

01—2025

ALLGEMEINER  
DEUTSCHER  
HOCHSCHULSPORT-  
VERBAND

adh.

# HOCHSCHUL SPORT



Duale Karriere  
**Rhine-Ruhr 2025**  
**FISU Games**  
Gesundheitsförderung

# Wettkampf- termine



**DHM Orientierungslauf**  
04./05.04.2025  
TU Clausthal

**DHP Volleyball (Mixed)**  
03./04.05.2025  
UniBw München

**DHM Boxen  
adh-Trophy Sportboxen**  
09.-11.05.2025  
UniBw München

**DHM Bouldern**  
17.05.2025  
Uni Tübingen

**DHM Kanupolo (Mixed)**  
17./18.05.2025  
Uni Rostock

**DHM Triathlon**  
18.05.2025  
TU & HS Darmstadt

**DHM Bogenschießen**  
24./25.05.2025  
KIT Karlsruhe

**DHM 3x3 Basketball**  
24./25.05.2025  
Uni Marburg

**DHM Rennrad (Straße)**  
25.05.2025  
Uni Würzburg

**DHM Leichtathletik**  
29.05.2025  
Uni Duisburg-Essen

**DHM Badminton  
DHM Roundnet  
DHM Tischtennis**  
29.05.-01.06.2025  
DSHS Köln

**DHM Handball**  
30.05.-01.06.2025  
DHSZ Dresden

**DHM Beachvolleyball**  
02.-04.06.2025  
Uni Kiel

**DHM Tennis (Einzel)**  
10.-12.06.2025  
ZHS München

**DHM Schwimmen**  
14./15.06.2025  
Uni Düsseldorf

**DHM Ultimate Frisbee**  
14./15.06.2025  
HS Fulda

**DHM Fußball KF (Frauen)**  
14./15.06.2025  
Uni Bielefeld

**adh-Open Wellenreiten**  
14.-21.06.2025  
Uni Stuttgart (Seignosse)

**DHM Gerätturnen**  
20./21.06.2025  
Uni Tübingen

**DHM Volleyball (ER)**  
21./22.06.2025  
KIT Karlsruhe

**DHM Basketball (w ER)**  
21./22.06.2025  
Uni Göttingen

**DHM Basketball (m ER)**  
21./22.06.2025  
ZHS München

**DHM Fechten (Team)**  
28./29.06.2025  
DHSZ Dresden

**DHM Rudern**  
04.-06.07.2025  
HS Niederrhein

**adh-Open Floorball**  
05./06.07.2025  
TU Ilmenau

**DHM Golf**  
05./06.07.2025  
FU Berlin

**adh-Open Lacrosse**  
12./13.07.2025  
Uni Bayreuth

**DHM Mountainbike (CC)**  
20.07.2025  
Uni Würzburg

**DHM Straßenlauf 10km**  
26.07.2025  
TU Dortmund

**adh-Trophy Segeln**  
15.-17.08.2025  
HSP Hamburg

**DHM Hockey**  
29.-31.08.2025  
HSP Hamburg

Gesundheitspartner



Alle Veranstaltungen unter Vorbehalt!  
**Weitere Infos auf [adh.de](#)**

## 04 NACHGEFRAGT

- 04 **Studium und Spitzensport: Wie gelingt die Duale Karriere?**  
06 **Doppelt erfolgreich?! Studium trifft Spitzensport**  
10 **Verband im Wandel: Hauptamtlicher Vorstand für den adh?**

## 14 PARTNER

- 14 **Digitale Zukunft: Das neue Buchungssystem des ZHS München**  
15 **Delcom: Erfolgreiche Gestaltung von Digitalisierungsprozessen**  
16 **Gamification: Motivation und Prävention**

## 18 GESUNDHEIT

- 18 **Bewegt studieren:  
Gesundheitsförderung an Hochschulen neu gedacht**  
22 **Entwicklungen: Gesunde Hochschule**

## 26 BILDUNG

- 26 **Perspektivtagung: Impulse für Hochschulsport-Entwicklung**  
28 **Erfolgreiche Organisationsentwicklung**  
30 **Umwelt und Sport Hand in Hand!  
GRIP bietet weiter Unterstützung**  
32 **GreenSportSquad:  
Mehr Nachhaltigkeit am Sportzentrum der Uni Osnabrück**

## 36 WETTKAMPF

- 36 **Team Studi @Rhine-Ruhr 2025 FISU World University Games**

## 46 STUDENTISCH

- 46 **Studentisch begegnen: Neues aus der guten Stube**  
48 **Wer macht mit? Stimmen aus der StuBe**

### Herausgeber

Allgemeiner Deutscher  
Hochschulsportverband e.V.  
Max-Planck-Str. 2  
64807 Dieburg  
Telefon +49 6071 2086-10  
[adh.de](#)

### ISSN-Nummer

1869-4500

### Redaktion und Gestaltung

Julia Frasch  
[frasch@adh.de](mailto:frasch@adh.de)  
Telefon +49 163 2086114

### Fotos

adh-Archiv  
EUSA-Archiv  
FISU-Archiv  
Arndt Falter  
Jens Körner  
Ana Sasse Fotografie  
Bastian Thiery  
Jan Wagner  
Steffie Wunderl  
adobe Stock:  
thakala  
BGStock72  
Drazen  
Prostock-studio  
georgerudy  
Lustre Art Group

### Erscheinungsweise

Zweimal 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  
52. Jahrgang

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



Niklas Walter,  
adh-Öffentlichkeitsreferat

# Studium und Spitzensport: Wie gelingt die Duale Karriere?

**Die Ruhr-Universität Bochum wurde Ende April 2025 zum Treffpunkt des Netzwerks „Studium und Spitzensport“. Zahlreiche Akteurinnen und Akteure aus Hochschulen, Olympiastützpunkten sowie dem Deutschen Olympischen Sportbund kamen zusammen, um über tragfähige Perspektiven für die Duale Karriere zu diskutieren. Im Mittelpunkt der Tagung standen nicht nur bewährte Ansätze, sondern auch aktuelle Forschung, neue Projekte und die persönlichen Erfahrungen aktiver und ehemaliger Athletinnen und Athleten.**

## Zwischen Studienalltag und sportlicher Spitzenleistung

Die Frage, wie sich Studium und Spitzensport besser aufeinander abstimmen lassen, beschäftigt das Netzwerk „Studium und Spitzensport“ seit vielen Jahren. Die Fachtagung bot eine Plattform, um konkrete Herausforderungen und Best Practices auszutauschen – von der Studienberatung über flexible Hochschulstrukturen bis hin zur Rolle der Olympiastützpunkte.

## Die Hochschule als Möglichmacherin

Prof. Dr. Kornelia Freitag, Prorektorin für Lehre und Studium an der Ruhr-Universität Bochum, betonte in ihrer Begrüßung die besondere Stellung studentischer Athletinnen und Athleten: Sie seien einerseits Studierende wie alle anderen – und

zugleich solche, die außergewöhnliche Leistungen erbringen und entsprechende Unterstützung verdienen. Diese Haltung spiegelt sich auch in den wachsenden Bemühungen zahlreicher Hochschulen wider, passende Rahmenbedingungen für die Duale Karriere zu schaffen.

## Forschung schafft Orientierung

Ein zentrales Anliegen der Tagung war es, aktuelle Erkenntnisse aus Wissenschaft und Praxis zusammenzubringen. Dr. Barbara Halberschmidt und Laura van de Loo von der Universität Münster stellten erste Ergebnisse einer laufenden Studie zur Vereinbarkeit von Studium und Spitzensport vor. Deutlich wurde: Neben flexiblen Studienbedingungen spielt die Sichtbarkeit des Themas an Hochschulen eine entscheidende Rolle für eine

gelingende Unterstützung. Ziel der Untersuchung ist es, belastbare Empfehlungen für Hochschulen abzuleiten und das System nachhaltiger aufzustellen.

## Impulse aus der Praxis: Stipendien und Beratung

Die Verbindung von finanzieller Förderung und individueller Betreuung verdeutlichten Sarah Seidl und Larissa Schilde von der Universität Mannheim anhand des Spitzensport-Stipendiums der Metropolregion Rhein-Neckar. Ergänzend dazu stellte Fanny Rinne, Hockey-Olympiasiegerin und Laufbahnberaterin, praxisnah dar, wie gezielte Beratung am Olympiastützpunkt die Duale Karriere wirkungsvoll begleiten kann.

## Partnerhochschulen des Spitzensports im Wandel

Die Partnerhochschulen des Spitzensports sind ein zentraler Pfeiler im System der Dualen Karriere. Prof.

Dr. André Schneider (HS Mittweida) erinnerte an die Gründungsphase des Netzwerks im Jahr 1999 und unterstrich dessen Bedeutung als strukturelles Fundament für die Vereinbarkeit von Studium und Spitzensport.

Dr. Sven Baumgarten vom DOSB hob die Notwendigkeit hervor, bestehende Kooperationsverträge weiterzuentwickeln und verbindlicher zu gestalten – insbesondere angesichts der Tatsache, dass rund 80 Prozent der geförderten Athletinnen und Athleten eine Hochschulzugangsberechtigung mitbringen. Es müsse dann darum gehen, diesen jungen Menschen auch ein Studium zu ermöglichen.

## Doppelte Belastung als doppelte Chance

Ein besonders eindrückliches Beispiel für das Gelingen der Dualen Karriere lieferte der paralympische Rollstuhlbasketballer Nico Dreimüller. Der Jura-Absolvent der Goethe-

Universität Frankfurt und Bronzemedallengewinner der Spiele in Paris 2024 berichtete offen über die Belastungen – aber auch die gegenseitige Stärkung von Sport und Studium. Die Unterstützung durch den Olympiastützpunkt Hessen sei für ihn ein entscheidender Erfolgsfaktor gewesen.

## Ausblick: Zusammenarbeit weiter stärken

Für den adh-Generalsekretär Benjamin Schenk war die Fachtagung ein „gelungener Kick-Off“ zur Intensivierung der Netzwerkarbeit im Bereich der Dualen Karriere. Die Kombination aus wissenschaftlichen Erkenntnissen, praxisnahen Einblicken und persönlichen Perspektiven habe neue Motivation geschaffen, die bestehenden Strukturen weiterzuentwickeln. Besonders dankte er dem Hochschulsport Bochum für die organisatorische Unterstützung sowie dem Olympiastützpunkt Hessen für die Einbindung der Athletinnen und Athleten.



Nico Dreimüller – erfolgreich im Sport und Studium

## Mehr im adh-Podcast

Auch in der Juniausgabe des adh-Podcasts „adh On Air“ steht das Thema Duale Karriere im Mittelpunkt. Nico Dreimüller war im Aufnahmestudio zu Gast und hat aus erster Hand von seinen Erfahrungen als studentischer Spitzensportler im Rollstuhlbasketball berichtet. Darüber hinaus gibt es spannende Infos zu den Rhine-Ruhr 2025 FISU World University Games.



**adh  
ON AIR**



# Doppelt erfolgreich?! Studium trifft Spitzensport

Sportpublizistik-Student  
Nikolas Hajdu  
im Gespräch mit dem  
adh-Vorstandsvorsitzenden  
Jörg Förster



**Jörg Förster steht für die Duale Karriere wie kein anderer. Der adh-Vorstandsvorsitzende war 2003 der erste Spitzensportbeauftragte an einer deutschen Hochschule und hat am Hochschulstandort Hamburg ein Programm mit eingeführt, das seit 1999 bundesweit studierende Spitzensportlerinnen und -sportler dabei unterstützt, Spitzensport und Studium gleichzeitig zu meistern. Im Interview erzählt er, warum andere Länder Deutschland an manchen Stellen dennoch voraus sind und stellt eine klare Forderung an den Sport.**

**Herr Förster, wird für Spitzensportlerinnen und -sportler an deutschen Hochschulen genug getan, um ihre Erfolgschancen zu optimieren?**

In Ländern wie Rumänien, Portugal oder Frankreich werden Aktive ganz anders wertgeschätzt. Dort ist sportlicher Erfolg ein Gratifikationskriterium und erhöht maximal den gesellschaftlichen Status. Die Hochschulen sind stolz auf ihre Aktiven und diese haben somit weniger Probleme mit der Dualen Karriere. In Deutschland gibt es keine Hall of Fame an den Hochschulen, die ihre Sportlerinnen und Sportler als besondere Aushängeschilder, auch nach dem akademischen Abschluss, betrachtet. Wir haben in Deutschland auch an den Hochschulen ein eher kritisches Verhältnis gegenüber Spitzensport, und dadurch entstehen andere Rahmenbedingungen. Es gibt inzwischen einige Länder, die den „EU Guidelines for Dual Career“ aus dem Jahr 2012 folgend ein Programm aufgelegt haben, das einen gesetzlichen Rahmen für Hochschulen schafft, sportförderlich zu handeln. Von Asien möchte ich an dieser Stelle erst gar nicht sprechen, da die Aktiven dort ganz anders als Leistungstragende und politische Darstellerinnen und Darsteller inszeniert werden.

