen Kontakten beim dsj academy camp

## AOK ist neuer Partner des Hochschulsports



Mit der AOK als Partner des Hochschulsports startet der adh in die Wettkampfsaison

Pünktlich zur beginnenden Wettkampfsport-Saison präsentiert der adh mit der AOK einen neuen starken Partner. Die Gesundheitskasse wird sich als Partner des Hochschulsports besonders im Bereich des adh-Wettkampfsports, unter anderem bei Deutschen Hochschulmeisterschaften und Deutschen Hochschulpokalen, mit verschiedenen Aktionen präsentieren. Eine Kooperation, von der beide Seiten profitieren.

„Wir freuen uns, mit der AOK einen starken Partner an unserer Seite zu haben. Durch das Engagement erhoffen wir uns auch einen kräftigen Impuls im Thema Gesundheit durch Sport“, heißt der adh-Vorstandsvorsitzende, Felix Arnold, den neuen Partner des Hochschulsports willkommen. Der adh organisiert

in Zusammenarbeit mit seinen 190 Mitgliedshochschulen bundesweit rund 60 bis 70 Wettkampfsportveranstaltungen pro Jahr, an denen rund 10.000 Studierende teilnehmen. Der Sportartenkanon besteht hierbei aus klassischen Sportarten wie Basketball, Fußball, Leichtathletik, Schwimmen oder Rudern, aber auch aus Fun- und Trendsportarten wie Bouldern oder Ultimate Frisbee.

Die Kooperation wird mit dem AOK-Bundesverband geschlossen. Thomas Sleutel, Geschäftsführer Markt, stellt heraus, mit dem adh einen idealen Partner zur Förderung von Gesundheit durch den Sport gefunden zu haben: „Die Förderung von Sportangeboten ist ein wichtiger Baustein unserer Präventionsarbeit. Wer sich regelmäßig bewegt, fühlt sich besser, ist rundum fit und lebt ge-

Partner des Hochschulsports



allgemeiner deutscher  
hochschulsportverband



sünder. Den Hochschulsport sehen wir als optimalen Partner, mit dem wir dieses Anliegen gemeinsam umsetzen können.“

Die Hochschulsport Marketing GmbH als exklusiver Dienstleister und Vermarkter des adh zeichnet für die Kooperation verantwortlich. „Wir sind überzeugt, mit dem AOK-Bundesverband und den regionalen AOKs den passenden Partner für den adh-Wettkampfsport im Boot zu haben“, so Sebastian Jochum, Geschäftsführer der Agentur.

Seit mehr als 125 Jahren steht die AOK als größte Krankenversicherung in Deutschland für Sicherheit und umfassende medizinische Versorgung im Krankheitsfall. Die AOK betreut mehr als 24 Millionen Menschen – fast ein Drittel der Bevölkerung in Deutschland. Die Gesundheitskasse hilft ihren Mitgliedern dabei, gesünder zu leben. Gemeinsames Anliegen der AOK und des adh ist es, im Umfeld der Hochschulen über eine gesunde Lebensweise aufzuklären und Studierende zu aktiver sportlicher Betätigung zu bewegen und für gesunde Ernährung und Bewegung zu sensibilisieren.

■ Sebastian Jochum, HSM

## Hat die Sporthalle noch TÜV? Mit dem Sport-Thieme-Geräteservice auf der sicheren Seite

Wer eine Sporthalle betritt, macht das mit unterschiedlichen Gefühlen. Motivation, Freude, Nervosität oder Anspannung sind typische Begleiter auf diesem Weg und hängen zumeist vom Anlass ab. Dass dieser Gang nicht von Sicherheitsbedenken beherrscht wird, ist den gesetzlich vorgeschriebenen und durchgeführten Prüfungen von Fachkräften zu verdanken. Der Partner des Hochschulsports Sport-Thieme bietet für den regelmäßigen Sicherheitscheck der Sportstätten einen eigenen bundesweiten Sportgeräte-Service an.

Die Deutsche Gesetzliche Unfallversicherung (DGUV) schreibt vor, dass Sportstätten und Sportgeräte in regelmäßigen Zeiträumen durch Fachunternehmen auf ihren sicheren Zustand zu überprüfen (§ 2 GUV-V A1) sind.

### Zertifizierter Sportgeräte-Service

Der Partner des Hochschulsports Sport-Thieme bietet für den regelmäßigen Sicherheitscheck der Sportstätten bundesweit einen eigenen Sportgeräte-Service an. Die Monteure von Sport-Thieme, die über langjährige Erfahrung verfügen, führen jährlich mehr als 1.000 Sicherheitsinspektionen, Revisionen, Wartungen, Reparaturen und Montagen von Sportgeräten in Sport- und Bewegungshallen durch. Von den regelmäßigen Kontrollen profitieren sowohl die Sportlerinnen und Sportler, deren Verletzungsrisiko minimiert wird, als auch die Hallenbetreiber, die im Schadensfall von Ersatzforderungen oder Haftungsausfällen durch die Versicherung befreit werden können.



Bundesweit im Einsatz: Das erfahrene Sport-Thieme-Serviceteam

Der Sport-Thieme Sportgeräte-Service wird jährlich kontrolliert und durch die unabhängige Institution „RAL-Gütegemeinschaft Sportgeräte e.V.“ zertifiziert. Die Servicetechniker können im Einzelnen mit 30 Jahren Berufserfahrung im Bereich der Sportgeräte-Reparaturen aufwarten und nehmen an jährlichen Schulungen teil. Die erfolgreiche Instandsetzung und Sicherheit der Sportstätten wird mit der Prüfplaketten-Kennzeichnung besiegelt, sodass die Hallenbetreiber mit einem „Ja“ in Punkto Sicherheit antworten können.

Das Team ist bundesweit tätig und das auch an ungewöhnlichen Orten. Einen besonderen Einsatz hatte das Service-Team kürzlich in Helgoland. „Uns ist kein Weg zu weit oder zu kompliziert und wenn es sein muss, steigen wir auch mal ins Wassertaxi“, bekräftigt der Abteilungsleiter des Sport-Thieme Sportgeräte-Services Tobias Bauer. Das Team des Sportgeräte-Services präsentiert sich aktuell auch im Sport-Thieme Hauptkatalog.

Für Fragen stehen den adh-Mitgliedshochschulen bei Sport-Thieme mit Bärbel Donhof und Mona-Maria Cipolla zwei Ansprechpartnerinnen zu Verfügung.

### Kontakt

#### Bärbel Donhof

Telefon: 05357-181-522

E-Mail: donhof@sport-thieme.de

#### Mona-Maria Cipolla

Telefon: 05357-181-523

E-Mail: cipolla@sport-thieme.de

▪ Sebastian Jochum, HSM

Online können Sie sich per Vido über die Arbeit des Sportgeräte-Services informieren.



## Thomas Müller eröffnet die Saison 2016 der Gillette Uni-Liga



Fußball-Nationalspieler Thomas Müller gab am 07. März 2016 den Startschuss zur neuen Saison der Gillette Uni-Liga. Der Bayernprofi und Gillette Markenbotschafter besuchte die Liga-Leiter während der Auftaktveranstaltung im Hochschulsport München.



Thomas Müller ist vom Konzept der Gillette Uni-Liga überzeugt

In den kommenden Monaten spielen über 8.000 Studierende im ganzen Bundesgebiet ihre Meister im Kleinfeldfußball aus. Unterstützt durch Hauptsponsor Gillette und Markenbotschafter Thomas Müller mündet die diesjährige Ausgabe dann in die Gillette Uni-Liga Königsklasse am 24. Juni 2016 in Göttingen. Der adh ist bereits seit 2009 Partner des erfolgreichen Projekts. Der adh-Vorstandsvorsitzende Felix Arnold blickt zuversichtlich auf die aktuelle Saison: „An vielen Standorten ist die Uni-Liga zu einem festen Bestandteil des Hochschulsportlebens geworden. Deshalb sind wir gerne Teil des Projekts und hoffen, dass wir durch eine wachsende Zahl an Liga-Standorten die Konzeption weiterentwickeln können.“

Neben dem Meet and Greet mit Thomas Müller stand beim Auftakttreffen auch ein Workshop mit Best Practice Beispielen auf dem Programm. „Es ist immer wieder großartig mitzuerleben, mit welchem Engagement die Liga-Organisatoren das Projekt gestalten. Veranstaltungen wie diese zeigen, dass das Netzwerk der Gillette Uni-Ligen einen echten Mehrwert für die Hochschulen darstellt“, erklärt Uni-Liga-Gründer Christoph Köchy. Auch der sportliche Teil kam in München nicht zu kurz: Zum Abschluss ging es noch gemeinsam auf das Kleinfeld.

- Paulus-Johannes Mocnik, adh-Öffentlichkeitsreferent

### Drei Fragen an Thomas Müller

#### Die Konkurrenz in der Uni-Liga ist hoch. Wen würdest Du für Dein Team nominieren?

Von meinen Mitspielern würde ich Manuel Neuer ins Tor stellen – der hat eine gute Spannweite. Jerome Boateng und David Alaba kommen in die Verteidigung – Linksfuß und Rechtsfuß, damit haben wir alles abgedeckt. Vorne rechts lassen wir Douglas Costa nach innen ziehen und schießen. Links brauchen wir noch einen wendigen Spieler, da nehmen wir den Philipp Lahm dazu. Ich gehe in die Mitte.

#### Nicht jeder wird Champions League-Sieger oder Weltmeister. Wie beurteilst Du das Angebot einer Dualen Karriere bestehend aus Ausbildung und Profisport im Fußball?

Vor allem in der Jugend ist es enorm wichtig, den normalen, schulischen Bildungsweg abzuschließen. Gerade in der Jugend habe ich

es aber auch erlebt, dass die Heranwachsenden zu sehr auf die Karte Fußball setzen. Es werden aber nicht alle Profis in der ersten, zweiten oder dritten Liga, sodass die Ersparnisse für ein Leben nach dem Sport ausreichen. Dieser Aspekt wird aus meiner Sicht zu oft missachtet. Ich als einer, der es geschafft hat, hat natürlich leicht Reden. Trotz des Erfolgs im Sport habe ich mein Abitur gemacht, was mir sehr wichtig war.

#### Wäre ein Studium nach der Profikarriere für Dich eine Herausforderung?

Ich habe momentan noch keine konkreten Gedanken für mein Leben nach dem Profifußball, weil ich ja noch ein bisschen Zeit habe. Ein Studium würde ich jedoch nicht komplett ausschließen.

Der adh und UNICUM bedanken sich bei Thomas Müller und Gillette für das Exklusivinterview.

# Das Präventionsgesetz und dessen Möglichkeiten für den (Hochschul)Sport

Das Themenfeld Gesundheit ist aufgrund des Präventionsgesetzes derzeit in aller Munde: Gesundheitsförderung und Prävention in Lebenswelten, Nationale Präventionsstrategie, Bundesrahmenempfehlung, Landesrahmenvereinbarungen und die verstärkte Förderung von Präventionsmaßnahmen in Betrieben (BGF) sind nur einige Stichpunkte der aktuellen öffentlichen Diskussion. Dr. Mischa Kläber, Ressortleiter Präventionspolitik und Gesundheitsmanagement im Deutschen Olympischen Sportbund (DOSB), erläutert den Hintergrund, die Inhalte und die Chancen des Präventionsgesetzes.

## Einleitung

Am 25. Juni 2015 trat das „Gesetz zur Stärkung der Gesundheitsförderung und der Prävention“ in Kraft. Damit haben sich die Rahmenbedingungen für die Gesundheitsförderung und Prävention verändert. Das Präventionsgesetz trat in zwei Stufen in Kraft. Erste Stufe: Seit Juli 2015 erfolgten die inhaltlichen und strukturellen Änderungen, die das neue Gesetz vorsieht. Zweite Stufe: Ab Januar 2016 erfolgen auch die Änderungen in der finanziellen Ausstattung. Mit dem Gesetz ist zum einen eine Verhinderung und Verminderung von Krankheitsrisiken und zum anderen die Förderung des selbstbestimmten gesundheitsorientierten Handelns intendiert. Im Wesentlichen regelt es Aufgaben und Ausgabevolumina für die gesetzlichen Krankenkassen (vgl. Geene & Reese, 2015, S. 3f.); diese sind in den Sozialgesetzbüchern festgelegt. Der GKV-Leitfaden Prävention regelt davon unabhängig die Qualitätsanforderungen bei der Bezuschussung von „Präventionsleistungen“ durch die gesetzlichen Krankenkassen.

## Architektur des Präventionsgesetzes

Die Architektur des Präventionsgesetzes – als strukturelle Rahmenkonzeption gedacht – ist überaus komplex und die Möglichkeit der Mitwirkung fachbezogener Organisationen eher begrenzt.

Im Gesetzestext wird im §20e Nationale Präventionskonferenz dazu im Absatz (2) das „Präventionsforum“ wie folgt aufgeführt: „(2) Die Nationale Präventionskonferenz wird durch ein Präventionsforum beraten, das in der Regel einmal jährlich stattfindet. Das Präventionsforum setzt sich aus Vertretern der für die Gesundheitsförderung und Prävention maßgeblichen Organisationen und Verbände sowie der stimmberechtigten und beratenden Mitglieder der Nationalen Präventionskonferenz nach Absatz 1 zusammen. [...]“ (Bundesgesetzblatt Jg. 2015 Teil I Nr. 31, ausgegeben zu Bonn am 24. Juli 2015, S. 1371 f). Momentan vollzieht sich die Vorschlagsphase für die Einbeziehung relevanter Organisationen für das Präventionsforum. Dem DOSB wurde dabei von verantwortlicher Seite bereits eine Mitarbeit als Dachorganisation und Vertretungsinstanz des deutschen Sports in Aussicht gestellt.

Das Hauptorgan des Präventionsgesetzes stellt unterdessen die Nationale Präventionskonferenz dar. Hier sind die Gesetzliche Krankenversicherung, die Gesetzliche Pflegeversicherung, die Deutsche Rentenversicherung, die Deutsche Gesetzliche Unfallversicherung, die Private Krankenversicherung, die Private Pflegeversicherung, der Bund, die Länder, die kommunalen Spitzenverbände, die Bundesanstalt für Arbeit, die Gewerkschaften, die Bundesvereinigung

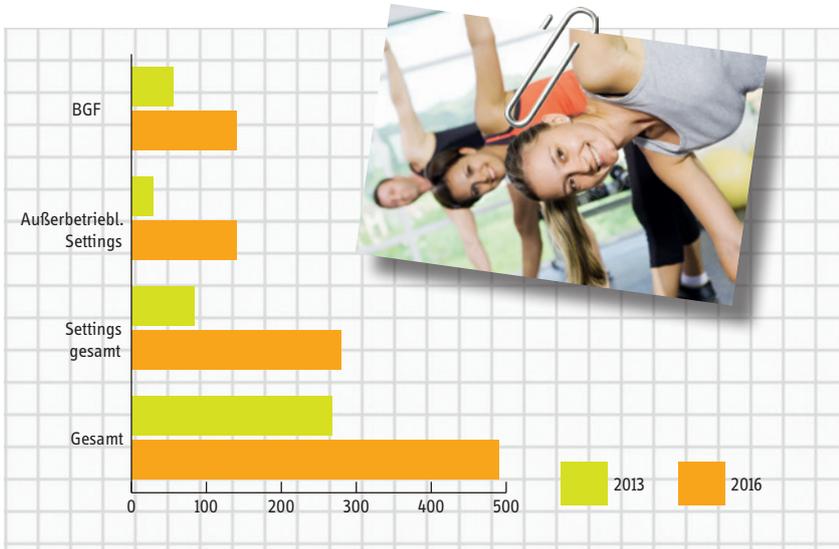
der deutschen Arbeitgeberverbände, die Patienten und auch das Präventionsforum über die Bundesvereinigung Prävention und Gesundheitsförderung e.V. vertreten. Die Aufgabe der Präventionskonferenz liegt unter anderem in der Erarbeitung und Weiterentwicklung der sogenannten Bundesrahmenempfehlungen.

## Bundesrahmenempfehlungen

Die Nationale Präventionskonferenz hat in ihrer Sitzung am 19. Februar 2016 die Bundesrahmenempfehlungen in einer ersten Version verabschiedet. Die Mitglieder des Gremiums haben besagtes Papier allerdings ohne die Einbindung weiterer relevanter Organisationen (beispielsweise Bundesärztekammer, DOSB etc.) erarbeitet. Der Sport taucht im allgemeinen Sinne dennoch an mehreren Stellen auf und Sportvereine werden unter dem Ziel „Gesund aufwachsen“ (S. 16) sowie unter dem Ziel „Gesund im Alter“ (S. 29) explizit genannt – bezeichnenderweise aber nicht in Bezug auf BGF-Maßnahmen (Ziel „Gesund leben und arbeiten“). Mit den beschlossenen Bundesrahmenempfehlungen ist nun die Basis für den Abschluss der Landesrahmenvereinbarungen gelegt. Zielvorstellung ist es, dass sich die Landesrahmenvereinbarungen unter Berücksichtigung landesspezifischer Eigenheiten inhaltlich eng an den Bundesrahmenempfehlungen orientieren. Das Ganze ist als Prozess zu verstehen, denn die Bundesrahmenempfehlungen sollen sukzessive weiterentwickelt werden. Der DOSB wird sich diesbezüglich über seine Mitarbeit im Präventionsforum einbringen und die Interessen des Sports vertreten.

## Finanzierung

Das Präventionsgesetz sieht vor, die Leistungen der Krankenkassen zur Prävention und Gesundheitsförderung ab 2016 mehr als zu verdoppeln, von aktuell 3,09 Euro auf jährlich 7,00 Euro pro Versichertem. Demnach



Aufwendungen der GKV im Settingbereich

sollen die gesetzlichen Krankenkassen künftig mindestens 490 Millionen Euro im Jahr für Prävention investieren. Hinzu kommt ein Beitrag der Pflegekassen in Höhe von 21 Millionen Euro. Damit stehen künftig jährlich 511 Millionen Euro für gesundheitsfördernde Leistungen bereit. Allein die finanzielle Aufstockung für den Settingansatz – insbesondere in Bezug auf den außerbetrieblichen Settingbereich (Kitas, Schulen, Hochschulen, Altenpflegeheime etc.) und die Betriebliche Gesundheitsförderung (BGF) – beläuft sich auf jeweils 140 Millionen und damit auf 280 Millionen Euro und das wohlge- merkt ausschließlich für die Gesundheitsförderung in lebensweltbezogenen Settings. Wichtig ist: „(1) Lebenswelten im Sinne des § 20 Absatz 4 Nummer 2 sind für die Gesundheit bedeutsame, abgrenzbare soziale Systeme insbesondere des Wohnens, des Lernens, des Studierens, der medizinischen und pflegerischen Versorgung sowie der Freizeitgestaltung einschließlich des Sports (vgl. Bundesgesetzesblatt, 2015, S. 1.369).“

Was jedoch von diesen Geldern für verhältnispräventive Maßnahmen im Hochschulsport oder bei Sportvereinen ankommen wird, ist unbestimmt, stehen doch laut

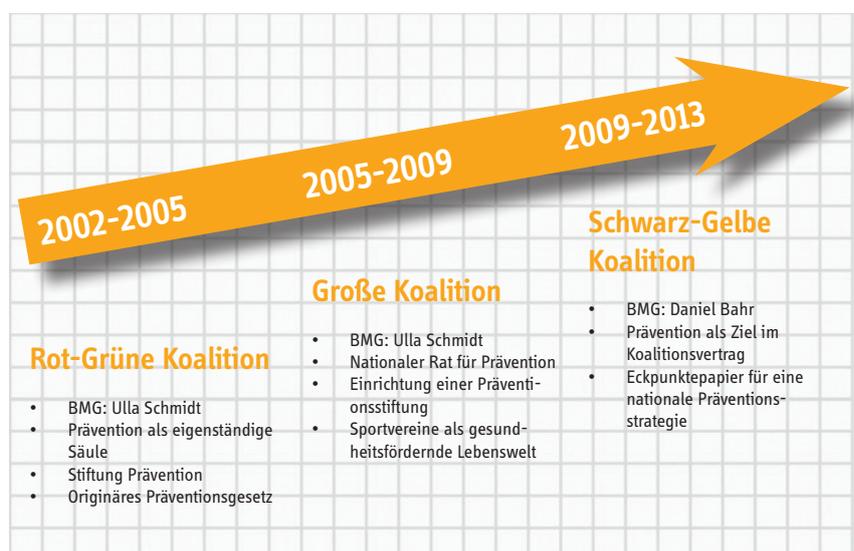
Gesetzestext beim Settingansatz Schulen, Kitas, Pflegeheime und Betriebe im Vordergrund. Welche großflächigen Auswirkungen auf die Gesundheit eine breite Unterstützung für die über 190 Hochschulen mit ihren rund 2,4 Millionen Studierenden und 550.000 Beschäftigten, die Mitglied im adh sind, und die rund 27 Millionen Mitglieder in deutschen Sportvereinen mit sich bringen würde, und zwar nicht nur für das individuelle Wohlbefinden, sondern ganz

konkret für die Senkung der allgemeinen Behandlungskosten von Krankheiten, ist relativ gut abschätzbar (vgl. Breuer et al., 2014, S. 107ff.). Es müssen demzufolge neben den qualitätsgesicherten auch niedrigschwellige Angebote – wie zum Beispiel der Pausenexpress – in die Förderung aufgenommen werden, denn auch diese sind „gesund“ und verbessern den Gesundheitsstatus (vgl. Braumann, 2015, S. 187).

## Historische Gewachsenheit

Grundsätzlich muss man trotz der deutlichen finanziellen Verbesserungen auch die historische Gewachsenheit derartiger „gesundheitspolitischer Erfolge“ im Blick haben, kritisch abwägen und kann dann feststellen, dass der Weg zum Präventionsgesetz alles andere als ein einfacher und geradliniger war.

Nach drei gescheiterten Anläufen für ein „Präventionsgesetz“ – ursprünglich ange- dacht mit Prävention als vierte Säule neben Kuration, Pflege und Rehabilitation – kündigte die gegenwärtige Bundesregierung bereits in ihrem Koalitionsvertrag (Titel: „Deutschlands Zukunft gestalten“) für 2014 die Verabschiedung eines Präventionsge-



Historische Vorstufen zum heutigen Präventionsgesetz

setzes an. Und in der Tat: Noch in 2014 hatte das Bundeskabinett den „Entwurf eines Gesetzes zur Stärkung der Gesundheitsförderung und Prävention“ (Stand: 17. Dezember 2014) beschlossen. Der DOSB begrüßte bereits den dazu im Oktober 2014 vorgelegten Referentenentwurf und reichte im Rahmen seiner Stellungnahme nur wenige Änderungsvorschläge und Kommentare ein (vgl. Fehres & Kläber, 2014). Nach der weitgehend positiven Beratung des Gesetzentwurfs im Bundesrat fand am 22. April 2015 die öffentliche Anhörung im Ausschuss Gesundheit des Bundestags statt, zu welcher der DOSB – wie schon beim dritten Anlauf zu einem Präventionsgesetz in der letzten Legislaturperiode – eine Einladung erhielt und sich entsprechend einbrachte. Nach der zweiten und dritten Lesung im Bundestag Mitte Juni 2015 erfolgte am 7. Juli 2015 der zweite Durchgang durch den Bundesrat, bevor das Präventionsgesetz schließlich im Juli 2015 in seinen wesentlichen Teilen in Kraft trat.

Das nun beschlossene Gesetz soll als Grundlage dienen, damit Prävention und Gesundheitsförderung in jedem Lebensalter und in allen Lebensbereichen als gemeinsame Aufgabe der Sozialversicherungsträger und aller relevanten Akteure in den Ländern und Kommunen ausgestaltet wird.

Das Gesetz ist allerdings kein originäres Präventionsgesetz, wie einst mit Prävention als vierte Säule angedacht, sondern „lediglich“ integraler Bestandteil des Sozialgesetzbuches SGB V und bezieht sich somit vor allem auf den Leistungskatalog der gesetzlichen Krankenkassen. Dennoch ist es ein erster Schritt in die richtige Richtung.

## Ziel- und Schwerpunktsetzung

Schwerpunkte des Präventionsgesetzes liegen in der unmittelbaren Stärkung der Gesundheitsförderung und Prävention in den

Lebenswelten. Auch werden die Qualität von Präventionsmaßnahmen entsprechend sichergestellt, Leistungen weiterentwickelt und das Zusammenwirken von Betrieblicher Gesundheitsförderung und Arbeitsschutz verbessert. Die gesundheitspezifischen Angebote der Sportvereine sowie der DOSB werden sowohl im Gesetzestext als auch im Begründungsteil genannt.