**Sie engagieren sich in verschiedenen internationalen Gremien für die Duale Karriere. Haben Sie so auch einen Blick auf die Situation in den USA bekommen und wenn ja, wie würden Sie diese mit Deutschland vergleichen?**

Die Sportsysteme sind sehr unterschiedlich. Das klassische Vereinssystem wie in Deutschland mit dem Sport als unabhängiges System neben den anderen Systemen der Gesellschaft ist einzigartig. Im angloamerikanischen Raum ist der Sport Teil des Bildungssystems. Dies birgt sicherlich auch negative Aspekte. Die Kommerzialisierung der National Collegiate Athletic Association ist das Paradebeispiel für die Kommerzialisierung des Menschen. Der geförderte Bildungsabschluss ist eine Ware, für die ich meinen Körper und meine Leistung zur Verfügung stelle. Durch gute sportliche Leistung besteht die Chance auf ein Stipendium, für das andere Studierende hohe Gebühren zahlen müssen. Im Gegenzug dazu verkauft man aber alle Werberechte an das System, Leistungssportlerinnen und -sportler werden zum Humankapital der Hochschulen.

Das Thema Duale Karriere ist aber auch in Deutschland schon lange angekommen. Wenn man schaut, wie viele Aktive bei den Olympischen Spielen eine akademische Ausbildung haben, liegt die Quote bei rund 60 Prozent. Das liegt in manchen Sportarten auch daran, dass das Hochleistungsalter sich erhöht hat. Man braucht also länger, um in die Medaillentränge zu kommen, und ist nicht mit 22 Jahren fertig mit dem Spitzensport, um sich dann auf die berufliche Karriere zu fokussieren. Auch deswegen ist es umso wichtiger, dass Programme wie „Partnerhochschulen des Spitzensports“ existieren, damit die Aktiven danach in das Berufsleben

starten können. Übrigens weisen Studien nach, dass sich bei einer Dualen Karriere beide Bereiche gegenseitig positiv beeinflussen.

**Können Sie erläutern, wie es damals zur Einführung dieses Programms kam?**

1999 haben sich der adh und der Deutsche Leichtathletik-Verband Gedanken darüber gemacht, wie Spitzensportlerinnen und -sportler gefördert werden können. Die Förderung war in den Studienordnungen nicht vorgesehen und studierende Aktive galten nicht als Gruppe mit besonderem Förderungsbedarf. Ziel war es, analog zu den Eliteschulen des Sports, die Hochschulen dazu zu motivieren und zu verpflichten, studierende Spitzensportlerinnen und -sportler zu unterstützen. Diese Vereinbarung wurde dann in einem Vertrag mit dem Namen „Partnerhochschulen des Spitzensports“ festgehalten. Die Grundidee hierbei war es, ein einheitliches Vertragswerk zu schaffen, in dem bestimmte Unterstützungsleistungen enthalten sind. Getragen wird das Programm durch Partner vor Ort, wie den Olympiastützpunkten mit ihren Laufbahnberaterinnen und -beratern oder den Studierendenwerken, die fallweise spezielles Essen oder Wohnheimplätze anbieten. Dieses Vertragswerk ist dann relativ schnell gewachsen und hat sich inhaltlich immer wieder den Erfordernissen der Dualen Karriere angepasst.

**Welchen Aufgaben widmen Sie sich in Bezug auf das Programm**



### „Partnerhochschulen des Spitzensports“?

In den vergangenen 21 Jahren habe ich mich in meinen verschiedenen Rollen in unterschiedlicher Art damit beschäftigt. Zu Beginn habe ich unmittelbar Aktive betreut. Mittlerweile bin ich eher für das Lobbying und die Sportpolitik gegenüber anderen Institutionen zuständig. Ich bin Ansprechpartner des adh gegenüber Partnern, wie dem Bundesministerium des Innern und anderen Gremien in Politik und Sport.

**Es gibt aktuell rund 1.200 Spitzensportlerinnen und -sportler an deutschen Hochschulen. Wie kann man sich eine individuelle Betreuung der Aktiven vorstellen?**

Nicht alle studierenden Spitzensportlerinnen und -sportler sind an ihrer Hochschule bekannt, da sie nicht alle die Hilfe in Anspruch nehmen. Im Normalfall läuft es so ab, dass die Olympiastützpunkte den Ansprechpersonen an der jeweiligen Hochschule melden, wie viele Aktive in welchen Fächern an der Hochschule eingeschrieben sind. Da es eine Vielzahl an Fächern gibt, benötigt es auch immer unterschiedliche Ansprechpersonen, was eine Herausforderung sein kann.

Die Betreuung sieht in der Regel so aus, dass die Laufbahnberatern der Olympiastützpunkte die Hauptaufgabe übernehmen. Sie planen die optimale Verbindung von Spitzensport und Studium. Das wird dann häufig auch von Mentorinnen und Mentoren oder Studierendenberatungen an den Hochschulen begleitet. Die Aktiven wenden sich mit ihrem Problem direkt an die Ansprechperson vor Ort. Der Klassiker ist, dass ein Trainingslager stattfindet und zeitgleich eine Klausur geschrieben werden muss. Durch die COVID-19-Pandemie hat es hier aber eine steile Lernkurve gegeben, sodass die Flexibilisierung nicht mehr nur ein Thema für studierende Athletinnen und Athleten ist. Die Verteidigung der Bachelor-Thesis findet für Studierende im Rahmen

meiner Lehrtätigkeit an der Hochschule Wismar beispielsweise vorwiegend online statt.

**Sie haben gesagt, dass Sie mit dem Bundesinnenministerium im Kontakt stehen. Gibt es Punkte, bei denen Sie sich von der Politik mehr Unterstützung wünschen?**

Es wäre natürlich gut, wenn es auch von künftigen Bundesministerien und Fachbehörden ein Engagement für das Thema gibt. Dass sich das Bundesministerium des Innern engagiert, ist klar, da dies systemimmanent durch die Verantwortung für den Leistungssport ist. Von Ministerin Stark-Watzinger haben wir in ihrer Zeit im Wissenschaftsministerium aber gar nichts dazu gehört.

Es gibt auch Erklärungen aus dem Sportausschuss des Bundestags oder von der Hochschulrektorenkonferenz. Mit den Rhine-Ruhr 2025 FISU World University Games haben wir eine Veranstaltung, die wie keine andere für die Duale Karriere steht. Die Unterstützung liegt zum Beispiel darin, dass wir Mittel zur wissenschaftlichen Untersuchung der Dualen Karriere bereitgestellt bekommen. Es gab dazu vor vielen Jahren schon Studien, die inzwischen veraltet sind. Auch wegen den Veränderungen in den vergangenen Jahren muss das Bedingungsgefüge für die Duale Karriere von heute untersucht werden. Dadurch kann ermittelt werden, was möglicherweise künftig politisch gemacht werden muss.



### Und zwar?

Eine stärker individualisierte Betreuung. Wenn man Personen wie mich braucht, die an Hochschulen als Türöffner für die Aktiven dienen können, dann müssen diese Stellen auch finanziert werden. Diese Stelle ist erst einmal nicht etatisiert an Hochschulen und insofern ist das ein Thema in der Diskussion mit der Politik.

**Wie wird das Programm evaluiert? Wie wird überprüft, ob Vertragsinhalte eingehalten werden, und gibt es Konsequenzen, wenn nicht?**

Evaluiert wird bisher leider nicht wirklich, da die Mittel hierfür fehlen. Wenn im Einzelfall Probleme entstehen, suchen wir den Austausch mit den jeweiligen Ansprechpersonen. Aber zum Glück ist das noch nicht oft vorgekommen. Es gibt natürlich immer Fälle, die auch in den Medien kritisch dramatisiert werden. Aber man muss immer hinterfragen, woran solche Dinge scheitern. Wenn man den nötigen Planungsvorlauf einhält, kommt es immer seltener vor, dass etwas nicht funktioniert. Manchmal sind die Erwartungen an Flexibilität von formal sehr starren Konstrukten an den Hochschulen eben limitiert, und es lässt sich nicht jeder Wunsch erfüllen. Häufig heißt es dann, das ganze Programm funktioniere nicht. Einzelfälle lassen sich bei der hohen Anzahl an Absolventinnen und Absolventen nicht ausschließen und man muss dann schauen, was genau nicht funktioniert. Eine Schwäche dieses Vertragswerks ist aber tatsächlich, dass wir kein Kontrollsystem mit Sanktionen haben.

**In welchen Bereichen der Förderung sehen Sie noch Optimierungsbedarf?**

Im Vergleich zu den Studienplätzen im Bachelor gibt es im Master deutlich weniger Plätze. Auch wenn der Nachteilsausgleich bei Studienplätzen mit Qualifikationsnote immer noch ein Thema ist, gibt es in den meisten Bundesländern mittlerweile

einen bestimmten Anteil an Studienplätzen, die sogenannte Profilquote, die für Spitzensportlerinnen und -sportler vorgehalten werden. Das gilt aber nur für die grundständigen Studiengänge im Bachelor und nicht im Master. Deshalb ist es häufig schwer, einen Masterplatz zu bekommen. Für die zentral vergebenen Studiengänge gibt es noch keine befriedigende Lösung, weil Spitzensportlerinnen und -sportler eben auf die Zuweisung an einen bestimmten Studienstandort angewiesen sind.

Tatsächlich sehe ich aber eine zentrale Herausforderung im Sportsystem selbst. Ein Problem ist, dass in den Zielvereinbarungen der Trainerinnen und Trainer in der Regel nichts zur Dualen Karriere steht. Da der eigene Beruf von der Platzierung abhängt, ist es für die Trainer erst einmal nicht relevant, ob die Aktiven eine Klausur bestehen oder nicht. Zudem fehlt es im Sport auch häufig an Flexibilität. Ein Beispiel hierfür sind traditionelle Trainingslager, die seit Jahren zur gleichen Zeit am gleichen Ort stattfinden und immer mit den gleichen Klausurenphasen kollidieren. Man hat es fallweise nicht geschafft, solche Trainingslager nur um eine Woche zu verlegen, um diese Terminkollision zu vermeiden.

Das Bildungssystem hat sich dagegen in den vergangenen Jahren stark flexibilisiert und studierende Spitzensportlerinnen und -sportler werden als Studiengruppe mit besonderem Bedarf anerkannt. Trotzdem gibt es gewisse Dinge, die sich nicht verlegen lassen. Den Schlüpfzyklus der Fruchtfliege kann man nicht verlegen, ein Trainingslager unter Umständen schon.

Die These, dass Aktive mit hohem Trainingsaufwand nicht Medizin studieren können, ist längst widerlegt, was Absolventinnen und Absolventen der letzten 20 Jahre beweisen. Dafür muss der Sport nur eben genau so flexibel werden wie die Hochschulen und das Bildungswesen.

### SportSirene

Das Interview führte Nikolas Hajdu für die aktuelle Ausgabe der SportSirene, die sich aus verschiedenen Perspektiven dem Thema Duale Karriere widmet.

Die SportSirene ist eine Online-Publikation von Studierenden des Bachelorstudiengangs Medien und Kommunikation am Institut für Sportwissenschaft der Universität Tübingen.