Angesichts der mit dem Präventionsgesetz einhergehenden neuen Rahmenbedingungen werden auf den Hochschulsport und den gemeinnützigen Sport in Bezug auf Gesundheitsförderung und Prävention anders gelagerte Herausforderungen, Chancen, aber sicherlich auch Begrenzungen zukommen. Um folglich auch weiterhin ein starker und verlässlicher Partner des Gesundheitswesens zu sein, ist das bereits existente hohe gesundheitspezifische Engagement zu bündeln und mit einer guten und zukunftsfähigen Strategie zu untermauern.

## Möglichkeiten und Chancen

Das Präventionsgesetz setzt ausdrücklich auf Kooperation, Koordination und Vernetzung und kommt somit nicht ohne die hervorragende und flächendeckende Struktur der deutschen Vereins- und Hochschulsportlandschaft aus. Dieser Beitrag schließt daher mit sechs pointierten Kernthesen, die als allgemeine Handlungsimpulse für entsprechende Stakeholdergruppen zu verstehen sind:

1. Hochschulsport und Sportvereine sind als Präventionsanbieter Nr. 1 gesundheitspolitisch ernst zu nehmen und in entsprechenden Maßnahmen strukturell zu verankern.
2. SPORT PRO GESUNDHEIT sowie weitere Angebote im Bereich der Individualprävention müssen konsolidiert und ausgebaut werden sowie möglichst vollumfänglich Eingang in den Leistungskatalog der Krankenkassen finden.

3. Die Kooperations- sowie Strategiefähigkeit der Sportverbände – und damit auch die des adh als DOSB-Mitgliedsorganisation – welche sich im Bereich der Gesundheitsförderung engagieren, gilt es zu stärken.
4. Die gesundheitsfördernden Strukturen der Lebenswelten „Hochschule“ und „Sportverein“ gilt es, in Bezug auf den außerbetrieblichen Settingansatz sowie die BGF systematisch-planvoll auszubauen.
5. Spezifische Voraussetzungen für mehr Kooperation und Koordination mit sportexternen Partnern sind abzusichern.
6. Auf Seiten der Gesundheitssysteme und -akteure ist eine Öffnung für neue Wege und Formen der Partnerschaft – insbesondere mit dem organisierten Sport – notwendig, damit Kooperation, Koordination und Vernetzung auch gelingen kann.

Den Hochschulsport und den gemeinnützigen Vereinssport gilt es folglich, in Bezug auf diese Kernthesen und gemäß des frapierenden Potenzials für die Gesundheitsförderung und Prävention in Deutschland als „Anwalt für Bewegung“, struktureller Netzwerkpartner und bewegungsspezifischer Leistungserbringer in entsprechende Umsetzungsmaßnahmen zum Präventionsgesetz zu integrieren.

■ Dr. Mischa Kläber, Ressortleiter Präventionspolitik und Gesundheitsmanagement im Deutschen Olympischen Sportbund

Auf der adh-Website finden Sie die ausführlichen Literaturangaben zum Artikel.



## Macht Sport kompetent? Die Gesundheitskompetenz von Studis



Fitness- und Gesundheitssportarten stehen bei Studierenden hoch im Kurs

Eine empirische Untersuchung, die sich der Gesundheitskompetenz von Studierenden widmet, existiert bislang nicht. Dabei gelten Studierende unter primärpräventiven Gesichtspunkten als wichtige Zielgruppe, da sie die künftige Arbeitswelt maßgeblich mitgestalten und als Führungskräfte eine relevante Multiplikatorenfunktion besitzen. Mit dem folgenden Beitrag zum Zusammenhang von sportlicher Aktivität und der Gesundheitskompetenz möchten Dr. Arne Göring und Dr. Sabrina Rudolph diese Forschungslücke schließen. Sie untersuchen, inwieweit sich sportlich aktive Studierende von solchen Studierenden unterscheiden, die keinen oder wenig Sport treiben.

### Einleitung

Trotz der hohen gesellschaftlichen und politischen Aufmerksamkeit, die das Thema „Gesundheitskompetenz“ derzeit erfährt, sind Forschungsbeiträge zur Thematik noch vergleichsweise selten (Lenartz 2012). Dabei wird die Gesundheitskompetenz – verstanden als Fähigkeit, eigenverantwortlich mit der eigenen Gesundheit umgehen zu können – als ein wichtiger Ansatzpunkt für eine Strategie der individualisierten Gesundheitsförderung betrachtet (WHO 1998). Personen mit einer niedrigen Gesundheitskompetenz gelten als risikobehafteter in Bezug auf die Entwicklung von Krankheiten sowie hinsichtlich der Wahrnehmung und Verarbeitung von Stresssituationen (Soellner et

al. 2009). Unter dem Konzept der Gesundheitskompetenz werden verschiedene Kompetenzbereiche zusammengefasst:

1. Der kritische und reflektierte Umgang mit gesundheitsrelevanten Informationen,
2. eine auf diese Informationsbewertung aufbauende Entscheidungssituation, die in konkrete gesundheitsbewusste Handlungen mündet sowie
3. sich die eigene Rolle in Interaktionsprozessen bezüglich der Gesundheit von Anderen bewusst machen.

Gerade für Bildungsinstitutionen wird die Gesundheitskompetenz daher als potentieller Bildungsinhalt thematisiert, um möglichst nachhaltige Effekte der Gesundheitsförderung zu generieren.

Obwohl die konkreten Einflussfaktoren auf die Gesundheitskompetenz noch wenig erforscht sind, wird dem Sport bei der Frage nach den beeinflussenden Faktoren eine prädestinierte Rolle zugesprochen (u.a. Töpfer & Sygusch 2014). Es wird angenommen, dass sportlich aktive Individuen über eine höhere Gesundheitskompetenz als sportlich inaktive Personen verfügen, weil regelmäßig ausgeführte sportliche Aktivitäten zahlreiche Wissens Elemente, Fähigkeiten, Einstellungen und Fertigkeiten hervorbringen, die auch im Kontext der Entwicklung einer individuellen Gesundheitskompetenz bedeutsam erscheinen. So weisen Wilke et al. (2013) in ihrer Untersuchung zur Gesundheitskompetenz von Mitarbeitenden eines mittelständischen Unternehmens beispielsweise auf einen positiven Zusammenhang zwischen der Gesundheitskompetenz und der sportlichen Aktivität hin.

### Empirie: Fragestellung und Hypothesen

Die nachfolgende Untersuchung verfolgt das Ziel, die Gesundheitskompetenz von Studierenden einer großen deutschen Universität zu ermitteln und zu analysieren. In

Anlehnung an die von Wilke et al. (2013) durchgeführte Untersuchung wird die Ausprägung der Gesundheitskompetenz von Studierenden dabei zunächst deskriptiv betrachtet. Es soll darüber hinaus der Frage nachgegangen werden, ob und inwieweit es Zusammenhänge zwischen der sportlichen Aktivität der Studierenden und der Ausprägung der Gesundheitskompetenz gibt.

### Studiendesign und Methode

Die Untersuchung wurde im Wintersemester 2013/14 als Vollerhebung an der Uni Göttingen durchgeführt. Knapp 24.000 Studierende wurden dazu über den universitären E-Mail-Verteiler angeschrieben und gebeten, an einer Online-Untersuchung teilzunehmen. Da die Untersuchung unterschiedliche Teilbereiche abfragte, wurde die Stichprobe in unterschiedliche Teilstichproben eingeteilt.

An der Teilbefragung zum Themenkomplex „Gesundheitskompetenz“ nahmen 2.892 Studierende teil. Dies entspricht einer Rücklaufquote von 12,05%. Die Stichprobe ist dabei für die Zugehörigkeit zu den unterschiedlichen Fakultäten als repräsentativ zu bewerten. Allerdings nahmen deutlich mehr Frauen (N=1893) als Männer (N=999) an der Teilbefragung teil. Um die Ergebnisse nicht zu verzerren, wurden die Daten hinsichtlich der geschlechtlichen Repräsentativität nach dem Redressment-Verfahren gewichtet (vgl. Schnell et. al 2008: 315). Das Durchschnittsalter der teilnehmenden Studierenden betrug 23,4 Jahre.

Für den Vergleich der Gesundheitskompetenz von Studierenden mit der von Nicht-Studierenden wurde zudem eine Kontrolluntersuchung in einer Berufsschule durchgeführt. Hier wurden 138 Auszubildende aus drei verschiedenen Ausbildungsberufen befragt. Das Durchschnittsalter der Probandinnen und Probanden betrug 21,8 Jahre.

Sporttyp	Studierende	Berufsschüler
Nichtsportler	29,0%	23,9%
Urlaubssportler	2,7%	11,6%
Gelegenheitssportler	4,6%	12,3%
Regelmäßige Sportler	31,5%	29,0%
Intensivsportler	32,3%	23,2%

Tab. 1: Sportliche Aktivität der Studierenden im Vergleich zu Berufsschülern

Die Abfrage der sportlichen Aktivität erfolgte in Anlehnung an das Erhebungsverfahren von Bässler (1988) und Woll (1996). Die Studierenden wurden auf der Basis ihrer Angaben zur Regelmäßigkeit, Umfang und Intensität der sportlichen Aktivität in fünf Aktivitätsgruppen (Nicht-Sportler, Urlaubssportler, Gelegenheitssportler, regelmäßige Sportler, Intensiv-Sportler) eingeteilt.

Die Erhebung der Gesundheitskompetenz erfolgte in Anlehnung an das Konzept von Wieland und Hammes (2008). Das Instrument besteht aus zehn Items, die sich auf drei Aspekte der Gesundheitskompetenz beziehen. Zum einen werden die Befragten mit Aussagen bezüglich ihrer Bewältigungsfähigkeit konfrontiert (z.B. „Für jedes gesundheitliche Problem finde ich eine Lösung.“) und zum anderen wird die eigene Kompetenzerwartung geprüft (z.B. „Ich erreiche die Ziele, die ich mir bezüglich meiner Gesundheit setze.“). Zudem wird die individuelle Erfolgserwartung bezüglich der Selbstregulation abgefragt („Wenn unerwartete Beschwerden auftauchen, kann ich diese schlecht bewältigen.“). Die Beantwortung der einzelnen Fragen erfolgte auf einer fünfstufigen Likert-Skala mit den Antwortalternativen 1 = trifft gar nicht zu, 2 = trifft selten zu, 3 = trifft manchmal zu, 4 = trifft oft zu und 5 = trifft vollständig zu (ebd.). Bei negativ formulierten Aussagen wurden die getätigten Angaben umgepolt. Für den statistischen Vergleich wurden die einzelnen Antworten aufsummiert, sodass sich ein

Gesamt-Summscore für jeden einzelnen Studierenden ergab. Auf der hier verwendeten Gesundheitskompetenzskala können demnach Werte von zehn (sehr gering) bis 50 (sehr hoch) erreicht werden, wobei die Interpretation der Skala folgendermaßen erfolgt: Je höher der Summscore, desto besser die Gesundheitskompetenz.

### Ergebnisse

Mehr als die Hälfte der Studierenden bezeichnet sich selbst als sportlich aktiv. Gut 32% der Befragten geben an, sich regelmäßig und intensiv sportlich zu betätigen. 29% der Studierenden wählen die Antwortmöglichkeit Nichtsportler (vgl. Tab. 1). Frauen stufen ihre sportliche Aktivität als weniger intensiv ein als Männer. Dominant sind bei allen sportlich aktiven Studierenden Fitness- und Gesundheitssportarten wie Joggen, Training im Fitnessstudio oder Group-Fitness-Angebote gefolgt von klassischen Mannschafts- und Rückschlagsportarten.

In Bezug auf die Gesundheitskompetenz weisen Studierende einen Mittelwert von 35,01 Punkte auf, wobei Männer (35,73) eine höhere Gesundheitskompetenz besitzen als Frauen (34,32). Im Vergleich zur Gruppe der Auszubildenden (Mittelwert 35,98) ist die Gesundheitskompetenz von Studierenden geringer ausgeprägt.

Die Analyse des Zusammenhangs von sportlicher Aktivität und Gesundheitskompetenz zeigt dabei einen signifikanten Unterschied.

Sporttyp	Mittelwert	Standardabweichung	Standardfehler
Nichtsportler	32,8345	6,57069	,31267
Urlaubssportler	33,1154	5,92357	,91164
Gelegenheitssportler	33,2387	6,82146	,83494
Regelmäßige Sportler	34,0719	6,44617	,29143
Intensivsportler	36,5449	5,99668	,26886

Tab. 2: Zusammenhang von Gesundheitskompetenz und sportlicher Aktivität bei Studierenden

Vor allem regelmäßig aktive Studierende weisen eine deutlich höhere Gesundheitskompetenz auf als inaktive oder nur selten sportlich aktive Studierende (vgl. Tab. 2). Die Differenz ist dabei geschlechtsunabhängig.