**SPORT  
SIRENE**

**Welche Entwicklungen wünschen Sie sich noch, um eine bessere Förderung zu gewährleisten?**

Es ist wichtig, dass bei der Berichterstattung über Sportlerinnen und Sportler nicht nur die Leistungen im Sport erwähnt werden. Es muss auch erzählt werden, welchem Studiengang an welcher Universität nachgegangen wird, da das im Endeffekt dazu führt, dass die Hochschulen eine andere öffentliche Wahrnehmung bekommen. Die meisten Menschen glauben, Spitzensportlerinnen und -sportler verdienen viel Geld und reisen viel, das ist aber in der Regel nicht so. Hauptsächlich muss die öffentliche Meinung darauf gelenkt werden, dass die Duale Karriere eine besondere Leistung ist, die ein Engagement von vielen Beteiligten benötigt. Ich würde mir auch wünschen, dass der organisierte Sport die Leistung dieses Vertragswerks stärker anerkennt und einen konstruktiven Beitrag zu dessen Gelingen leistet.



# Verband im Wandel: Hauptamtlicher Vorstand für den adh?

Juri Ramke,  
Uni Oldenburg, Mitglied der  
adh-Satzungskommission

**Die Anforderungen an den adh haben sich in den letzten Jahrzehnten grundlegend verändert, immer begleitet von Diskussionen über passende Strukturen. Mit dem Beschluss der Vollversammlung 2024 rückt eine Möglichkeit eines tiefgreifenden Wandels in den Fokus. Ein hauptamtlicher Vorstand und ein ehrenamtliches Aufsichtsgremium sollen den adh zukunftsfähig aufstellen. Doch wie kann dieser Schritt gelingen, und was bedeutet er für den adh und seine Mitglieder?**

## Nichts ist so beständig wie der Wandel

Für diese Erkenntnis könnten wir in der Zeit zurückreisen und bei Heraklit oder Schopenhauer nachfragen. Für den adh genügt der Blick auf die letzten 25 Jahre, um zu sehen, dass sich die Anforderungen an den Verband und die Handlungsfelder, in denen er tätig ist, stark verändert und erweitert haben. Zudem hat sich die Dynamik dieser Veränderungen in den letzten Jahren beschleunigt. Damit Schritt zu halten, ist für komplexe Organisationen wie Verbände nicht einfach. Die Orientierung auf neue Themen braucht Zeit und bindet Ressourcen. Das gilt im adh gleichermaßen für die Geschäftsstelle wie für die ehrenamtlichen Gremien und hier besonders den Vorstand, dessen Kapazitäten durch die zunehmende Komplexität der administrativen und strategischen Aufgaben schon seit Jahren stark gefordert und teilweise überlastet sind. So hinkt der adh in der Wahrnehmung wenigstens eines Teils seiner Mitgliedschaft den Entwicklungen zu oft hinterher.

## Wandel gestalten

In vielen Diskussionen und mehreren Versuchen der Anpassung der Verbandsstrukturen, beispielsweise

in einem mehrjährigen Strukturprozess und aktuell mit der Strategie 2030, wurde daran gearbeitet, die Verbandsstrukturen zu modernisieren und den Anforderungen anzupassen. Nach Ansicht eines Teils der adh-Mitgliedschaft haben diese Versuche nicht zu einer grundlegenden Verbesserung der Situation geführt. In Bezug auf die Führung des Verbands könnten beispielsweise nicht besetzte Vorstandsämter und vorzeitige Rücktritte als Beleg dafür gesehen werden.

Unter diesem Eindruck wurde bereits in der Entwicklung der Strategie 2030 über die Einführung eines hauptamtlichen Vorstands für den adh diskutiert und formuliert ("Wir stellen den Verband zukunftsorientiert auf"). Dabei wurde aber auch deutlich, dass die Weiterentwicklung und Umsetzung einer Gesamtstrategie parallel zur Vorbereitung und Begleitung der Rhine-Ruhr 2025 FISU World University Games für die Gremien und die Geschäftsstelle nicht leistbar ist.

Mit dem Ziel, das Thema zeitnah weiterzubringen, haben die Universitäten Münster und Göttingen zur Vollversammlung 2024 einen Antrag gestellt, in dem der Vorstand beauftragt wird, bis zur Vollversammlung 2025 eine beschlussfähige Vorlage

zur Bestellung eines hauptamtlichen Vorstands und eines ehrenamtlichen Kontrollgremiums zu erarbeiten.

In dieser Struktur wäre der hauptamtliche Vorstand für das operative Geschäft und die strategische Umsetzung verantwortlich, während das ehrenamtliche und möglichst paritätisch besetzte Kontrollgremium die strategische Ausrichtung des Verbands übernimmt. Aus Sicht der Antragstellerinnen und Antragsteller würde die klare Trennung von Exekutive und Aufsicht für Transparenz und eine gezielte Steuerung des Verbands sorgen. Außerdem soll so eine deutliche Entlastung der ehrenamtlichen Mitglieder des dann neuen Aufsichtsgremiums erreicht werden.

## Beschluss der Vollversammlung 2024

In der Vollversammlung wurde der Antrag überarbeitet und mit großer Mehrheit beschlossen. Der Vorstand hat danach eine Satzungskommission berufen, die sich aus Vertretenden des adh-Vorstands, der Geschäftsstelle, des Länderrats, der AG Finanzen sowie der antragstellenden Hochschulen zusammensetzt. Hauptamtliche und Studierende sollen in der Kommission bis zur Vollversammlung 2025



Dynamische Veränderungen prägen den adh

einen Entwurf erarbeiten, der die finanziellen Rahmenbedingungen des Verbands berücksichtigt. Die Beteiligung der Mitgliedshochschulen am Prozess der Erarbeitung soll über die Landeskongressen, den Länderrat und die Perspektivtagung sichergestellt werden.

## Bisherige Arbeit der Kommission

In den ersten Sitzungen wurde deutlich, dass das Vorhaben mehr als nur einer redaktionellen Anpassung der bestehenden Satzung bedarf. Von der Einführung eines hauptamtlichen Vorstands sind Strukturen und Arbeitsweisen in vielen satzungsgemäßen Organen des Verbands betroffen. Die Satzungskommission hat sich deshalb entschieden, den Schwerpunkt zunächst auf die Entwicklung der äußeren Form einer möglichen neuen Satzung zu legen. Dabei wurde sie durch den Juristen Stefan Wagner von der DOSB-Führungsakademie unterstützt. Stefan Wagner hat den Satzungsentwurf in seiner aktuellen Form auf Grundlage der aktuellen Satzung des adh, der oben geschilderten Zielsetzung und der aktuellen rechtlichen Rahmenbedingungen – die ohnehin eine Anpassung der Satzung erfordert hätten – erarbeitet und in mehreren Onlinetreffen mit der Kommission diskutiert und angepasst. Die Satzungskommission hat sich zusätzlich mehrmals ohne Stefan Wagner getroffen, um den jeweils aktuellen Stand des Entwurfs mit Blick auf den adh zu reflektieren und Änderungs- und Ergänzungsbedarf zu formulieren.

Dieser erste Entwurf wurde der Mitgliedschaft bei der Perspektivtagung in Fulda vorgestellt und dort diskutiert.

## Die nächsten Schritte

Unter anderem in dieser Diskussion wurde deutlich, dass für viele die für eine Meinungsbildung entscheidenden Fragen mit dem Entwurf nicht vollständig gestellt und erst recht





Segel setzen – Wandel gemeinsam gestalten

nicht beantwortet sind. Die äußere Form des Satzungsentwurfs kann keine leere Hülle bleiben. Die Facetten des Für und Wider eines hauptamtlichen adh-Vorstands werden nach Auffassung der Kommission besser sichtbar, wenn mögliche konkrete Ausgestaltungen anhand von Beispielen aus anderen Verbänden und der personellen und finanziellen Möglichkeiten des adh diskutiert werden. Dazu wird sie externe Expertise von Menschen einholen, die den adh kennen und in anderen Verbänden die Einführung eines hauptamtlichen Vorstands begleitet haben.

Das nächste Zwischenziel ist die Beschreibung verschiedener Modelle für die Größe und Besetzung des Vorstands sowie die Prüfung ihrer Umsetz- und Finanzierbarkeit. Unter anderem wird die Aufgabenverteilung zwischen hauptamtlichem Vorstand, der Geschäftsstelle und dem neuen Aufsichtsrat thematisiert werden. Diskutiert werden muss auch die Frage, wie wirksam die

unterschiedlichen Konstruktionen für die Ziele der Strukturänderung in Bezug auf die Arbeits- und Zukunftsfähigkeit des adh sein können.

Die Modelle sollen der Mitgliedschaft dann wieder zur Diskussion vorgelegt werden. In den Landeskonferenzen und im Länderrat sollen im Herbst die Rückmeldungen aus den Hochschulen gesammelt werden. Diese fließen in die Erarbeitung der Vorlage für die Vollversammlung 2025 ein. Nicht nur für adh-Verhältnisse ist das ein ambitionierter Zeitplan.

### Gemeinsam an Ziel!

Wie in der übrigen Mitgliedschaft gibt es in der Satzungskommission keine einheitliche Meinung zur Einführung eines hauptamtlichen Vorstands für den adh. In den Sitzungen wird auch immer wieder deutlich, dass ein solcher Schritt nicht die Lösung aller Probleme des Verbands, sondern bestenfalls ein Baustein dazu sein kann. Die Frage,

welchen adh wir in Zukunft haben wollen und damit die Fragen des Strukturprozesses und der Strategie 2030 sind gleichzeitig Teil und Rahmen des Diskurses über die zukünftige Verbandsstruktur.

Nichts ist so beständig wie der Wandel und die Herausforderung, ihn gemeinsam zu gestalten.

### Weitere Infos...

...finden Sie im Konzeptentwurf zur adh-Satzung.



## FOR WORLD CHAMPIONS AND EVERYDAY HEROES

[www.craftsportswear.com](http://www.craftsportswear.com)

Offizieller Ausrüster des adh

**CRAFT**

**adh.**  
ALLGEMEINER  
DEUTSCHER  
HOCHSCHULSPORT-  
VERBAND



# Digitale Zukunft im Hochschulsport: Das neue Buchungssystem des ZHS München

**Die Digitalisierung macht auch vor dem Hochschulsport nicht Halt – und das ist gut so! Ein herausragendes Beispiel ist das aktuelle Projekt am Zentralen Hochschulsport München (ZHS), das seit Oktober 2024 gemeinsam mit dem adh-Softwarepartner UniNow umgesetzt wird: ein digitales Buchungssystem (DBS), maßgeschneidert für die komplexen Anforderungen einer der größten Hochschulsporteinrichtungen Deutschlands.**

## Vom Anforderungs-Workshop bis zum GoLive

„Wir haben das gemeinsame Projekt mit einem intensiven Workshop gestartet, um die besonderen Strukturen, Abläufe und Herausforderungen

des ZHS im Detail zu verstehen“, erklärt Florian Ludwig, Product Owner bei UniNow. Seitdem arbeiten beide Teams eng zusammen – mit zweiwöchentlichen Sync-Calls, um auch kurzfristige Erkenntnisse in die Entwicklung einfließen zu lassen.

Der erste große Meilenstein: Die erfolgreichen GoLives an den Standorten Weihenstephan-Triesdorf, Landshut und Freising. Diese Pilot-Phasen haben gezeigt, wie praxisnah und flexibel das System gestaltet wurde.

Besonders der digitale Umgang mit Verträgen und Abrechnungen sorgte für Erleichterung – keine Papierzettel mehr, keine überfüllten Postfächer, alles zentralisiert und effizient in einem System.

## Kursleiterverwaltung von A bis Z

Ein Highlight ist das zentrale Kursleiter-Dashboard: Hier läuft alles digital – von der Datenerfassung (z. B. IBAN, Steuernummer) über das Hochladen von Lizenzen bis hin zu Vertragsabwicklung, Zeiterfassung und automatisierter Dokumentenerstellung.