## Diskussion

Die Ergebnisse zeigen signifikante Unterschiede in der Ausprägung der Gesundheitskompetenz in Abhängigkeit der sportlichen Aktivität aber auch in Abhängigkeit des Geschlechts. Sportlich aktive Studierende weisen den Ergebnissen zufolge höhere Gesundheitskompetenzwerte auf als inaktive Studierende. Allerdings ist hier zu berücksichtigen, dass die Zusammenhänge nur für regelmäßig und intensiv betriebene sportliche Aktivität signifikant sind. Studierende, die zwar angeben, sportlich aktiv zu sein, diese Aktivität aber nicht regelmäßig vollziehen, weisen keine höheren Gesundheitskompetenzwerte auf. Die signifikanten Unterschiede der Gesundheitskompetenzwerte im Zusammenhang mit dem Ausmaß und der Intensität sportlicher Aktivität legen den Schluss nahe, einen positiven Einfluss der sportlichen Aktivität auf die Ausprägung der Gesundheitskompetenz bei Studierenden anzunehmen. Regelmäßige sportliche Aktivität scheint die Vorstellung positiv beeinflussen zu können, eine regulierende Einwirkung auf die eigene Gesundheit auszuüben. Der Legitimationsanspruch des Hochschulsports im Kontext der Gesundheitsförderung lässt sich damit um einen weiteren Wirkungszusammenhang ergänzen.

Dies gilt grundsätzlich auch dann, wenn die zahlreichen Limitierungen, denen die Ergebnisse unterliegen, berücksichtigt werden. Vor allem die fehlende Wirkungsrichtung, die in Querschnittsanalysen nicht zu erfassen ist, erschwert die Interpretation. Denn ebenso wie ein positiver Effekt der sportlichen Aktivität auf die Gesundheitskompetenz denkbar ist, lässt sich auch ein umgekehrter Einfluss modellieren. Gleichsam plausibel wäre es, die Gesundheitskompetenz als Einflussvariable auf die Ausprägung der sportlichen Aktivität zu konzipieren. Menschen mit einer hohen Gesundheitskompetenz wären dieser Annahme folgend sportlich aktiver als Menschen mit einer geringen Gesundheitskompetenz, weil gesundheitskompetente Menschen beispielsweise eher annehmen, die eigene Gesundheit beeinflussen zu können und damit die Selbstwirksamkeitserwartung für die gesundheitlichen Wirkungen des eigenen Sportverhaltens steigt. Es bleibt zudem fraglich, inwieweit die sportliche Aktivität nicht nur eine Moderatorvariable darstellt, die vielfältige Sozialisationseinflüsse vermittelt, die sich positiv auf die Ausprägung der Gesundheitskompetenz auswirkt, die aber auch in anderen sozialen Handlungsfeldern vermittelt werden könnten.

## Fazit

Trotz aller Vorsicht, die bei der Interpretation der Ergebnisse zu Grunde gelegt werden muss, geben die Daten einen ersten Hinweis auf die Beeinflussung der Gesundheitskompetenz durch sportliche Aktivität.



Regelmäßiger Sport ist oft fester Bestandteil des Alltags von Studierenden

Vor dem Hintergrund der Annahme, dass eine hohe Gesundheitskompetenz mit weniger Beschwerden und einem hohen Wohlbefinden verbunden ist, erhält die sportliche Aktivität von Studierenden in Deutschland eine weitere Legitimationsbasis und ein weiteres Anwendungsfeld. Gerade im Kontext der Gesundheitsförderung von Studierenden, die derzeit im Hochschulwesen eine besondere Aufmerksamkeit erfährt, erscheint diese Erkenntnis auch für die Konzeption von gesundheitsfördernden Programmen und Interventionen von Hochschulsporteinrichtungen als relevant. Es wäre ratsam, bei sportlichen Maßnahmen zur Gesundheitsförderung von Studierenden das Kriterium der Möglichkeit zur aktiven Selbstregulation zu berücksichtigen und Sportangebote nicht ausschließlich aus der Perspektive physiologischer Wirkungszusammenhänge zu betrachten.

■ Dr. Arne Göring und Dr. Sabrina Rudolph,  
Uni Göttingen

Die Langfassung des Artikels können Sie in der adh-Publikation „Bewegungsorientierte Gesundheitsförderung an Hochschulen“ nachlesen. Dort finden Sie auch die ausführlichen Literaturangaben.



## Gelungener Auftakt des neuen Formats „Netzwerk Frauen“

Bei der adh-Vollversammlung 2015 in Jena fand erstmals das „Netzwerk Frauen“ statt. Rund 20 hauptamtliche und studentische Vertreterinnen der adh-Mitgliedshochschulen waren der Einladung des Ausschusses für Chancengleichheit und Personalentwicklung (ACPE) zum neuen Veranstaltungsformat gefolgt. Es bot den Teilnehmerinnen die Möglichkeit, sich zu vernetzen und zu Fragestellungen der Frauenförderung und Gleichstellung sowie weiteren selbst gewählten Themenschwerpunkten auszutauschen.

### Netzwerk(en) und vieles mehr...

Nicht zum Frühstück sondern vor dem traditionellen adh-Abend: Diesen Zeitpunkt wählte der ACPE für den Austausch von Frauen untereinander. Der über viele Jahre integrale Bestandteil „Frauenfrühstück“ verschwand damit vom Ablaufplan der Vollversammlung. Die Themen und Inhalte erhielten mit dem Format „Netzwerk Frauen“ einen neuen Rahmen. Auch bei der methodischen Gestaltung ging der ACPE neue Wege.

So stand das erste Netzwerktreffen ganz im Zeichen des Themas „Netzwerk(en) – Wieso, Weshalb, Warum?“. Kurzen theoretischen Input zum Thema „Netzwerken“ gab Juliane Bötel (Vorstandsmitglied Chancengleichheit und Personalentwicklung) bevor ein temporeiches, spielerisches Kennenlernen es den Teilnehmerinnen ermöglichte, locker ins Gespräch zu kommen. Vor allem diejenigen Frauen, die erstmals an der adh-Vollversammlung teilnahmen, freuten sich über die Möglichkeit, das eigene Netzwerk zu erweitern und in kleinerem Rahmen die Kolleginnen anderer Standorte kennenzulernen.

Das Zusammenkommen der adh'lerinnen vor dem Beginn des parlamentarischen Teils der Vollversammlung ermöglichte außerdem den Kandidatinnen für die anstehenden Gremienwahlen, sich vorzustellen und auf Fragen der Mitgliedschaft einzugehen. Diese Chance nutzten Dr. Katrin Werkmann (Vorstandsmitglied Finanzen) und Juliane Bötel, die für den Vorstand kandidierten.

Dr. Katrin Werkmann zog eine sehr positive Bilanz: „Das Netzwerk Frauen bot eine schöne Möglichkeit, den Teilnehmerinnen in einer sehr angenehmen Atmosphäre die Motive meiner Kandidatur vorzustellen. Gleichzeitig war die Hürde für sie geringer, um mit mir ins Gespräch zu kommen. So stellten mir die Teilnehmerinnen auch Fragen, die sie im Plenum nie gestellt hätten.“

Bei aller Veränderung – einige Inhalte der Veranstaltung sind geblieben: So gab das scheidende Vorstandsmitglied Chancengleichheit und Personalentwicklung, Kirsten Stegemann, einen Jahresrückblick über erfolgreiche Initiativen und Projekte des ACPE. Darüber hinaus ermöglichte eine offene Diskussionsrunde den Austausch zu Aspekten der Chancengleichheit, welche die Teilnehmerinnen in ihrer täglichen Arbeit in den Hochschulsporteinrichtungen oder Sportreferaten beschäftigen. Schnell entwickelte sich eine lebhafte Diskussion zum Angebot von Frauensportkursen und Veranstaltungen für Queer-Gruppen im Hochschulsport und den Herausforderungen, die damit häufig verbunden sind.

### Geglückter Start – weitere Entwicklungen

Janine Wegner, Hochschulsport-Mitarbeiterin der FU Berlin, zeigte sich vom „Netzwerk Frauen“ begeistert: „Die Veranstaltung ermöglichte es mir als Neuling im adh, erste Kontakte zu den Kolleginnen anderer Hoch-



Teilnehmerinnen des „Netzwerk Frauen“ tauschten sich intensiv aus

schulsporteinrichtungen zu knüpfen. Der Zeitpunkt vor dem traditionellen adh-Abend sowie der anschließenden Vollversammlung waren meines Erachtens gut gewählt, da ich zu relevanten Personen Gesichter zuordnen und während der dreitägigen Veranstaltung zielgruppenorientiert kommunizieren konnte. Zudem war es interessant, einen Einblick über die bisherigen Aktionen sowie geplanten Aufgabenfelder des ACPE zu erhalten.“ Das positive Feedback der Teilnehmerinnen auf das erste „Netzwerk Frauen“ bestätigt den ACPE in seinen Überlegungen. „Wir

freuen uns, dass die von uns initiierten Veränderungen positiv aufgenommen wurden. Außerdem wurde deutlich, dass Frauen im adh nach wie vor großes Interesse daran haben, sich in einer eigenen, frauenspezifischen Veranstaltung zu treffen und dort zu Themen der Chancengleichheit und Personalentwicklung ins Gespräch zu kommen“, so Juliane Bötzel.

Damit der Kontakt der Frauen zwischen den Verbandsveranstaltungen weiter bestehen bleibt, hat der ACPE im adh-Forum eine

eigene Gruppe eingerichtet. Im virtuellen „Netzwerk Frauen“ können interessierte Frauen ihre Ideen einbringen, Diskussionen anstoßen und auf das Erfahrungswissen anderer adh'lerinnen zurückgreifen.

Der ACPE freut sich auf weitere Netzwerken im adh-Forum und beim nächsten „Netzwerk Frauen“, das im Rahmen der 111. Vollversammlung in Kassel stattfindet.

■ Juliane Bötzel und Kirsten Stegemann, ACPE

## Sechs „Tandem-Generationen“ wachsen zusammen

**Das adh-Projekt Tandem-Mentoring besteht seit 13 Jahren. Fünf Jahrgänge haben das Projekt durchlaufen und sind auf ihren Wegen seitdem stetig weiter voran geschritten. Der sechste Jahrgang ist derzeit auf Tandem-Tour. Am 26. und 27. Februar 2016 trafen sich die aktuellen Tandems sowie Alumni in Bovenden bei Göttingen zur Zwischenbilanz und zum Netzwerktreffen.**

### Resümee über acht Monate Tandem-Fahrt

Die Zwischenbilanz der aktuellen Tandems startete mit einem ambitionierten Zeitplan: Die Tandems präsentierten den Zwischenstand ihrer Arbeit der letzten acht Monate. Die offene Atmosphäre und die mittlerweile spürbare Vertrautheit bot Raum für ehrliche und kreative Darstellungen. Im Anschluss hatten die Tandems die Gelegenheit, die vergangenen Monate gemeinsam mit dem zuständigen Projektteammitglied noch einmal gezielter zu analysieren und die weiteren Planungsschritte zu besprechen. „Bei den

Präsentationen wurde uns Mentees deutlich, dass das eine oder andere Ziel nicht erreicht wurde, in den Hintergrund getreten ist oder durch neue Vorhaben ersetzt wurde“, erzählt Kerstin Genderjahn, aktuelle Mentee und Hochschulsport-Mitarbeiterin der Uni Jena. „Dies sorgte zunächst bei einigen Teilnehmerinnen für Unsicherheit. Aber – um dies schon vorwegzunehmen – die beiden Tage führten allen vor Augen, dass Pläne zwar wichtig, aber veränderbar sind. Darüber hinaus wurde uns Mentees deutlich, dass erfolgreiche Karrierewege sehr stark variieren und in den seltensten Fällen geradlinig verlaufen“, so Kerstin Genderjahn.

### Zugehört und nachgefragt: Das Alumni-Treffen

Alle zwei Jahre lädt der adh alle aktuellen und ehemaligen Tandems sowie die Projektteams zum Netzwerktreffen ein. Neben dem gegenseitigen Kennenlernen und der Möglichkeit zum lockeren Austausch steht immer auch ein Schwerpunktthema auf dem Programm.

In den vergangenen 13 Tandem-Jahren haben sich einige Kontakte verlaufen, andere haben sich intensiviert und sind über die Zeit reifer und reicher geworden. Einige „Tandem-Alumni“, ob Mentorinnen, Mentoren oder Mentees haben den Kontakt auf persönlicher Ebene gehalten, manche begegnen sich immer wieder im beruflichen Kontext, andere bleiben über soziale Medien vernetzt.

Beim „Get Together“ trafen die ehemaligen Teilnehmenden und Projektteam-Mitglieder auf die aktuellen Tandems. Vertreten waren dabei Leiterinnen und Leiter verschiedener Hochschulsporteinrichtungen und Führungskräfte aus bundesweit agierenden Sportverbänden. Einige ehemalige Mentees haben ihren Platz in Hochschulsporteinrichtungen in ganz Deutschland gefunden. Andere sind in der universitären Lehre gelandet oder haben sich selbstständig gemacht. Die im Raum ausgehängten Fotos aus den bisherigen Projektdurchgängen riefen sofort zahlreiche Erinnerungen hervor. Viele damit verbundene Anekdoten halfen, schnell und ungezwungen in Kontakt zu treten.

Der anschließende Kaminabend wurde mit einer von Mandy Klehr und Kathrin Wenzel, beide Mentees des aktuellen Projekt-

durchgangs, moderierten Gesprächsrunde eingeleitet. Zwei Alumni, Jörg Verhoeven (ehemaliger Mentor) und Kathrin Schneider (ehemalige Mentee), schilderten detailliert ihre interessanten beruflichen Entwicklungen mit ihren verschiedenen Stationen, Umwegen und Erfolgen.

### Spannende Tandem-Biografien machen Mut

Jörg Verhoeven erläuterte, dass er mitnichten geradlinig auf das Ziel des Leiters einer Hochschulsporteinrichtung zugegangen war. Ursprünglich wollte er als Sportlehrer arbeiten und kam dann über den Umweg als Präventionsbeauftragter einer Krankenkasse und Geschäftsführer eines Großsportvereins zum Hochschulsport. Geplant war das nicht. Mit dem späteren Schritt in die Leitungsebene hat er sich im Vorfeld dann allerdings intensiv auseinandergesetzt und unterschiedliche Optionen bedacht. „Meine Rolle als Mentor im Tandem-Projekt hat mich wirklich herausgefordert, auch meinen bisherigen Lebensweg zu reflektieren und mich mit den

Fragen zu beschäftigen, was mir im Leben wichtig ist und wohin ich beruflich möchte. Insofern habe ich enorm von der Aufgabe als Mentor profitiert“, so Jörg Verhoeven.

Auch Kathrin Schneiders Karriere ist bewegt und von beruflichen Veränderungen geprägt. Nach ihrem Sport- und Informatikstudium übernahm sie zunächst eine Vertretungsposition als Jugend- und Bildungsreferentin im adh. Daraufhin wechselte sie zur Deutschen Olympischen Gesellschaft (DOG) und wurde dort in sehr jungen Jahren Geschäftsführerin. Nach einem mehrjährigen Aufenthalt mit ihrer Familie in Indonesien arbeitet sie heute als Freie Mitarbeiterin für die Sportjugend Hessen, wo sie für die Datenbankadministration verantwortlich ist und den Bereich der Online-Medien unterstützt. Beim Kaminabend betonte Kathrin Schneider, dass sie immer, auch aus dem Ausland, den Kontakt zu ihrem beruflichen Netzwerk und zu ihrer Mentorin, Dr. Karin Fehres, gepflegt und aufrecht erhalten hat. „Stand eine berufliche Veränderung an, habe ich meine Kontakte

aktiv und offensiv genutzt. Dies hat sich stets als erfolgreiche Strategie herausgestellt“, so Kathrin Schneider. Neben dieser Anregung ermunterte sie die Mentees, Wünsche zu benennen und auch an- und auszusprechen.

Vielseitigkeit und die Offenheit, Veränderungen aktiv anzunehmen, zeichnen die beiden Gesprächspartner und ihre Biografien aus. Sie machten den Mentees mit den Schilderungen ihrer Berufswege Mut, ihre eigenen Wege, die nicht geradlinig sein müssen, gelassen und zuversichtlich zu gehen. Denn neben bewussten Entscheidungen und zielorientierten Handlungen, sind es oft auch eine Portion Glück und (gelenkter) Zufall, die den beruflichen und privaten Werdegang mal mehr, mal weniger stark beeinflussen. Das ehemalige Mitglied des Projektteams, Elisabeth Marx (Uni des Saarlandes), erläutert: „Bei den Kamingesprächen wurde deutlich, dass klare, berufliche Ziele hilfreich sind, man sich aber immer Offenheit für Veränderungen bewahren und flexibel bleiben sollte. Eine Erkenntnis, die Angst vor Fehl-



Sechs „Tandem-Generationen“ beim Netzwerktreffen in Bovenden



Teamarbeit ist gefragt – im Tandem wie im Berufsleben

entscheidungen nimmt und Mut für Experimente und ungewöhnliche Wege macht.“ Insbesondere für die aktuellen Mentees war das ein sehr wichtiger Aspekt, der helfen kann, die häufig psychisch belastende Suche nach der einen Antwort auf die Karrierefrage und nach dem „goldenen Weg“ ein Stück weit aufzugeben und mit etwas mehr Gelassenheit in die Zukunft zu schauen.

## Tandem-Kontakte werden nachhaltig genutzt

Deutlich wurde an diesem Abend auch, welche persönlichen und beruflichen Entwicklungen die ehemaligen Mentees gemacht haben. Das Tandem-Mentoring-Projekt hat sie darin bestärkt und unterstützt, ihren oft sehr individuellen Weg zu gehen.

Beispielsweise war die ehemalige Mentee Dr. Britta Ufer nur kurze Zeit im Hochschulsport und dann viele Jahre beim Deutschen Olympischen Sportbund und als Geschäftsstellenleiterin eines Hamburger Sportvereins tätig. Nun arbeitet sie am Lehrstuhl für Sportpädagogik an der Uni Erlangen-Nürnberg. Dennoch sind ihr in ihrer beruflichen Laufbahn immer wieder Menschen aus der

Tandem-Zeit begegnet. Sie meint deshalb: „Jeder Abschied aus einem Berufsfeld fällt ein wenig leichter, wenn man weiß, dass einem die Menschen nicht verloren gehen. Meine Erfahrung ist, dass man sich auf verschiedenen Ebenen immer wieder trifft.“

Und so zeigte sich beim Netzwerktreffen auch, wie sich für die Mentees der Projektdurchgänge die Themen im Laufe der Zeit verschieben: Steht zu Beginn der Berufseinstieg, die Entscheidung für oder gegen eine Promotion oder ähnliches im Fokus, so wird es später der Aufstieg in eine Führungsposition mit ihren besonderen Erfordernissen oder die Herausforderung, Familie, Kinder und berufliches Vorankommen zu meistern.

„Beim Netzwerktreffen wurde ganz deutlich, dass die Teilnehmerinnen – quer durch alle Jahrgänge hindurch – nach wie vor die Kontakte, die durch Tandem entstanden sind, nutzen und von diesen profitieren. Das zeichnet das Projekt als nachhaltiges Förderprogramm für den weiblichen Sportnachwuchs aus“, so Juliane Bötzel, adh-Vorstand Chancengleichheit und Personalentwicklung und aktuelle Mentee.

## Konstruktiv Kritik üben und Konflikte lösen

Für die Mentees sind die anstehenden Entscheidungen über die beruflichen Weichen häufig mit Konflikten verbunden. Doch es ist ganz normal, dass dort, wo Menschen gemeinsam agieren und insbesondere dort, wo Entscheidungen und Veränderungen anstehen, Konflikte auftreten. Daher wählte das Tandem-Projektteam das Thema „Konfliktmanagement“ für den abschließenden Workshop aus. „Konflikte sind Tagesgeschäft“, formulierte ein Mentor: 90% aller Kündigungen erfolgen aufgrund eines unlösbaren Konflikts am Arbeitsplatz, Führungskräfte verwenden 20% bis 40% ihrer Zeit für den Umgang mit Konflikten. Das zeigt wie wichtig es ist, sich mit der Entstehung, der Dynamik und mit Lösungsmöglichkeiten zu beschäftigen. Im Workshop „Konfliktmanagement und konstruktive Kommunikation“ beleuchteten die Referentinnen Susanne Crisand-Kutscher und Michal Foell vom Management-Kompetenzcenter Accensa in einer gelungenen Mischung aus theoretischem Hintergrund und praktischen Übungen viele Facetten dieses Themas. Die aktuellen und ehemaligen Mentees sowie Mentorinnen und Mentoren konnten so zahlreiche Anregungen zum professionellen Umgang mit Konflikten mitnehmen.

## Rundum gelungene Veranstaltung

Die 27 Teilnehmenden aus ganz Deutschland machten sich mit vielen Ideen, Kontakten und neuen Erkenntnissen auf den Heimweg. Das Tandem-Netzwerk, das sich quer durch alle Tandem-Generationen spannt, geht aus jedem Treffen enger gewebt hervor. So wird die Tandem-Erfolgsgeschichte auch in Zukunft fortgeschrieben!

- Elisabeth Marx (ehem. Mitglied des Tandem-Projektteams), Kerstin Genderjahn (Mentee)

## Lena Urbaniak nimmt Kurs auf die Olympia-Qualifikation

Im November 2015 zeichnete der adh-Vorstand die Kugelstoßerin Lena Urbaniak als Sportlerin des Jahres aus. Mit der ersten bundesweiten Auszeichnung für die Management-Studentin der HS Ansbach würdigte er neben dem sportlichen auch den akademischen Erfolg der 23-Jährigen. In den vergangenen Wochen baute Lena Urbaniak ihre Erfolge aus dem letzten Jahr weiter aus. Mit Platz sieben bei der Hallen-Weltmeisterschaft 2016 ist sie nun auf der Zielgeraden für die Olympia-Qualifikation. Im Interview spricht sie über die adh-Auszeichnung und ihre Ambitionen im Studium und Spitzensport.

**Lena, Du hast im Jahr 2015 persönliche Hallen- und Freiluftrekorde aufgestellt, bist Deutsche Hallen-Meisterin geworden, hast Deine Deutschen Hochschulmeistertitel verteidigt, an der Hallen-EM teilgenommen und Gold bei der Universiade in Gwangju erungen. Wie bewertest Du die Saison 2015?**

Die Saison 2015 war nahezu perfekt. Die Goldmedaille bei der Universiade in Gwangju war mein persönliches Highlight, aber auch der Sieg bei den Deutschen Hallenmeisterschaften war sehr cool. Ebenfalls haben mich die Erfahrungen, die ich bei Wettkämpfen im Ausland gemacht habe stark voran gebracht und ich habe Blut geleckt für die Saison 2016.

**Welchen Stellenwert nimmt die Auszeichnung zur „Hochschulsportlerin des Jahres“ für Dich ein?**

Die Auszeichnung bedeutet mir sehr viel und hat einen sehr hohen Stellenwert für mich. Sie ist mein erster deutschlandweiter Preis und er zeigt, dass ich bisher Studium

und Sport miteinander sehr gut verbinden konnte. Außerdem sorgen Ehrungen wie diese für die besonderen Momente im Sportlerleben.

**Bei der Universiade hast Du erstmals die 18-Meter-Linie geknackt. Worauf hast Du in der Vorbereitung ein besonderes Hauptaugenmerk gelegt, dass es zur persönlichen Bestleistung reichte?**

Ich habe an der Konstanz in meinen Stößen gearbeitet, zudem haben mein Trainer und ich Wert darauf gelegt, dass die Lockerheit und der Spaß beim Wettkampf da sind. Zudem bin ich ohne Erwartungen nach Gwangju geflogen und habe den Wettkampf ohne Stress auf mich zukommen lassen.

**Wie hast Du Dich gefühlt, als Du bei der Universiade-Siegerehrung aufgerufen wurdest, um Deine Goldmedaille in Empfang zu nehmen?**

Das war echt fantastisch. Das sind die Momente im Sportlerleben, die einen die harten und unschönen Stunden im Leistungssport vergessen lassen. In Gwangju war es zudem meine erste internationale Medaille bei den Aktiven – und sie war mit einer persönlichen Bestleistung verbunden. Das war schon ein unvergesslicher Moment!

**Die Universiaden müssen den Vergleich mit den Olympischen Spielen nicht scheuen. Welche besonderen Erfahrungen hast Du aus Südkorea mitgenommen?**

Ich habe sehr viele positive Erfahrungen aus Südkorea mitgenommen. Den Kontakt zu Aktiven anderer Sportarten fand ich besonders toll. Man hat Einblicke in deren Wettkampfabläufe bekommen und konnte sich in trainingstechnischen Dingen aus-

tauschen. Zudem fand ich die Atmosphäre mit den ganzen anderen Nationen in einem Dorf einzigartig und spannend.