## Herausforderungen als Wachstumschance

Auch das ZHS sieht das Projekt als zukunftsweisend. „Veränderung ist nie einfach – das ist wie beim ersten Handstandversuch“, sagt Anahita Martirosjan, Verwaltungsleiterin am ZHS. „Aber wir lernen bei jedem Rückschlag dazu.“ Besonders lobt sie den verlässlichen Support von UniNow: „Das Team war immer zur Stelle – das gibt Sicherheit.“

## Nächste Etappe: GoLive am Hauptcampus

Im Oktober 2025 folgt der nächste große Schritt: Der Start am Hauptcampus – mit neuen Features wie Slotbuchungen für Räume und Equipment, anpassbaren Buchungsfeldern und einem optimierten Kalendersystem mit Raumplan-Integration.

## Fazit

Das neue DBS ist mehr als ein Tool – es steht für moderne, agile und nutzungsorientierte Verwaltungsprozesse im Hochschulsport. Die Zusammenarbeit von ZHS und UniNow zeigt, wie Digitalisierung Prozesse vereinfacht und neue Potenziale schafft. Weitere Hochschulen stehen bereits in den Startlöchern – die digitale Zukunft des Hochschulsports ist in vollem Gange.

Für Infos und Beratung steht das UniNow-Team gerne zur Verfügung!

**Weitere Infos:**  
uninow.de

Saskia Werner, Kooperationsmanagerin



Digitalisierung vereinfacht Prozesse und schafft Potenziale am ZHS München

# Delcom: Erfolgreiche Gestaltung von Digitalisierungsprozessen im Hochschulsport

**Die Anforderungen an den Hochschulsport steigen – von flexibler Buchung über Cashless-Payment bis zu Datenschutz und App-Nutzung. Um diesen Ansprüchen gerecht zu werden, setzen zahlreiche Hochschulen in Deutschland und der Schweiz auf die browserbasierte Softwarelösung des adh-Softwarepartners Delcom.**

## Individuelle Lösungen für vielfältige Anforderungen

„Das Produkt bietet seit vielen Jahren vielfältige Lösungen für den Hochschulsport“, berichtet Johann Rampl, Leiter des Hochschulsports der Uni Regensburg. Besonders überzeugt ihn die technische Weiterentwicklung: „Der Wechsel auf ein browserbasiertes System macht

es flexibel, und die eigens entwickelte App ermöglicht eine intuitive Bedienung auf dem Smartphone.“

Auch an der Universität St. Gallen fiel die Wahl auf Delcom – wegen des breiten Funktionsumfangs. „Das Programm entspricht unseren Anforderungen und bringt klare Vorteile gegenüber bisherigen Tools“, sagt Sandra Ulrich, Leiterin der Administration. Sie lobt die schnelle Verfügbarkeit, die durchdachte Architektur und die durchwegs positive Zusammenarbeit mit dem Delcom-Team.

## Ein System, das mitdenkt

Die Uni Konstanz integrierte Delcom im Rahmen eines umfassenden Digitalisierungsprojekts. Hochschulsportleiterin Petra Borchert betont

die Rolle der IT-Services: „Datensicherheit war essenziell. Zudem wollte unsere Universitätskasse ein breites Angebot an Cashless-Payment integrieren.“ Nach intensiver Prüfung fiel die Wahl einstimmig auf Delcom.

## Partnerschaftlich auf Augenhöhe

Alle Gesprächspartnerinnen und -partner heben die enge und persönliche Zusammenarbeit hervor. „Der direkte Kontakt und die individuelle Betreuung sind besonders“, so Rampl. Ulrich ergänzt: „Trotz Standardisierung bleibt Raum für individuelle Anpassung.“

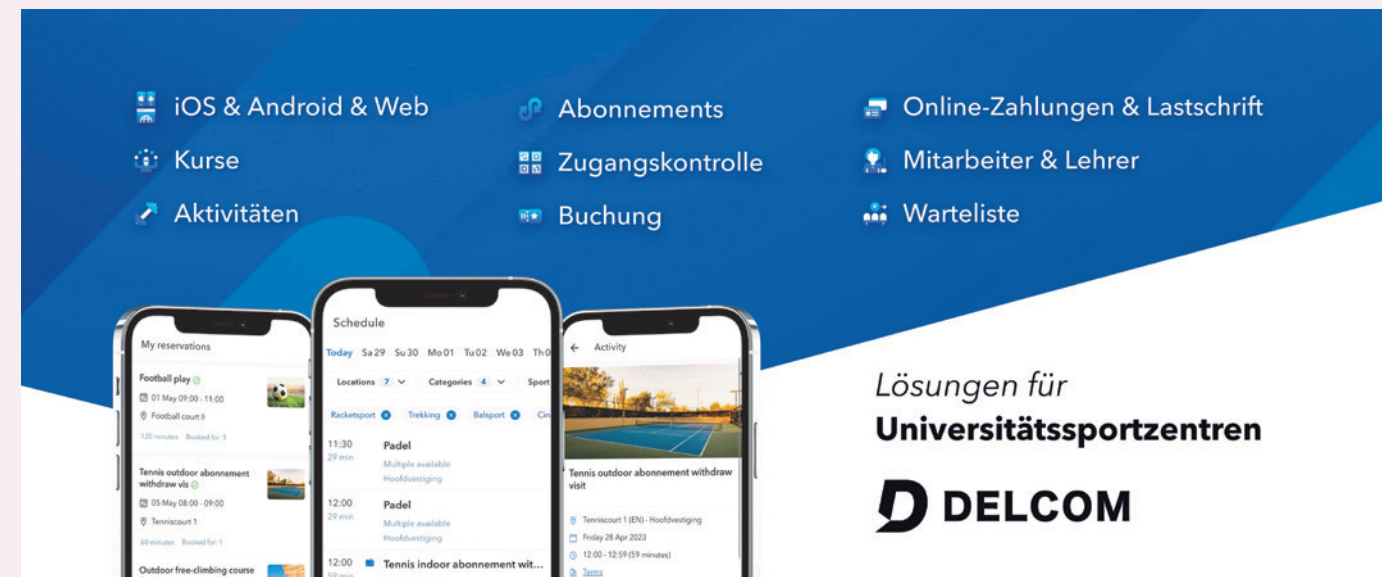
Das Team der Uni Konstanz fühlt sich in guten Händen: „Seit dem Onboarding sind wir in einen strukturierten Ablauf eingebunden. Je tiefer wir ins System eintauchen, desto überzeugter sind wir“, sagt Borchert.

## Fazit

Delcom überzeugt mit Flexibilität, Nutzungsfreundlichkeit und Erfahrung im Hochschulsport.

**Weitere Infos:**  
delcom.nl

Kevin Philippo, kevin@delcom.nl



Delcom bietet passgenaue Lösungen für Hochschulsporteinrichtungen



# Gamification: Motivation und Prävention

**Auch ein innerer Schweinehund spielt gerne. Wer ihm spielerische Anreize und Belohnungen anbietet, merkt, dass er sich wunderbar zähmen lässt. So machen Sport und Bewegung nicht nur mehr Spaß, sondern tragen gleichzeitig zur Gesundheitsprävention bei.**

## Was ist Gamification?

Gamification ist die Übertragung von spieltypischen Elementen und Vorgängen in spielfremde Zusammenhänge. Man meistert eine Challenge – etwa 10.000 Schritte am Tag zu laufen – und erhält eine Belohnung. Die Belohnung kann schlicht die Befriedigung sein, in dieser Woche mehr gelaufen zu sein als in der letzten. Viele Apps

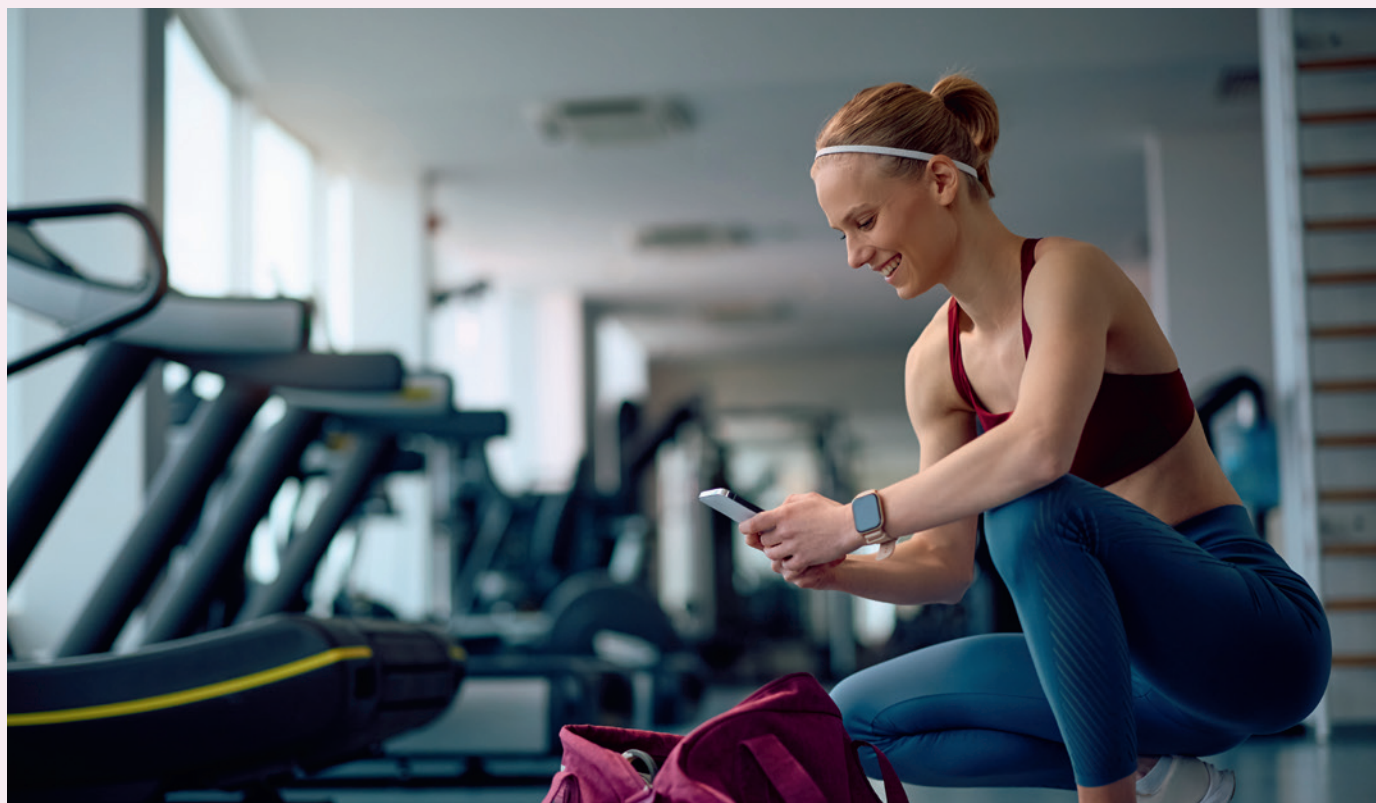
und Spiele arbeiten mit Münzen, Punkten oder was sonst gesammelt werden kann.

Die spielerischen Elemente steigern die Motivation – besonders, wenn monotone Wiederholungsaufgaben erfüllt werden müssen. So ist es naheliegend, dass Gamification längst Einzug in den Sport gefunden hat. Gamification kann helfen, den inneren Schweinehund an die Leine zu nehmen und die extrinsische Motivation im Idealfall in intrinsische – also positive – Motivation zu verwandeln.

Zwei spielerische Elemente erfreuen sich bei Sportlerinnen und Sportlern besonderer Beliebtheit. Zum einen die Fortschrittsanzeige: Sie visuali-

siert Verbesserungen anschaulich, sei es als Liste, Kurve, Balkendiagramm oder in Form eines Fortschrittsbalkens, der den Weg zum Ziel verdeutlicht. Zum anderen die sogenannte Quest: eine Aufgabe, die innerhalb einer bestimmten Zeit zu bewältigen ist. Häufig handelt es sich dabei um ein Rätsel oder eine einfache Herausforderung, die zusätzlich zur Motivation beiträgt. Die Wettbewerbsanreize mit sich selbst oder mit anderen sind immer dieselben, die Plattformen ändern sich. Was früher die Wii war, ist heutzutage die Kombination aus Fitness und Gaming: das Exergaming. Mit VR-Brillen, sensorischen Fitnessmatten und spielerischen Herausforderungen soll Bewegung aufregender und motivierender

**David Schulz,**  
Vorstand der Stiftung  
Sicherheit im Sport



Challenges stiegen die Motivation

werden. „Neue Fitnesserlebnisse“ werden versprochen – letztlich geht es aber immer darum, den Schweinehund zu überlisten.