**In diesem Jahr hast Du Dich bei der Deutschen Hallenmeisterschaft mit neuer Bestleistung von 18,32 Metern für die Hallen-WM empfohlen. Dort konntest Du mit Platz sieben Deine erste Top-Acht-Platzierung auf Weltebene feiern. Was sind deine weiteren Ziele für das Jahr 2016?**

Die Saison 2016 ist natürlich eine besondere Saison, mit den Highlights Hallen-Weltmeisterschaft, Europameisterschaften und den Olympischen Spielen. Mein Ziel ist es, meine persönliche Bestleistung zu steigern, mich international zu zeigen und mich für die kommenden Highlights zu qualifizieren. Vor allem möchte ich aber die Freude und den Spaß am Sport weiterhin genießen.

**Hat Dir die Teilnahme an der Universiade Deinen Start bei der Hallen-WM erleichtert, da Du in Gwangju bereits ein ähnliches Großevent kennenlernen konntest?**

Definitiv! Die Universiade war ein Meilenstein in meiner bisherigen Karriere und hat mir den Umgang mit neuen Situationen erleichtert. Die Atmosphäre bei solchen Großevents ist immer etwas Besonderes und das kann man eben nicht im Training simulieren.

**Trotz deines vollen Terminplans nimmst Du regelmäßig an studentischen Wettkämpfen teil. Was motiviert Dich dazu?**

Es macht mir generell sehr viel Spaß, bei Wettkämpfen zu starten und mich mit anderen Sportlern zu messen. Die Atmosphäre bei studentischen Wettkämpfen ist zudem einfach etwas entspannter und lockerer.

**Lena, wie sieht eine normale Trainingswoche bei Dir ganz konkret aus?**

Eine normale Trainingswoche besteht aus acht bis zehn Trainingseinheiten. Morgens stehen Techniktraining sowie allgemeines

und spezielles Krafttraining auf dem Trainingsplan. Die Einheiten am Nachmittag sind mit Krafttraining, Sprint- und Sprungtraining und allgemeinen Wüfren gefüllt. Dazu kommen die Termine bei der Physiotherapie, die über die Mittagszeit stattfinden. Meine Aufgaben für das Studium erledige ich entweder vor der Einheit am Morgen oder in der Mittagszeit nach dem Mittagschlaf.

**Du studierst an der Hochschule Ansbach „Internationales Management“. Was bedeutet Dir Dein Studium?**

Das Studium ist mir sehr wichtig, denn es gibt schließlich auch eine Zeit nach dem Leistungssport. Zudem ist es für mich ein guter Ausgleich zum alltäglichen Training und den Anforderungen im Leistungssport.

**Wie gelingt es Dir, den Spagat zwischen Studium und Spitzensport zu meistern?**

Mit viel Eigendisziplin und gutem Zeitmanagement. Ich mache mir meist Wochen- oder Tagespläne, die ich dann Punkt für Punkt bearbeite.

**Welche Unterstützung erfährst du durch die HS Ansbach?**

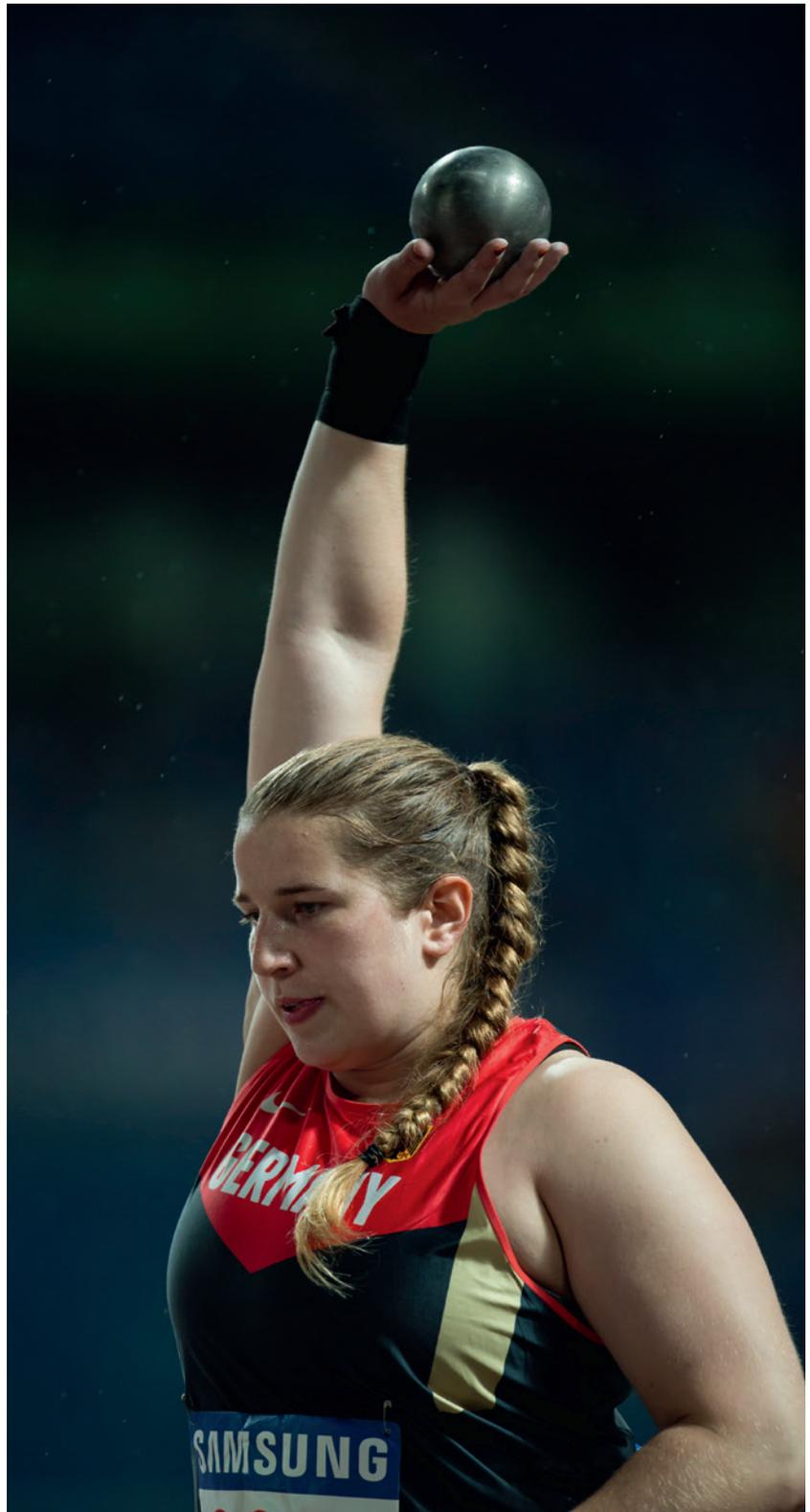
Die Hochschule bietet mir die Chance, als Leistungssportlerin stressfrei zu studieren. Zudem ist sie flexibler als manch andere Hochschule, was Präsenzphasen und Klausurtermine angeht.

**Wo siehst Du Deine berufliche Zukunft?**

Nach dem Studium kann ich mir vorstellen, in vielen Bereichen zu arbeiten. Ich möchte mich aber noch durch Praktika orientieren und habe mich deshalb noch nicht festlegt.

**Vielen Dank für das Gespräch und weiterhin viel Erfolg für Dein Wettkampffahr 2016!**

- Das Interview führten Julia Frasch und Paulus-Johannes Mocnik, adh-Öffentlichkeitsreferenten



Lena Urbaniak: Fokussiert in Studium und Spitzensport

## EUSA-Games 2016: Sport und Action in Zagreb und Rijeka



Die Ausrichter der EUSA-Games sind startklar und freuen sich auf Gäste aus 39 Nationen

Bei den 3. EUSA-Games, die vom 12. bis 25. Juli 2016 in Zagreb und Rijeka (Kroatien) stattfinden, ist ein Programm mit insgesamt 21 Sportarten vorgesehen. Dabei werden neben den klassischen Team sportarten des EUSA-Sportartenkanons auch weitere Individualsportarten und Trendsportarten sowie zwei Parasportarten angeboten.

Die 3. EUSA-Games, die auf zwei Ausrichtungsorte in Zagreb und Rijeka aufgeteilt sind, stoßen, was das Sportartenprogramm und die zu erwartende Teilnehmezahl anbelangt, in neue Dimensionen vor. Laut aktuellem Meldestand liegen dem Ausrichter in Kroatien bereits über 650 Meldungen aus 39 Ländern vor. Auch die deutschen Hochschu-

len zeigen großes Interesse und melden erneut sehr umfangreich in nahezu allen Sportarten.

### Starts der deutschen Hochschulen und Prognose

Bei den meisten Teamklassikern Basketball, Fußball, Futsal, Handball und Volleyball haben bei den Männern und bei den Frauen neben den Deutschen Hochschulmeistern des Vorjahres auch zweite deutsche Teams gemeldet.

Während die WG Münster im Futsal-Turnier der Männer nur eine Außenseiterrolle einnimmt, haben die Futsalspielerinnen aus Münster und Würzburg gute Chancen, um den Titel mitzuspielen. Im Fußballturnier

der Männer hoffen die EUC-Sieger 2015 von der Uni Bochum wieder auf einen Podiumsplatz. Die übrigen deutschen Vertreter der WG Würzburg (Männer), Uni Marburg (Frauen) und Uni Frankfurt (Frauen) haben das Viertelfinale fest im Blick.

Die Volleyballer der WG München, die als Silbermedaillengewinner der EUC 2015 nach Zagreb anreisen, haben sich hohe Ziele gesteckt und möchten nach dem Titel greifen.

Bei den Rückschlagspielen Badminton und Tischtennis treten in jedem Teamwettbewerb mindestens zwei, zum Teil sogar drei deutsche Teams an. Lediglich im Tennis sowie im Beachvolleyball startet voraussichtlich jeweils nur ein deutsches Team.

Sehr groß ist erfahrungsgemäß auch die Nachfrage beim Rudern. Aktuell planen 55 Aktive von 14 Hochschulen in 19 Booten die Reise nach Zagreb. Nach dem überragenden Erfolg bei der EUC 2015 in Hannover – hier gewann Deutschland die Nationenwertung – dürfen die deutschen Boote auch in Zagreb wieder auf viel Edelmetall hoffen.

Im Golf starten die Herrenteams der WG München und der WG Erlangen-Nürnberg mit Außenseiterchancen in den Wettkampf und sollten nicht unterschätzt werden.

Auch in den Individualsportarten sind die deutschen Studierenden wieder zahlreich vertreten. Im Judo, Taekwondo und Karate treten die deutschen Hochschulen mit etlichen Medaillengewinnerinnen und -gewinnern der letztjährigen EUC an und werden sicherlich wieder Podiumsplätze erzielen. Bei den erstmals auf europäischer Ebene angebotenen Schwimmwettkämpfen fällt die Prognose sehr schwer. Aktuell rechnet das adh-Wettkampfreferat mit gut 15 Einzelmeldungen deutscher Schwimmer. Über das Niveau der Teilnahmefelder kann aktuell jedoch nur spekuliert werden.

## EUSA-Entwicklung kritisch begleiten

Neben allem sportlichen Enthusiasmus der Aktiven, Trainerinnen und Trainer gibt es innerhalb der adh-Mitgliedschaft und der adh-Gremien aber auch kritische Stimmen zu den Entwicklungen innerhalb der EUSA. Besonders die ungezügelte und unstrukturierte Ausweitung des Sportartenprogramms bei den EUSA-Games entspricht nicht dem Urgedanken der EUSA-Wettbewerbe. Der adh als ein wichtiger Gründungsverband der EUSA, der auch heute noch eine führende Rolle innerhalb des europäischen Hochschulsportverbandes einnimmt, wird sich in der EUSA an dieser Stelle künftig verstärkt im Sinne seiner Hochschulen und seiner Grundgedanken einsetzen.

## Unterstützung der deutschen Aktiven

Für die EUSA-Games in Kroatien gilt jedoch alle Aufmerksamkeit und Unterstützung den deutschen Starterinnen und Startern. Diese

sollen nach besten Kräften durch ein zentrales Supportteam vor Ort unterstützt werden. Die personelle Ausstattung sowie die inhaltlichen Aufgaben des Supportteams werden sich an der Umsetzung des Jahres 2014 orientieren. Das Supportteam wird sich aufgrund der Verteilung der Sportarten mit deutscher Beteiligung in der ersten Woche auf die Betreuung der Sportarten in Zagreb konzentrieren und in der zweiten Woche auch verstärkt in Rijeka aktiv werden. Wie schon zu den ersten und zweiten EUSA-Games plant das adh-Wettkampfsportreferat auch in diesem Jahr eine Informationsveranstaltung für die teilnehmenden Hochschulen. Diese wird voraussichtlich Ende Mai oder Anfang Juni 2016 stattfinden.

## adh-Kollektion für die EUSA-Games

Die Hochschulsport Marketing GmbH (HSM) hat zusammen mit dem adh-Verbandkaufpartner, der Be Hoppy Group, die Einkleidung für die EUSA-Games 2016 entwickelt.

„Wir haben ein attraktives Basispaket geschnürt, das durch zahlreiche, praktische Einkleidungsgegenstände ergänzt werden kann. Neben einem günstigen Preis für unsere Mitgliedshochschulen war uns besonders wichtig, dass wir überwiegend fair-trade-Produkte anbieten können“, erklärt der adh-Vorstandsvorsitzende Felix Arnold die Vorteile. Das Basispaket besteht aus einer Kapuzenjacke oder -sweater plus einem weiteren Teil der Kollektion und kann durch weitere Artikel im Look der EUSA-Games 2016 ergänzt werden. So lässt sich für jeden Bedarf die passende Ausrüstung zusammenstellen. Dabei können alle Artikel individualisiert werden, beispielsweise mit dem Logo oder einem Schriftzug der Hochschule beziehungsweise des Hochschulsports.

Aktuelle Infos und Ergebnisse finden Sie auf [adh.de](http://adh.de) und [facebook.com/hochschulsportverband](https://facebook.com/hochschulsportverband)

■ Thorsten Hütsch, adh-Sportdirektor

allgemeiner deutscher  
hochschulsportverband




Bei Fragen steht Ihnen das Team der  
Be Hoppy Group gerne zur Verfügung.  
Tel.: +49 6151 177429-0  
E-Mail: hochschule@behoppy.de



**EUSA-Games-Kollektion 2016: Jetzt bestellen!**

be hoppy group

## Medaillenträume bei Studierenden-Weltmeisterschaften 2016

In diesem Jahr veranstaltet der Weltverband des Hochschulsports FISU erstmals nach 2008 wieder in über 30 Sportarten Studierenden-Weltmeisterschaften (WUC). Aus Deutschland werden nach aktuellem Planungsstand Sportlerinnen und Sportler in 20 dieser Sportarten starten.

### Neuer Veranstaltungsrekord

Im WUC-Jahr 2016 wird mit insgesamt 34 Studierenden-Weltmeisterschaften ein neuer Höchststand erreicht. „Diese Zahlen belegen, dass die Bedeutung der WUC weltweit steigt und diese für viele Sportfachverbände zum festen Bestandteil des internationalen

Kalenders geworden sind“, weiß adh-Sportdirektor Thorsten Hütsch. Die Veranstaltungen verteilen sich in diesem Jahr auf fünf Kontinente. Absoluter Spitzenreiter mit 19 Ausrichtungen ist Europa, gefolgt von Asien mit neun und Nordamerika mit vier Veranstaltungen. In Südamerika und Ozeanien finden je eine WUC statt.

### Die deutschen Teams

Der adh plant aktuell die Teilnahme von studentischen Spitzensportlerinnen und -sportlern bei 20 WUC. Ein besonderer Fokus liegt dabei auf den 13 adh-Sportarten, zu denen rund 100 Aktive entsandt werden. Dies sind in der Regel Bundeskaderathle-

tinnen und -athleten, die in enger Abstimmung zwischen den adh-Disziplinchefinnen und -chefs, dem adh-Sportdirektor und dem Spitzensportpersonal der nationalen Fachverbände ausgewählt werden.

Es ist stets das Ziel des adh, die Teilnahme aller Aktiven, welche die Nominierungskriterien vollständig erfüllt haben, über Bundesmittel herzustellen. Erstmals greift hierzu in diesem Jahr ein neues Konzept zur Verteilung der Bundesmittel auf die einzelnen Sportarten. Das Konzept, welches der adh-Sportdirektor in Zusammenarbeit mit dem Wettkampfausschuss und dem Fachbeirat entwickelt hat, berücksichtigt eine Verteilung der Mittel sowohl nach Leistungs- als auch Gleichberechtigungskriterien. So werden 50 Prozent der BMI-Fördermittel gleichermaßen auf die 13 adh-Sportarten verteilt, wobei ein dreistufiges Modell die Entfernung zu den einzelnen Veranstaltungsorten berücksichtigt. Weitere 50 Prozent werden in Abhängigkeit der bei den beiden vergangenen WUC erbrachten Leistungen verteilt. Hierbei werden sowohl Medaillenerfolge als auch Finalplatzierungen, sprich Top-Acht-Platzierungen, der einzelnen Sportarten bei den WUC 2012 und 2014 berücksichtigt.

### Die WUC-Saison 2016 im Überblick

Den Auftakt zur WUC-Saison machten aus deutscher Sicht die Crossläufer und die Radsportler im März 2016. Die Deutsche Studierenden-Nationalmannschaft Crosslauf zeigte sich mit ihrem Auftritt im italienischen Monte Cassino zufrieden. Bei schwierigen Bedingungen kam das deutsche Quintett im Team auf einen sechsten Gesamtrang. Die WUC Radsport im philippinischen Tagaytay wurde für die Deutsche Studierenden-Nationalmannschaft zur reinen Medaillenfahrt. In acht Rennen holten die Aktiven aus der Bundesrepublik gleich acht Mal Edelmetall (vier Mal Gold, zwei Mal Silber, zwei Mal



Louis Wolf und Sofia Wiedenroth freuten sich bei der WUC Radsport über ihre Medaillen

## WUC 2016 mit geplanter deutscher Beteiligung

**12.03.2016**

Crosslauf, Cassino (ITA)

**16.-20.03.2016**

Radsport, Tagaytay (PHI)

**01.-05.06.2016**

Bogenschießen, Ulaanbaatar (MGL)

**23.-26.06.2016**

Golf, Brive-la-Gaillarde (FRA)

**29.06.-02.07.2016**

Reiten, Flyinge (SWE)

**03.-10.07.2016**

Futsal, Goiania (BRA)

**13.-17.07.2016**

Beachvolleyball, Pärnu (EST)

**30.07.-04.08.2016**

Orientierungslauf, Miskolc (HUN)

**07.08.2016**

Triathlon, Nyon (SUI)

**10.-13.08.2016**

Karate, Guimaraes (POR)

**22.-28.08.2016**

Bridge, Lodz (POL)

**02.-04.09.2016**

Rudern, Poznan (POL)

**08.-11.09.2016**

Wasserski, Akita (JPN)

**12.-18.09.2016**

Badminton, Ramenskoje (RUS)

**14.-18.09.2016**

Sportschießen, Bydgoszcz (POL)

**24.-27.09.2016**

Kanu Sprint, Cuernavaca (MEX)

**12.-16.10.2016**

Sportklettern, Shanghai (CHN)

**25.-30.10.2016**

Ringen, Corum (TUR)

**13.-17.11.2016**

Gewichtheben, Merida (MEX)

Bronze). Vor allem Romy Kasper (Uni Leipzig/Straße) und Sofia Wiedenroth (HS Ansbach/Mountainbike) glänzten mit je zwei WUC-Titeln. Bei den Männern freuten sich Alexander Weifenbach (FH Köln/Straße) und Louis Wolf (HTW Aalen/Mountainbike) über Silber und Bronze.

Im Juni 2016 folgen aus deutscher Sicht mit der WUC Bogenschießen, der WUC Golf und der WUC Reiten drei weitere sehr aussichtsreiche Veranstaltungen für die deutschen Studierenden.

Im Juli 2016 wird es für die Studierenden-Nationalmannschaft Futsal ernst. Das deutsche Team, das mit der neu gegründeten Futsal-Nationalmannschaft des DFB zu gut 70 Prozent übereinstimmt, reist nach Brasilien. „Die Studierenden-Nationalmannschaft wird versuchen, ihre starke Leistung der

WUC 2014 zu wiederholen und weitere internationale Erfahrung für den deutschen Futsal zu sammeln“, so Thorsten Hütsch.

Unter besonderen Vorzeichen steht die WUC Beachvolleyball vom 13. bis 17. Juli 2016 in Estland. Neben den guten sportlichen Aussichten des deutschen Teams, das seit 2002 bei jeder WUC-Beachvolleyball mindestens eine Medaille feiern konnte, liegt der Fokus auch auf der deutschen Delegationsleitung. Sie wird die Veranstaltung intensiv nutzen, um alle Nationen zur WUC Beachvolleyball 2018 nach München einzuladen (vgl. S. 5f).

Zum Ende der WUC-Saison, im August und September 2016, lassen die deutschen Studierenden vor allem bei den WUC Rudern und Sportschießen eine hohe Zahl an Top-Platzierungen erwarten. Auch bei der WUC Orientierungslauf sieht adh-Sportdirektor

Thorsten Hütsch Chancen für eine positive Überraschung. Bei den WUC Triathlon, Karate und Badminton werden erfahrungsgemäß ebenfalls starke deutsche Teams antreten, die der adh in enger Abstimmung mit den zuständigen Fachverbänden auswählt.

Neben den oben genannten adh-Sportarten planen auch weitere deutsche Fachverbände, studierenden Spitzensportlerinnen und -sportler auf die WUC zu orientieren. So werden zahlreiche Aktive an den WUC Bridge, Wasserski, Kanu Sprint, Sportklettern, Ringen und Gewichtheben teilnehmen.

Aktuelle Infos und Ergebnisse gibt es auf [adh.de](http://adh.de) und [facebook.com/hochschulsportverband](https://facebook.com/hochschulsportverband)

▪ Thorsten Hütsch, adh-Sportdirektor,  
Julia Frasch, adh-Öffentlichkeitsreferentin

allgemeiner deutscher  
hochschulsportverband



#AKTIV! gegen sexualisierte Gewalt



### Für Respekt und Wertschätzung im Hochschulsport

Im Rahmen des adh-Projekts **#AKTIV!** gegen sexualisierte Gewalt startet im Sommersemester eine Online-Befragung unter den adh-Mitgliedshochschulen. Erste Ergebnisse werden zur Vollversammlung Ende des Jahres vorliegen. Beteiligt Euch und tragt dazu bei, einen Überblick über die Rolle der Thematik im Hochschulsport zu erhalten. Macht mit!

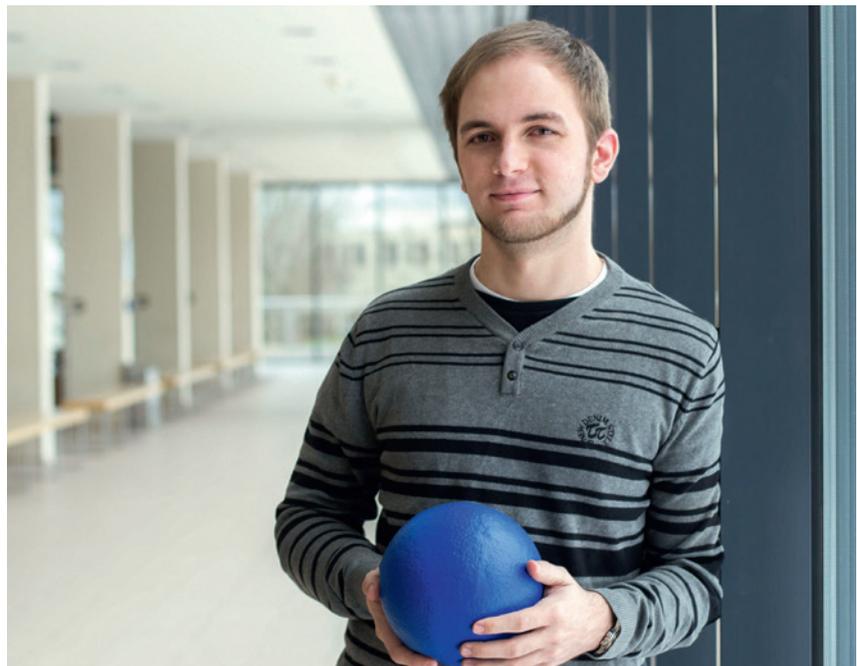
Schon jetzt gibt es im adh-Forum eine moderierte Gruppe: Für Respekt und Wertschätzung im Hochschulsport – **#AKTIV!** gegen sexualisierte Gewalt. Hier besteht die Möglichkeit, sich offen auszutauschen, Fragen zu stellen sowie Hilfestellungen zu geben.