## Gamification im Fitnessstudio: Motivation trifft Prävention

Viele Fitnessstudios setzen längst Gamification ein, um ihre Mitglieder zu motivieren. So können beispielsweise an Cardio-Geräten Münzen gesammelt werden, je länger man in die Pedale tritt. Dieser Sammelspaß dient nicht nur dazu, die letzten Prozent an Motivation zu mobilisieren, sondern hilft auch dabei, den Fortschritt anhand von Daten und Statistiken zum persönlichen Leistungsstand sichtbar zu machen. Auf diese Weise wird das Risiko einer Überbelastung reduziert und ein optimaler Trainingsreiz gesetzt. Durch das so erfolgte regelmäßige Cardio-Training verbessert sich die Ausdauerleistungsfähigkeit, was sich schnell im Alltag bemerkbar macht. Auf diesem Weg erfolgt spielerisch die Prävention von Herz-Kreislauf-Erkrankungen.

## Spielerisches Training ohne Technik

Übungsleitende können das Aufwärmtraining oder ein Workout unterhaltsamer gestalten: Wie viele Übungen passen in einen Song? Diese Woche mehr als letzte Woche? Oder sie stellen den Timer des Handys auf eine Minute und lassen den Countdown runterzählen: Während der Kniebeugen kann man verfolgen, dass das Ziel nah ist.

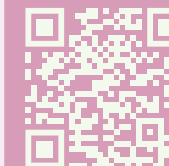
Ein beliebter Motivationsbooster ist das Messen mit anderen. Interne Rankings können helfen, die eigene Leistung besser einzuschätzen. Wichtig ist hierbei, dass der Fokus nicht nur auf dem Wettbewerb liegt, sondern auch darauf, wie die Übungen technisch sauber und sicher ausgeführt werden. Die Regeln des Datenschutzes und die Privatsphäre der Teilnehmenden müssen selbstverständlich eingehalten werden.

## Übermut tut selten gut

So witzig und antreibend Gamification-Ansätze im Sport sind: Auch hier kann zu hohe Motivation zu Verletzungen führen. Daher ist es unabdingbar, auf Körpersignale zu achten und Sport unter der Anleitung qualifizierter Übungsleitender zu treiben. Diese können intervenieren, wenn Übungen unsauber oder in einer zu hohen Intensität ausgeführt werden. Denn nur ein sicherer Sport bringt langfristig Freude und Erfolg – und macht das Münzen sammeln umso schöner!

## Motiviert und sicher trainieren

Mehr Infos dazu gibt es auf der Website der Stiftung Sicherheit im Sport.



Trainingsanreize durch Gamification



Lisa Jung,  
adh-Projektleiterin  
Gesundheitsförderung  
und Julia Fräsch,  
adh-Öffentlichkeitsreferentin



Mehr Bewegung im Studienalltag: Die Initiative Bewegt studieren! geht in die dritte Runde

## Bewegt studieren: Gesundheitsförderung an Hochschulen neu gedacht

**Die langjährige Partnerschaft zwischen adh und der Techniker Krankenkasse (TK) geht in die nächste Runde: Mit der Neuauflage der Initiative Bewegt studieren! startete zum 15. Dezember 2024 eine vierjährige Förderphase. Diese rückt gezielt Themen wie mentale Gesundheit, gesunde Lehre und Nachhaltigkeit in den Fokus – und setzt auf Innovation, Partizipation und strukturelle Verankerung.**

### Gemeinsam für gesunde Hochschulen

Gesundheitsförderung an Hochschulen ist kein neues Thema – doch der Bedarf an nachhaltigen und wirksamen Konzepten wächst stetig. Hochschulen sind Lebenswelten, in denen Studierende und Beschäftigte viel Zeit verbringen. Damit bieten sie ideale Bedingungen für wirkungsvolle gesundheitsbezogene Maßnahmen. Vor diesem Hintergrund setzen adh und TK ihre erfolgreiche Zusammenarbeit im Bereich der Gesundheitsförderung und Prävention an Hochschulen fort: Mit Bewegt studieren! startet eine neue gemeinsame Initiative, die inhaltlich an die Erfolge der vergangenen Jahre anknüpft und gleichzeitig neue Schwerpunkte setzt.

### Rückblick auf eine starke Partnerschaft

Seit dem ersten Projektstart 2016 ist viel passiert: Die Initiative hat es geschafft, Gesundheitsförderung fest im Setting Hochschule zu etablieren. 75 Projekte an 58 adh-Mitgliedshochschulen wurden bisher umgesetzt. Dabei wurden nicht nur konkrete Angebote entwickelt, sondern auch strukturelle Grundlagen

geschaffen – insbesondere durch den kontinuierlichen Einbezug der Zielgruppen in Planung und Umsetzung.

Markus Kerkhoff, Projektverantwortlicher bei der TK, betont die Bedeutung dieser Kooperation: „In der gemeinsamen Initiative mit dem adh setzen wir uns dafür ein, grundlegende Strukturen für ein effektives Gesundheitsmanagement an Hochschulen zu schaffen. Ziel ist es, das Bewegungsverhalten der Studierenden zu fördern und ihre aktive Teilnahme an Projekten zu stärken. Zudem soll das Thema Gesundheit und Bewegung als Schlüsselkompetenz etabliert werden, während der Hochschulsport als zentraler Akteur in der Gesundheitsförderung und im Gesundheitsmanagement an Hochschulen gestärkt wird.“

Auch Jörg Förster, adh-Vorstandsvorsitzender, unterstreicht die strategische Bedeutung der Initiative: „Die Förderung von Studierenden-gesundheit stellt ein zunehmend wichtiges Handlungsfeld für die Mitgliedshochschulen im adh dar. Durch die verstärkte Förderung innovativer Projekte und die Einbindung von Studierenden als Multiplikatorinnen und Multiplikatoren wird

die gemeinsame Initiative, nun unter dem Titel ‚Bewegt studieren!‘, auch weiterhin einen wichtigen Beitrag für die Zukunft des Gesundheitsmanagements an deutschen Hochschulen leisten.“

### Neue Themen – neuer Fokus

Mit dem Start der dritten Förderphase setzen adh und TK gezielt neue Impulse. In der Auftaktsitzung der Steuerungsgruppe definierten Vertretende der TK, der adh-Geschäftsstelle sowie der adh-Mitgliedshochschulen im Februar die Details der strategischen Ausrichtung, die Zielsetzung und inhaltliche Weiterentwicklung.

### Kernthemen: Mentale Gesundheit, Klima und gesunde und Lehre

Der Fokus liegt nun auf den drei Kernthemen mentale Gesundheit, Klima und Nachhaltigkeit sowie gesunde Lehre jeweils in Verbindung mit Bewegungsförderung. Diese thematische Weiterentwicklung reagiert auf aktuelle gesellschaftliche und hochschulische Herausforderungen – nicht zuletzt im Kontext zunehmender psychischer Belastungen und wachsender Anforderungen an nachhaltiges Handeln.



### 50 Projekte über zwei Jahre

In der aktuellen Initiative sollen bis zu 50 innovative und partizipative Hochschulprojekte gefördert werden – mit einem Laufzeitrahmen von April 2026 bis Juni 2028. Die Hochschulen werden bei der Umsetzung sowohl finanziell als auch durch Beratung und Weiterbildungsangebote unterstützt.

### Einzel- und Verbundprojekte

Mit der neuen Förderung werden neben klassischen Einzelprojekten auch Verbundprojekte – Projektideen für welche sich mehrere Hochschulen in der Planung, Umsetzung und Evaluation zusammenschließen – unterstützt. Sie ermöglichen es Hochschulen, gemeinsam innovative Ansätze zur Gesundheitsförderung zu entwickeln, Synergien zu nutzen und voneinander zu lernen. Im Fokus stehen

die strukturelle Verankerung des Gesundheitsmanagements und die Stärkung einer gesundheitsfördernden Hochschulkultur. Eine Hochschule übernimmt dabei federführend die Koordination des Verbunds. Die inhaltlichen Schwerpunkte der Kulturentwicklung und Sensibilisierung auf dem Weg der Verstetigung schließen die Verknüpfung mit den in den Einzelprojekten benannten Schwerpunkten nicht aus.

Ebenso ist es – sofern die Ressourcen ausreichen – möglich, sowohl ein Einzelprojekt als Hochschule einzureichen, als auch im Verbund mit anderen Hochschulen zusammen ein Projekt umzusetzen.

### Studentische Partizipation

Die Partizipation der Studierenden ist besonders wichtig. Ziel ist es, Studierende durch Aufnahme in das Projektteam aktiv in Planung,

Umsetzung und Evaluation einzubinden, um so bewegungsfördernde Angebote passgenau zu entwickeln, das Gesundheitsbewusstsein zu stärken und die Akzeptanz durch partizipative Mitgestaltung zu erhöhen.

### Qualifizierungs- und Kompetenzerwerb

Ein bewährtes Element, das fortgeführt wird, ist die Qualifizierungsreihe „Gesundheitsmanagement im und durch den Hochschulsport“. Das Qualifizierungs- und Weiterbildungsangebot soll künftig durch vereinzelte Seminare und Austauschmöglichkeiten erweitert werden.

### Begleitende Kommunikationsstrategie

Die inhaltliche Arbeit wird durch umfassende Kommunikationsaktivi-

täten ergänzt, das die Sichtbarkeit der Initiative und damit des Hochschulsports als integralen Player im Gesundheitsmanagement erhöhen und eine gesundheitsfördernde Hochschulkultur stärken soll.

Dustin Rehder, studentisches adh-Vorstandsmitglied, fasst die strategische Stoßrichtung der neuen Initiative wie folgt zusammen: „Wir wollen das adh-Netzwerk im Themenfeld Gesundheitsmanagement weiter ausbauen, kooperative Ansätze fördern und die erforderlichen Strukturen systematisch erweitern. So sollen die Rahmenbedingungen für erfolgreiches Gesundheitsmanagement im Hochschulsystem nachhaltig implementiert und die Gesundheitsförderung als Schlüsselkompetenz verankert werden.“

### Der Weg zur Förderung: Bewerbung geöffnet

Seit Juni können sich interessierte adh-Mitgliedshochschulen für die Förderung von Einzel- und Verbundprojekten bewerben. Für Juli und August sind zwei digitale Informationsveranstaltungen geplant, bei der Hochschulen die Gelegenheit haben, Fragen zu stellen und ihre Konzepte anschließend zu konkretisieren. Bewerbungsschluss ist der 12. September 2025.

Die Auftaktveranstaltung der Initiative wird im März 2026 an einer der teilnehmenden Hochschulen stattfinden. So können die Projekte mit Start ins Sommersemester 2026 in die Umsetzung gehen.

Als Durchführungszeitraum wurden vier Semester festgelegt. Das bedeutet, dass alle Projekte bis zum 31. März 2028 abgeschlossen sein sollen. Anschließend haben die Hochschulen Zeit zur Auswertung und Evaluation der erzielten Ergebnisse.

Ergänzend werden weitere Veranstaltungen und Austauschformate wie die Zwischenbilanztagung im Laufe des Fördervertrags von adh und TK angeboten.



# BEWEGT STUDIEREN

### Fazit: Neue Impulse für gesunde Hochschulen

Die Initiative Bewegt studieren! steht exemplarisch für eine zukunftsorientierte, partnerschaftliche und systemisch gedachte Gesundheitsförderung im Hochschulsbereich. Sie ist Ausdruck einer langjährig bewährten Zusammenarbeit von adh und TK – und ein klares Signal dafür, wie entscheidend strukturelle Unterstützung und strategische Partnerschaften für ein gesundes Lern- und Arbeitsumfeld an Hochschulen sind.

Wie Markus Kerkhoff von der TK abschließend betont: „Die TK und der adh möchten mit der neuen Förderung sowohl Studierende als auch Hochschulen ermutigen, innovative Ideen zu entwickeln, um die Gesundheit und Bewegung im Studium nachhaltig zu fördern. Zudem soll die strukturelle und kulturelle Entwicklung des Gesundheitsmanagements an Hochschulen vorangetrieben werden.“

### Termine

**Bewerbungszeitraum**  
2. Juni bis 12. September 2025

**Digitale Infoveranstaltungen**  
Juli und August 2025

**Auftaktveranstaltung**  
März 2026

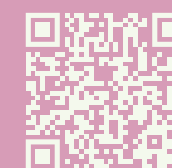
**Projektstart**  
April 2026

**Zwischenbilanztagung**  
September 2027

**Projektende**  
31. März 2028

**Evaluation und Nachbereitung**  
bis 1. Juni 2028

**Abschlussveranstaltung**  
September 2028



**Bewegt Studieren**



Studentische Partizipation ist eine tragende Säule in der Projektarbeit



# Entwicklungen: Gesunde Hochschule

Markus Kerkhoff und  
Bianca Dahlke,  
TK-Gesundheits-  
management

**Gesundheit an Hochschulen stärken – das ist seit mehr als zwei Jahrzehnten Ziel der Techniker Krankenkasse (TK). Mit ihrem Engagement unterstützt sie Hochschulen bundesweit dabei, gesundheitsförderliche Strukturen aufzubauen, innovative Ansätze zu erproben und langfristig zu verankern. Ob durch Publikationen, Kooperationen oder Fachtagungen: Die TK setzt gezielt Impulse, um das Setting „Gesunde Hochschule“ weiterzuentwickeln und sichtbar zu machen.**

## Partner für gesunde Lernorte

Die TK hat sich zur Aufgabe gemacht, Hochschulen auf dem Weg zu einer „Gesunden Hochschule“ zu begleiten und fördert bundesweit die Planung, Umsetzung und nachhaltige Implementierung von Studentischem, Betrieblichem und Hochschulischem Gesundheitsmanagement. Darüber hinaus kooperiert die TK bundesweit mit Akteurinnen und Akteuren der Hochschullandschaft, unterstützt unter anderem Analysen und Studien, Angebote für Multiplikatorinnen und Multiplikatoren und fördert Fachtagungen.

Zwei aktuell veröffentlichte Publikationen sowie bevorstehende Fachtagungen bieten spannende Einblicke und neue Impulse für die Weiterentwicklung gesundheitsfördernder Hochschulen.

## DUZ-Sonderpublikation zum Hochschulischen Gesundheitsmanagement

In der Duz-Sonderpublikation „Hochschulisches Gesundheitsmanagement – Ganzheitlich. Individuell. Zukunftsweisend.“ wird Gesundheit neu gedacht. Die erste bundesweite Veröffentlichung zum Hochschulischen Gesundheitsmanagement (HGM) markiert einen Meilenstein in der Entwicklung gesundheitsfördernder Hochschulen.

Diese Publikation, gemeinsam herausgegeben von der Landesvereinigung für Gesundheit und Akademie für Sozialmedizin Niedersachsen Bremen und der TK, bündelt umfassendes Wissen und Erfahrungen zum HGM auf nationaler Ebene.

Zahlreiche Hochschulen und Engagierte aus dem Setting Gesunde Hochschule, die HGM-Projekte bereits erfolgreich umsetzen, teilen darin ihre Learnings. Hochschulleitende sowie Vertretende des Arbeitskreises Gesundheitsförderung der Hochschule, des freien Zusammenschlusses von StudentInnen-schaften und weitere Stakeholder geben inspirierende Impulse und überzeugende Argumente für den Aufbau und die Weiterentwicklung der gesundheitsfördernden Lebenswelt Hochschule.

## HGM als gemeinsame Aufgabe und strategischer Prozess

Im Mittelpunkt steht die Erkenntnis, dass HGM weit mehr ist als die Summe einzelner Maßnahmen: Es handelt sich um einen strukturell verankerten, systematischen Prozess, der die gesamte Organisation Hochschule in den Blick nimmt und das Wohlbefinden aller Statusgruppen – von Studierenden bis zu Mitarbeitenden – in den Mittelpunkt stellt. Es wird betont, dass HGM nicht als Einzelprojekt, sondern als interdisziplinäre Querschnittsaufgabe

verstanden werden muss. Erfolgreiche Beispiele aus Bonn, Lübeck und anderen Standorten verdeutlichen, wie wichtig die Unterstützung durch die Hochschulleitung, die Einbindung aller Hochschulangehörigen und eine klare strategische Verankerung sind.

Ein zentrales Modell dafür ist das weiterentwickelte Rahmenmodell zum HGM von Hartmann et al. (2017). Es verdeutlicht, wie vielfältig die Einflussfaktoren auf die Gesundheit in der Hochschule sind und wie wichtig es ist, Schnittstellen und Wirkbeziehungen zwischen den verschiedenen Gruppen zu erkennen und gezielt zu gestalten.

Dabei wird deutlich, dass erfolgreiche Gesundheitsförderung immer auch Partizipation, Kommunikation und eine kontinuierliche Sensibilisierung aller Beteiligten voraussetzt.

## Gesundheitsmanagement: Individuelle Wege zum Erfolg

Die Broschüre betont, dass HGM als Querschnittsthema in der Hochschulkultur verankert werden muss, um nachhaltige Veränderungen zu erreichen. Praxisbeispiele aus verschiedenen Hochschulen zeigen, wie unterschiedlich die Wege zu einer gesundheitsfördernden Hochschule sein können – und wie wichtig es ist, bestehende Initiativen zu bündeln, Synergien zu nutzen und



Hochschulisches Gesundheitsmanagement ist Querschnittsaufgabe

innovative Ansätze zu erproben. Sie beschreiben, wie passgenaue Lösungen entwickelt und nachhaltig verankert werden können – von der ersten Bestandsaufnahme bis zur langfristigen Integration in die Hochschulstrategie.

So entsteht eine solide Grundlage für die Weiterentwicklung gesundheitsfördernder Strukturen, die nicht nur das individuelle Wohlbefinden stärken, sondern auch die Attraktivität und Zukunftsfähigkeit der Hochschulen insgesamt sichern. Es wird deutlich: Ein erfolgreiches HGM ist immer individuell. Unterschiedliche Hochschulgrößen, Strukturen und Zielgruppen erfordern flexible Konzepte.

## Vernetzung und Erfahrungsaustausch als Erfolgsfaktor

Erfahrungsberichte aus Netzwerken und Workshops – wie dem Netzwerk Gesunde Hochschulen NRW – unterstreichen wie wertvoll der Austausch über Hochschulgrenzen hinweg ist.

Die Teilnehmenden entwickelten individuelle HGM-Konzepte, reflektierten ihre Prozesse und erhielten vielfältige Anregungen – von der Projektumfeldanalyse bis zur Maßnahmenplanung. Hochschulen profitieren dabei vom gegenseitigen Austausch, dem Teilen von Best Practices und der gemeinsamen Entwicklung innovativer Ansätze. Die Publikation zeigt, wie diese Netzwerke zur Professionalisierung und Weiterentwicklung des HGM beitragen. Die Bandbreite an Themen in der Publikation bietet wertvolle Anregungen für alle, die Hochschulen als gesunde, zukunfts-fähige Lebens- und Lernorte gestalten wollen.

Es wird damit nicht nur der aktuelle Stand in Deutschland dokumentiert, sondern auch eine solide Grundlage für die weitere Entwicklung und Implementierung gesundheitsfördernder Strategien und gemeinsamer Strukturen an Hochschulen geschaffen.





### Studie Health and Work Barometer veröffentlicht

Die TK hat mit der IFBG GmbH und der AUBI-plus GmbH eine Schulabsolventen-Studie „Health and Work Barometer“ durchgeführt, die Wünsche und Bedürfnisse von Schülerinnen und Schülern identifiziert und daraus Handlungsempfehlungen für Betriebe und Hochschulen ableitet. Die Studie zeigt deutlich, dass soziale und organisatorische Faktoren entscheidend sind, um sich als attraktiver Ausbildungsbetrieb zu positionieren. Unternehmen und Hochschulen sollten folgende Aspekte beachten:

#### Lern- und Arbeitsklima

Schülerinnen und Schüler sowie junge Erwachsene legen großen Wert auf ein gutes Lern- und Arbeitsklima. Dies wird als wichtiger empfunden als die flexible Gestaltung von Arbeitszeit und -ort. Ein positives Umfeld für Lernen und Arbeiten sowie eine gründliche Einführung und Einarbeitung sind essenziell. Unternehmen und Hochschulen sollten

deshalb ihre Investitionen auf die Schaffung einer wertschätzenden Unternehmenskultur und auf gute strukturelle Rahmenbedingungen ausrichten.

#### Gesundheitszustand

Der psychische und physische Gesundheitszustand spielt eine zentrale Rolle bei der Ausbildungs-wahl. Über ein Viertel der Befragten leidet regelmäßig unter emotionaler Erschöpfung. Daher müssen Unternehmen und Hochschulen in gesundheitsfördernde Maßnahmen und soziale Angebote investieren und eine gute Einführung und Unterstützung durch Lehrkräfte sicherstellen. Freude an der Arbeit und abwechslungsreiche Aufgaben sind ebenfalls entscheidend. Beide Faktoren unterstreichen die Bedeutung, das Arbeits- und Lernumfeld aktiv zu gestalten, um talentierte Nachwuchskräfte auszubilden, zu gewinnen und langfristig zu binden.

#### Weitere Infos

[tk.de/lebenswelten/gesunde-hochschule](https://tk.de/lebenswelten/gesunde-hochschule)

### Bundesweite Fachtagungen

**19. Fachtagung des HochschulNetzwerks SuchtGesundheit**  
15.–17. September 2025  
RWTH Aachen

Im Fokus steht 2025 das Thema „Unterstützung und Beratung in herausfordernden Zeiten“.

**Kooperative Fachtagung „Nachhaltigkeit trifft Gesundheit – Verbindung von Querschnittsthemen an Hochschulen“**

30. September 2025  
Uni Hannover

Das Netzwerk Gesunde Hochschulen Nord, das Projekt MoNaKo und die Kooperationspartner, adh, AGH, KGH und TK laden zu Impulsvorträgen und Workshops an der Schnittstelle von Gesundheit und Nachhaltigkeit ein.

Fitnesspartner

**MATRIX**

ALLGEMEINER  
DEUTSCHER  
HOCHSCHULSPORT-  
VERBAND **adh.**



# STRENGTH WITHOUT LIMITS



**Weil jeder Muskel zählt – Stärke, die überzeugt!**

Setzen Sie auf robuste Qualität, die jeden einzelnen Muskel ins Spiel bringt! Unsere innovativen Kraftgeräte bieten Ihnen und Ihren Mitgliedern maximale Leistung und Langlebigkeit – genau das, was Ihr Fitnessstudio braucht, um neue Maßstäbe zu setzen. Investieren Sie in maximale Performance, investieren Sie in Zukunft!



f @ | [matrixfitness.eu](https://matrixfitness.eu)

Matrix - Johnson Health Tech. GmbH | Europaallee 51 | 50226 Frechen | Tel: +49 (0) 2234 9997 100



Nina Haller und  
Hanna Verscht,  
adh-Öffentlichkeitsreferat

# Perspektivtagung: Impulse für Hochschulsport- Entwicklung

**Im April 2025 fand an der Hochschule Fulda die adh-Perspektivtagung zum Thema „Zukunftsfähige Strukturen im Hochschulsport – Visionen, Strategien, Wandel“ statt. Das Thema wurde aus unterschiedlichen Perspektiven beleuchtet und konkrete Strategien und Konzepte für einen erfolgreichen Wandel im Hochschulsport vorgestellt. Die rund 90 Teilnehmenden nutzten die Gelegenheit auch zum Austausch und intensiven Diskussionen.**



Teilnehmende der adh-Perspektivtagung in Fulda

## Zukunft der Hochschulen und des Hochschulsports

Wie wichtig eine klare Hochschulprofilierung angesichts aktueller gesellschaftlicher und bildungspolitischer Umbrüche ist, skizzierte Ulrich Müller vom Centrum für Hochschulentwicklung (CHE) im Rahmen des ersten Vortrags zum Thema „Zukunft der Hochschulen“. Dieser Ansatz lässt sich auch auf den Hochschulsport übertragen. Er betonte, dass Hochschulen zunehmend vielfältigen, teils widersprüchlichen Erwartungen gerecht werden müssen – von exzellenter Forschung über gesellschaftliches Engagement bis hin zu flexiblen Bildungsangeboten. „Eine Hochschule, die nicht klar definiert, wer sie ist und für wen sie da ist, läuft Gefahr, am Bedarf, an der Nachfrage und womöglich sogar an der Realität vorbei zu agieren“, erläutert Müller. Um in Zeiten knapper Ressourcen und wachsender Unsicherheiten

zukunftsfähig zu bleiben, brauche es daher eine fokussierte Identität, die sowohl die eigenen Stärken als auch regionale und gesellschaftliche Bedarfe berücksichtigt. Müller sprach sich für eine klar profilierte, jedoch bewusst vielfältige Hochschule aus. „Wer alles kann, kann nichts so richtig“, betonte er und unterstrich damit die Notwendigkeit, Schwerpunkte zu setzen. Auch der Hochschulsport wurde angehalten, dies zu berücksichtigen. Gleichzeitig dürften Hochschulen innovative Entwicklungen nicht ausklammern. Entscheidend sei eine partizipative Profilentwicklungsstrategie, die in die Kultur der Hochschule eingebettet ist und nach innen wie außen glaubwürdig kommuniziert wird.