Werde **#AKTIV!** gegen sexualisierte Gewalt und sende uns Dein Foto und Deine Aussage – zeige, dass auch Du die Kampagne unterstützt. Wir freuen uns auf Zusendungen!



## Sportreferate in Deutschland – Wie läuft's in Ilmenau?

René Böttcher studiert im vierten Fachsemester (Masterstudium) Werkstoffwissenschaft an der TU Ilmenau. Der 25-jährige begeisterte Völkerball-Spieler engagiert sich neben seinem Studium seit April 2015 als Referatsleiter „Sport, Umwelt und Gesundheit“ im Studierendenrat. Im Interview verrät René Böttcher seine Beweggründe und spricht über die Arbeit und Ziele im Sportreferat.



René Böttcher – begeisterter Völkerball-Spieler und Referatsleiter für Sport, Umwelt und Gesundheit an der TU Ilmenau

### René, wie bist Du Sportreferent geworden?

Ich hatte einige Jahre bei der Organisation des Erstsportfests zur Studieneinführungswoche des Studierendenrats (StuRa) geholfen, welches durch das Referat organisiert wird. Dabei bin ich immer stärker mit dem Referat in Berührung gekommen. Ein Freund hat mich darauf aufmerksam gemacht, dass ich noch mehr für den Sport tun könnte, wenn ich im Referat mitwirke. Schließlich habe ich mich dazu entschieden, Sportreferent zu werden. Zunächst engagierte ich mich ab Oktober 2014 als stellvertretender Referatsleiter. Seit etwa einem Jahr leite ich das Referat.

### Ist Deine Arbeit ehrenamtlich oder bezahlt?

Die Mitarbeit im Referat ist ehrenamtlich und erfordert kontinuierliches Engagement. Ich bin froh, dass meine Referatsmitglieder viel Tatkraft und Initiative mitbringen. Hinzu kommt, dass wir alle ein Faible für verschiedene Bereiche haben und uns daher auch erfolgreich unterschiedlichsten Projekten widmen können.

### Was sind Deine Aufgaben?

Meine Hauptaufgabe ist die Koordination und Durchführung der einzelnen Projekte des Referats. Hierzu zählt vor allem die För-

derung des Hochschulsports. Das heißt, wir unterstützen Sportlerinnen und Sportler auf organisatorischer und finanzieller Ebene, um ihnen beispielsweise die Teilnahme an Hochschulmeisterschaften und ähnlichen Veranstaltungen zu ermöglichen. Darüber hinaus organisieren wir universitätsinterne Turniere unterschiedlichster Art sowie den wöchentlich stattfindenden Gremiensport. Außerdem ist das Referat verantwortlich für die Fahrradselbsthilfewerkstatt und arbeitet dabei mit den „Ingenieuren ohne Grenzen“ zusammen. Hier kann jeder kostenfrei Spezialwerkzeug nutzen und auf unser Know-how zurückgreifen. Wir haben aber auch eine informierende Rolle. Treten Fragen zum Sportangebot, der Kursbezahlung oder Ähnlichem auf, helfen wir jederzeit gern. Nicht zuletzt Sorge ich dafür, dass die Kommunikation zwischen dem StuRa und dem Uni-

versitätssportzentrum (USZ) funktioniert und so gewährleistet wird, dass der Hochschulsport stetig ausgebaut und verbessert wird. Neben dem Sport sind die Bereiche Umwelt und Gesundheit auch Teil unserer Arbeit. Wir kümmern uns beispielsweise um die Verbesserung des Mensaangebots, geben Informationen über Fair-Trade-Marken und behalten die Mülltrennung und -entsorgung auf dem Campus im Blick.

### Welche Rolle spielt das Sportreferat im Studierendenrat?

Wir sind eines von elf Referaten und haben eine beratende Rolle. Stimmrecht besitzen wir nicht. Durch unsere Arbeit konnten wir jedoch auf politischer Ebene viel für den Sport bewirken. Ein aktuelles Thema ist es, den Ausbau der Kooperation mit dem USZ weiter voranzutreiben.

### Wie läuft denn derzeit die Zusammenarbeit mit dem Hochschulsport?

Durch meine Tätigkeit als Sportkursleiter für Völkerball, Pausenexpress-Trainer sowie durch meine Arbeit als Sportpointer stehe ich in engem Kontakt mit den Mitarbeitenden des USZ. Ich weiß so aus erster Hand, wo es Probleme und Chancen gibt. Wir kennen uns gut, was die Zusammenarbeit sehr viel einfacher und effektiver gestaltet. Ich nehme an Dienstberatungen teil, wo wir über gemeinsame Projekte, wie das alljährliche Weihnachtssportfest, sprechen und diese gemeinsam planen. Aktuell arbeiten wir einen Kooperationsvertrag aus, der die gemeinsame Arbeit künftig erleichtern soll.

### Was war ein besonderes Highlight Deiner bisherigen Amtszeit?

Natürlich stellt jedes große Projekt eine neue Herausforderung dar und ist somit ein Highlight für sich. Am meisten hat mich jedoch die zweimalige Teilnahme am adh-Sportreferateseminar und an der adh-Vollversammlung begeistert. Dabei hat mir der Austausch mit anderen Sportreferentinnen und -referenten sehr viele Impulse für neue Ideen und auch gute Ansätze für bereits bestehende Projekte gegeben. Beispielsweise konnte ich sehr guten Kontakt zu den Thüringer Sportreferenten aufbauen und wir können so an gemeinsamen Projekten arbeiten.

### Was sind Deine weiteren Ziele?

Bisher konnte ich vielen Studierenden in sportlichen Fragen, vor allem auf organisatorischer Ebene, weiterhelfen. Das sehe ich als einen der Kernpunkte meiner bisherigen und zukünftigen Arbeit. Ich möchte aber auch die Zusammenarbeit mit anderen Sportreferaten ausbauen, denn gemeinsam lässt sich mehr erreichen.

### Wie bist Du als Sportreferent auf den adh aufmerksam geworden?

Nach meinem Eintritt in das Sportreferat wurde ich von der Leiterin des USZ, Ulrike

Reinhardt, angesprochen, ob ich mit zur adh-Vollversammlung kommen möchte. Ich war sehr begeistert und habe auch das Sportreferateseminar besucht. Vorher hatte ich nichts vom adh gehört, bin aber froh durch den adh einiges für mich und für meine Arbeit gelernt zu haben.

### Nutzt Du selbst die Angebote des adh?

Ich nutze gern die Gelegenheit, das Sportreferateseminar und die Vollversammlung zu besuchen. Durch meine Tätigkeit als Pausenexpress-Trainer habe ich indirekt mit dem adh zu tun, der das Projekt unterstützt.

### Welchen Sport machst Du am liebsten in Deiner Freizeit?

Ich bin seit mittlerweile fünf Semestern Sportkursleiter für Völkerball. Seitdem ich den Kurs in unser Hochschulsportangebot eingebracht habe, wächst nicht nur meine Begeisterung für diesen Sport, sondern auch die meiner Kommilitoninnen und Kommilitonen. Darüber hinaus spiele ich immer wieder gern die klassischen Sportarten wie Basketball, Fußball oder Badminton, welche regelmäßig Teil des Gremiensports sind.

### Wie gelingt es Dir, Studium und Ehrenamt unter einen Hut zu bekommen?

Ich bin während meiner Studienzeit schon immer sehr aktiv gewesen. Ich arbeite neben dem Studium an der Uni, leite meine Sportkurse und nehme an verschiedenen studentischen Projekten teil. Natürlich bleibt da nicht viel Zeit übrig. Aber besonders der Enthusiasmus für die Aufgaben des Referats, die sich ergebenden Möglichkeiten und das Team, mit dem ich zusammenarbeiten darf, motivieren mich stets aufs Neue.

### Was hast Du durch Deine ehrenamtliche Tätigkeit gelernt, was Dir fürs Berufsleben wichtig erscheint?

Bei der Organisation von Events wird man immer wieder vor große Herausforderungen gestellt. Flexibilität und Organisationstalent



### Fact Box zum HSP der TU Ilmenau

Hochschulsportleiterin:  
Ulrike Reinhardt  
Zahl der Studierenden: ca. 6.435  
Anzahl der Sportarten: ca. 100  
Anzahl der Übungsleitenden: 92  
Kapazität der Hochschulsportkurse:  
ca. 2.800

sowie die Fähigkeit, schnell Entscheidungen treffen zu können oder umzudenken, sind unerlässlich. Durch meine Arbeit konnte ich genau diese Fähigkeiten verbessern. Für mein späteres Berufsleben wird mir dies sicher nützlich sein.

### In welchem Berufsfeld möchtest Du gerne tätig werden?

Mein Ingenieurs-Studium neigt sich dem Ende zu. Ich strebe momentan eine Promotion an und würde dazu gerne an der TU Ilmenau bleiben. Dies würde es mir ermöglichen, auch weiterhin im Referat tätig zu sein. Es macht mir sehr viel Spaß und ich freue mich, dass meine Arbeit geschätzt wird. Auf lange Sicht werde ich Ilmenau vermutlich verlassen und in der Industrie als Ingenieur tätig werden.

### Vielen Dank für das Gespräch!

- Das Interview führte Julia Frasch, adh-Öffentlichkeitsreferentin



# BILDUNGS- PROGRAMM

Seminare  
Workshops



Mentoring  
Netzwerke

Klick rein!

**adh.de**

facebook  
hochschulsportverband

twitter  
@adhGER

**Arbeitstagung der kleinen Hochschulsporteinrichtungen**  
Bewegungsorientierte Gesundheitsförderung

14./15. April 2016  
HS RheinMain/Wiesbaden

**Netzwerktreffen Events**

Der Trend zum Event - Die Rolle des Hochschulsports  
21./22. April 2016  
Uni Potsdam

**Perspektivtagung Hochschulsport**

Die Marke „Hochschulsport“ vor Ort!  
24./25. Mai 2016  
TH Mittelhessen/Bad Nauheim

**Sportreferateseminar**

Bewegtbild im Hochschulsport  
03.-05. Juni 2016  
HS Bremerhaven

**Tandem-Mentoring**

Visualisierung als Kommunikationsinstrument  
10./11. Juni 2016  
Uni Weimar

**Seminar**

Umgang mit besonderen Kunden  
16./17. Juni 2016  
HS Fulda

**Netzwerktreffen Breitensport**

Trends und Entwicklungen  
23./24. Juni 2016  
Uni Bochum

**Pausenexpress**

Schulung für Multiplikatorinnen und Multiplikatoren  
06./07. Juli 2016  
Uni Wuppertal

**Netzwerktreffen Gesundheitsförderung**

Chancen und Möglichkeiten des neuen  
Präventionsgesetzes  
07./08. Juli 2016  
Uni Wuppertal

**Tandem-Mentoring**

Moderations- und persönliche Führungskompetenz  
16./17. September 2016  
Uni Frankfurt am Main

Änderungen vorbehalten!

Weitere Infos und Termine auf [adh.de](http://adh.de)

# AKTION.STERN.

ALLE MODELLE DER AKTION  
[www.ass-team.net](http://www.ass-team.net)



GLA 4MATIC  
2,1 l CDI, 130 kW (177 PS), 7G-DCT (Automatik)  
inkl. extra Satz Winterkomplettreder

für mtl. **385 €\***

NUR NOCH  
**80**



**MONATLICHE KOMPLETTRATE**  
Inklusive Versicherung und Steuern.



**KUNDENSERVICE**  
Persönliche Betreuung, schnelle Bearbeitung



**KEINE KAPITALBINDUNG**  
Anzahlung und Schlussrate entfallen.



**12-MONATSVERTRÄGE**  
Hohe Planungssicherheit. Mit Verlängerungsoption.

## INFOS UND BERATUNG:

ASS Athletic Sport Sponsoring GmbH | Tel.: 0234 95128-40 | [www.ass-team.net](http://www.ass-team.net)

\*mit. Komplettrate, u.a. inkl. gesetzl. MwSt., Kfz-Versicherung, Kfz-Steuer und Rundfunkgebühren. Anzahlung und Schlussrate entfallen. 15.000 km frei im Jahr. Nur solange der Vorrat reicht. Auslieferung nach Verfügbarkeit über: Neuseddin, Essen, Ginsheim-Gustavsburg, Hamburg, Wiedemar, Emmering, Illingen. Gelieferte Fahrzeuge können von der Abbildung abweichen. Keine Mehrausstattung möglich. Stand 02.03.2016.