## Organisationsentwicklung verstehen

Im Strategie-Workshop zum Thema „Organisationsentwicklung und Veränderungen initiieren“, der über beide Tage hinweg stattfand, vermittelte Linda Kübel von der DOSB-Führungsakademie zentrale Impulse für eine zukunftsfähige Ausrichtung des Hochschulsports. „Organisationsentwicklung ist ein langfristiger, geplanter, systematischer Prozess, der darauf abzielt, eine Organisation zukunftsfähig aufzustellen mit dem Ziel des vorausschauenden Handelns und der Schaffung nachhaltiger Relevanz“, erläutert Kübel. Im Fokus stand dabei das „magische Dreieck“ aus Strategie, Struktur und Kultur, das als Grundlage für nachhaltige Organisationsentwicklung dient. Der Workshop betonte die Bedeutung eines partizipativen Prozesses, der interne Stärken und externe Herausforderungen gleichermaßen einbezieht. Auch das Leitbild einer Organisation wurde thematisiert. Es sollte stets auf einer fundierten Analyse des aktuellen Ist-Zustands basieren und darauf aufbauend entwickelt werden.

## Partizipation im Fokus

Der mehrteilige Workshop war interaktiv und partizipativ gestaltet. Die Teilnehmenden konnten ge-

meinsam Umfeldveränderungen, Anspruchsgruppen und Handlungsfelder ihrer Hochschulsporteinrichtungen analysieren und daraus konkrete Veränderungsfelder und Zielbilder ableiten. Im Sinne eines lebendigen Leitbilds wurden zudem Werte, Vision und Mission reflektiert.

Zentral war dabei die Erkenntnis: Veränderung braucht neben einem klaren Plan vor allem Sinnstiftung, Beteiligung und eine offene Kultur. „Es sollten möglichst viele Personen einbezogen werden. „Ausprobieren, Feedback einholen und einfach mutig vorangehen,“ so Kübels Ratschlag an die Vertreterinnen und Vertreter der Hochschulsporteinrichtungen der adh-Mitgliedshochschulen, um eine nachhaltige Transformation anzustoßen.

## Ansprechendes Rahmenprogramm

Den Auftaktabend gestaltete die Hochschule Fulda mit einem bunten Abendprogramm, das Raum für Austausch und Begegnung bot. Auch die adh-Partner Sport-Thieme und Matrix bereicherten die Tagung mit kreativen Challenges und interaktiven Elementen.

## Fazit und Ausblick

Die adh-Perspektivtagung 2025 bot eine wertvolle Gelegenheit, sich intensiv mit Fragen der Zukunftsfähigkeit des Hochschulsports auseinanderzusetzen und neue Impulse für die eigene Arbeit mitzunehmen.

Dirk Kilian, adh-Vorstandsmitglied, bringt es auf den Punkt: „Die adh-Perspektivtagung hat eindrucksvoll gezeigt, wie zentral eine strategische Organisationsentwicklung für den Hochschulsport ist. Von der fundierten Analyse des Ist-Zustands über klare Schwerpunktsetzungen bis hin zur Bedeutung partizipativer Prozesse – die vorgestellten Ansätze machen Mut, Veränderung aktiv anzugehen und den Hochschulsport als aktiv gestaltenden Teil der Hochschule zukunftsfähig aufzustellen.“



# Erfolgreiche Organisationsentwicklung

**Linda Kübel, Beraterin bei der Führungsakademie des Deutschen Olympischen Sportbunds (DOSB) gibt Einblicke in Prozesse, Herausforderungen und Chancen von Organisationsentwicklung. Sie erläutert, warum Partizipation so entscheidend ist und welche Bausteine zentral sind.**

**Linda, was versteht man unter Organisationsentwicklung und warum ist diese für den Hochschulsport relevant?**

Organisationsentwicklung ist ein langfristiger, geplanter und systematischer Veränderungsprozess, der darauf aus ist, die Organisation zukunftsfähig aufzustellen. Das heißt effizienter und erfolgreicher. Es geht darum, den Blick nach vorne zu richten – wo will der Hochschulsport hin, wie kann er sich anpassen, beziehungsweise was muss verändert werden, dass er auch in fünf bis zehn Jahren noch Relevanz hat. Der Hochschulsport sollte auf interne und externe Veränderungen reagieren, um weiterhin attraktiv zu bleiben.

**Was ist der wichtigste Prozess der Organisationsentwicklung?**

Die Organisationsentwicklung ist an sich ein Prozess, der gut getaktet sein muss. Ein zentraler Baustein dabei ist die Partizipation, also die aktive Beteiligung aller Betroffenen. Ziel ist es, aus Betroffenen Beteiligte zu machen, um Widerstände zu minimieren und die Bereitschaft zur Mitwirkung und Verantwortungsübernahme zu stärken. So entsteht eine gemeinsame Grundlage, die den Weg für nachhaltige Verände-

rungen und zukunftsfähige Strukturen sowie Strategien bereitet.

**Welche Herausforderungen können dabei auf den Hochschulsport zukommen?**

Hochschulsporteinrichtungen müssen zunächst analysieren, was in ihrem Umfeld geschieht und auf welche Veränderungen sie reagieren sollten. Vom Ist-Zustand zum Soll-Zustand. Dabei gilt es, externe Chancen und Risiken zu erkennen, auch solche, auf die sie keinen direkten Einfluss haben, die aber dennoch ihre Arbeit beeinflussen können. Dazu zählen beispielsweise Finanz- und Verwaltungsvorgaben seitens der Hochschule, die politische Entwicklung, Konkurrenzanbieter, Internationalisierung oder auch der Klimawandel. Ergänzend dazu ist auch der interne Blick entscheidend: Welche Kultur prägt unseren Hochschulsport? – Also nach welchen Werten und Normen handeln wir, wie kommunizieren und interagieren wir, wie ist der Umgang mit Fehlern und Konflikten, wie offen sind wir für Veränderung? Und wie bereit ist die Hochschulsporteinrichtung insgesamt für den Wandel? Eine ehrliche Analyse dieser Aspekte bildet die Grundlage, um daraus sinnvolle und zukunftsorientierte Maßnahmen abzuleiten.

Hanna Verscht,  
adh-Öffentlichkeitsreferat

**Was ist dein Tipp an die Hochschulsporteinrichtungen, um eine erfolgreiche Organisationsentwicklung durchzuführen?**

Mein Tipp ist, möglichst viele Personen frühzeitig einzubeziehen. Im Hochschulsport können das neben den Mitarbeitenden des Hochschulsports auch die Studierenden, also die Zielgruppe sein. Außerdem sollte man Dinge einfach ausprobieren, Feedback einholen und mutig voranzugehen. Wichtig ist dabei, den Prozess regelmäßig zu reflektieren – also zu prüfen, ob man sich noch auf dem richtigen Weg befindet und ob sich alle mitgenommen und beteiligt fühlen.

**Vielen Dank für das Gespräch!**

**Linda Kübel**



Linda Kübel ist Systemische Coach und Change Managerin bei der DOSB-Führungsakademie. Sie berät und unterstützt Organisationen bei Strukturprozessen.





# Umwelt und Sport Hand in Hand!

## GRIP bietet weiter Unterstützung

**Mit der Challenge SPORT hat 2024 das gemeinsame Projekt GRIP – Plattform für Umwelt und Gemeinschaft der Naturfreundejugend und des adh Fahrt aufgenommen. Gezielt gefördert wurden dabei kreative Ideen für mehr Nachhaltigkeit im Breiten- und Hochschulsport. Über 100 geförderte Projekte, 430.000 Euro Fördermittel und eine wachsende Community zeigen: Junge Menschen gestalten den Sport von morgen aktiv mit. 2025 unterstützt GRIP mit einem Förderpreis und einer digitalen Workshopreihe – offen für alle, die eine nachhaltige Zukunft des (Hochschul-)Sports gestalten wollen.**

### Die GRIP Challenge SPORT – ein Erfolg in der Breite!

Im Frühjahr 2024 nahm die GRIP Challenge SPORT an Fahrt auf – die ersten Projekte, die bei dem Wettbewerb ein Preisgeld zur Umsetzung ihrer Ideen gewonnen hatten, begannen mit ihrer Arbeit. Fast ein Jahr konnten sich junge, engagierte Menschen aus Breiten- und Hochschulsport sowie Jugendgruppen mit innovativen und spannenden Ideen bewerben. Ziel war es, die nachhaltige und ökologische Gestaltung des Sports mit Mikroförderungen von bis zu 5.000 Euro zu unterstützen.

Mit zunehmender Projektdauer wurde die GRIP Challenge SPORT bundesweit zu einem großen Erfolg, die viele junge Menschen motivierte, aktiv zu werden.

Im Januar dieses Jahres endete der Wettbewerb mit über 100 unterstützten Projekten und einer Ausschüttung von mehr als 430.000 Euro Fördermittel für nachhaltige Projekte im Sport.

### Den nächsten Schritt mit GRIP gehen

Doch die GRIP Challenge SPORT sollte nur der Startschuss gewesen sein. Denn auch 2025 hat GRIP noch einiges vor. Aktuell werden mit der Ausrichtung des GRIP Förderpreises elf Projektteams der Challenge SPORT jeweils mit weiteren 2.500 Euro unterstützt. Von der Jury ausgewählt wurden in zwei Kategorien diejenigen Teams, die sich mit den spannendsten und kreativsten Ideen zur Weiterentwicklung oder Verbreitung ihrer Projekte erneut beworben hatten. Die Gewinnerinnen und Gewinner des Förderpreises sind im Juli zur feierlichen Abschlussveranstaltung nach Berlin eingeladen. Damit soll den teilnehmenden Teams die Möglichkeit zum Austausch über ihre Projekte sowie zur Vernetzung untereinander gegeben werden.

„Die große Beteiligung an der GRIP Challenge Sport und am Förderpreis zeigt einerseits das Potenzial, das im jungen Engagement schlummert und andererseits auch den Bedarf

**Sine Rehmer**  
GRIP Projektleiterin  
(Naturfreundejugend Deutschlands)  
**und Leon Meyer**  
Projektmitarbeiter GRIP (adh)

an Angeboten an der Schnittstelle zwischen Sport und Umwelt. Um die entstandene Aufbruchstimmung aufrecht zu erhalten, haben wir nun mit einer GRIP Workshopreihe ein weiteres Unterstützungsangebot geschaffen“, erläutert GRIP Projektleiterin Sine Rehmer.

### Workshopreihe im Sport

Durch die hohe Beteiligung an der GRIP Challenge SPORT und dem Förderpreis ist ein großer Erfahrungs- und Wissensschatz entstanden. Diesen möchte GRIP nun mit interessierten Akteurinnen und Akteuren des Breiten- und Hochschulsports teilen.

Entstanden ist daraus eine frei zugängliche und digitale Workshopreihe, in der niedrigschwellige Maßnahmen zur Förderung nachhaltiger Entwicklung weitergegeben werden. Teilnehmende lernen, Hebel in ihrer Umgebung zu identifizieren, erhalten Inspirationen, Best Practice Beispiele und Raum für Austausch und Vernetzung. Die einzelnen Themen der Workshops wie beispielsweise



Nachhaltigkeit und Sport: Hand in Hand mit GRIP

nachhaltige Vereinsentwicklung, Konsum und Sportmaterialien oder nachhaltige Mobilität, bilden dabei die Inhalte der einzelnen Projekte ab.

Der Startschuss der neunteiligen Reihe fiel bereits am 7. Mai 2025. Da die Inhalte der einzelnen Termine nicht aufeinander aufbauen, ist der Einstieg jederzeit schnell und einfach möglich. Durch die Anmeldung auf der GRIP Webseite können Interessierte kurzfristig an Modulen der Workshopreihe teilnehmen.

GRIP lädt alle Interessierten herzlich ein, dabei zu sein, um nachhaltige Themen im Sport langfristig zu etablieren!

### Kommende Workshops und Projektabschluss

**17. Juni:** Nachhaltige Infrastruktur und Energie im Breitensport

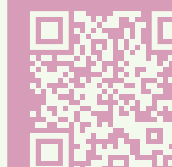
**2. Juli:** Nachhaltige Mobilität und Selbsthilfwerkstätten

**15. Juli:** Bildung für nachhaltige Entwicklung im Breitensport

**28. August:** Nachhaltige Veranstaltungen im Breitensport

**11. September:** Politik & Gemeinschaft im Breitensport

**24. September:** Abschlussveranstaltung



**GRIP**





Ebba Koglin und  
Ann-Christin Opitz,  
ZfH Osnabrück

# GreenSportSquad: Mehr Nachhaltigkeit am Sportzentrum der Uni Osnabrück

**Wie lässt sich Nachhaltigkeit konkret im Hochschulsport umsetzen? Das Team GreenSportSquad am Sportzentrum der Universität Osnabrück liefert inspirierende Antworten. Mit kreativen Ideen und großem Engagement treibt das Team gemeinsam mit dem Hochschulsport nachhaltige Veränderungen voran – von Refillstation und Upcycling-Seminar bis hin zu Greenwalks durch Osnabrück.**

## Gründung und Zielsetzung: Nachhaltigkeit anstoßen

Unter dem Dach des Hochschulsports Osnabrück gründete sich im vergangenen Jahr das GreenSportSquad. Das dreiköpfige Team, bestehend aus den Sportstudierenden und Hochschulsportmitarbeitenden, Ann-Christin Opitz, Nils Schmidt und Lukas Wulff möchte sich für mehr Nachhaltigkeit am Sportzentrum der Universität Osnabrück einsetzen und entwickelte eine Projektidee, mit der sie sich erfolgreich um Fördermittel bei der zweiten Runde der GRIP Challenge SPORT beworben haben.

Zielstellung des Projekts war es, die nachhaltige Entwicklung ökologischer und sozialer Aspekte am Sportzentrum der Universität Osnabrück voranzutreiben. Hierfür wurden gemeinsam mit der Hochschulsportleitung und weiteren Akteurinnen und Akteuren an der Universität verschiedene Ideen und Maßnahmen entwickelt, um insbesondere die Umweltthemen Ressourcenschonung, Reduzierung von Einwegplastik und die Förderung eines nachhaltigen Konsums anzugehen. Ein besonderes Anliegen bestand für die Projektbeteiligten

darin, das Bewusstsein von Studierenden für Nachhaltigkeitsthemen zu stärken und sie für ein ressourcenschonendes und nachhaltiges Verhalten zu sensibilisieren. „Wegen seiner hohen Reichweite und der Funktion als Impulsgeber besitzt der Hochschulsport diesbezüglich ein ziemlich großes Potenzial“, betont Hochschulsportleiterin Ebba Koglin.

## Von Plastikvermeidung bis Materialpflege

Vor diesem Hintergrund entstand im Nachgang in Zusammenarbeit mit der Umweltkoordinatorin und der Stabsstelle Kommunikation und Marketing der Universität unter anderem eine Kampagne für nachhaltiges Verhalten am Sportzentrum. Mithilfe von Stickern werden Hochschulsportteilnehmende und andere Nutzende an den entsprechenden Stellen im Sportzentrum für ein nachhaltiges Verhalten sensibilisiert. Dazu zählen neben Hinweisen zur Mülltrennung und dem Einsparen von Wasser beim Duschen auch die Bitte um einen sorgsam Umgang mit dem zur Verfügung gestellten Material. In diesem Kontext wurden zudem Video-Tutorials erstellt. Die Erläuterungen zum fachgerechten Aufbau von Sportgeräten

und einem schonenden Umgang mit dem Sportmaterial sind über QR-Codes an den jeweiligen Sportgeräten abrufbar und sollen dazu beitragen, einem vorzeitigen Materialverschleiß vorzubeugen.

## Greenwalks: Nachhaltigkeit in Bewegung

Des Weiteren wurden im Rahmen des Projekts drei sogenannte Greenwalkrunden entwickelt und grafisch aufbereitet. Dabei handelt es sich um etwa einstündige Spaziergänge zu verschiedenen Orten der Nachhaltigkeit in Osnabrück. Die Greenwalkkarten wurden allen Fachschaften an der Universität mit der Zielstellung übermittelt, insbesondere neue Studierende möglichst frühzeitig mit diesen Orten und deren verschiedenen Nachhaltigkeitsaspekten vertraut zu machen. Zu den Greenwalks gehört auch eine sportliche Runde, in der vom Bolzplatz, über Calisthenicsanlagen bis hin zu Tischtennisplatten verschiedene frei zugängliche und kostenfrei nutzbare Sportanlagen vorgestellt werden. So lernen Studierende Orte kennen, an denen sie sich auch außerhalb der Hochschulsportangebote sportlich betätigen können. Und wer dafür





Kampagnenbeispiel für nachhaltiges Verhalten am Sportzentrum

noch Buddys sucht, kann dafür die Sportpartnerinnen- und -partner-Suche des Hochschulsports nutzen.

### Upcycling-Seminar

In Kooperation zwischen dem Studiengang Textiles Gestalten und dem Zentrum für Hochschulsport entstand zudem ein Seminarangebot zum Upcycling von aussortiertem Sportmaterial, das im aktuellen Sommersemester 2025 mit 18 Studierenden stattfindet. Aufgabe der Studierenden ist es, aus typischem Altmaterial wie Bällen, Matten und Laibchen Ideen für ein Upcycling zu kreieren und entsprechende Prototypen zu erstellen. Ein besonderer Schwerpunkt soll dabei auf die Entwicklung von Alternativen zu Pokalen oder Medaillen für Turnier- und Wettkampfveranstaltungen des Hochschulsports gelegt werden.

### Nachhaltige Infrastruktur: Refillstation und Fahrrad-reparatur

Zu guter Letzt können sich die Nutzenden des Sportzentrums der Universität Osnabrück noch über zwei Neuinstallationen freuen: Im Foyer können seit letztem Sommer Wasserflaschen an einer Refillstation aufgefüllt werden. Die ursprünglich angedachte zweite Refillstation auf

der Außensportanlage ließ sich aufgrund von hygienetechnischen Anforderungen zwar nicht umsetzen, schnell wurde jedoch eine andere sinnvolle Investitionsmöglichkeit für die GRIP-Fördermittel gefunden. So befindet sich seit Kurzem auf dem Vorplatz des Sportzentrums eine frei zugängliche Fahrradreparaturstation mit integrierter Luftpumpe.

### Ausblick: Nachhaltigkeit langfristig verankern

Schon jetzt zeichnet sich ab, dass durch das Projekt eine große Dynamik in das Thema Nachhaltigkeit gekommen ist und wertvolle Kontakte geknüpft werden konnten, mit deren Hilfe die entstandenen Ideen und Maßnahmen auch über das Projektende hinaus weiterentwickelt und ausgebaut werden sollen.

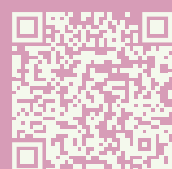
„Es ist schön, für uns zu sehen, dass sich in dem Thema Nachhaltigkeit nicht nur einiges getan hat, sondern das Projekt selbst auch eine nachhaltige Wirkung zeigt“, freuen sich die GreenSportSquad-Mitglieder. So ist beispielsweise angedacht, in Zusammenarbeit mit dem Institut für Sport und Bewegungswissenschaften im Rahmen eines Seminars die Greenwalkrunden noch mit Gamification-Elementen zu verknüpfen. Und auch die Videotutorials zur Förderung eines res-

### adh-Förderpreis Nachhaltigkeit

Wie kann der Hochschulsport seiner gesellschaftlichen Verantwortung gerecht werden?

Lösungsansätze können von dern adh-Mitgliedshochschulen noch bis zum 31. August 2025 mit der Teilnahme am adh-Förderpreis Nachhaltigkeit präsentiert werden.

Die Prämierung des siegreichen Projekts des Förderpreises wird durch den verlässlichen Partner VAUDE mit einem Gutschein im Wert von 1.000 Euro unterstützt.



Förderpreis

sourcenschonenden Umgangs mit Sportgeräten und -material sollen stetig erweitert werden. Darüber hinaus sollen zukünftig auch regelmäßig Flohmärkte und Tauschbörsen für Sportbekleidung am Sportzentrum stattfinden.

„Aktuell planen wir, uns mit den Projektentwicklungen für den adh-Förderpreis Nachhaltigkeit 2025 zu bewerben. Wir wissen natürlich von zahlreichen tollen Nachhaltigkeitsaktivitäten anderer Hochschulsporteinrichtungen der adh-Mitgliedshochschulen und rechnen mit einer starken Konkurrenz. Aber ein Versuch ist es allemal wert und für das Team würde es mich sehr freuen“, so Ebba Koglin.

adh-hochschullauf.de



# let's IDUS

adh.Hochschullauf  
20. September



ALLGEMEINER  
DEUTSCHER  
HOCHSCHULSPORT-  
VERBAND



Julia Fräsch  
adh-Öffentlichkeitsreferentin

# Team Studi @ Rhine-Ruhr 2025 FISU World University Games

**Der adh hat das Team Studi, die Deutsche Studierenden-Nationalmannschaft, für die Rhine-Ruhr 2025 FISU World University Games bekannt gegeben. Mit 305 Athletinnen und Athleten ist das Team so groß wie nie zuvor. Auf die Heimspiele freut sich neben einigen Teilnehmenden der Olympischen und Paralympischen Spiele 2024 auch die Olympiasiegerin im 3x3 Basketball, Elisa Mevius. Sie möchte mit ihrem Team bei den FISU Games an die Erfolge von Paris anknüpfen.**

## Historisch große Delegation

Der adh-Vorstand hat insgesamt 305 Athletinnen und Athleten sowie 177 offizielle Delegationsmitglieder für die Rhine-Ruhr 2025 FISU World University Games nominiert. Team Studi geht vom 16. bis 27. Juli 2025 an Rhein, Ruhr und in Berlin in allen 18 angebotenen Sportarten an den Start. Die deutschen Aktiven werden sich beim größten Multisport-Event des Jahres 2025 in fairen Wettkämpfen der internationalen Konkurrenz aus 150 Ländern stellen.

Der Fokus bei der Zusammensetzung des Teams liegt auf der optimalen Förderung der Nachwuchskader. Die Teilnahme an den FISU Games soll für die Sportlerinnen und Sportler Motivation auf ihrem Weg zu zukünftigen internationalen Wettbewerben wie Weltmeisterschaften oder Olympischen Spielen bieten. Aber auch erfahrene Aktive, die bereits an den Olympischen und

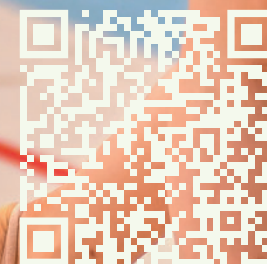
Paralympischen Spielen in Paris teilgenommen haben, stellen sich bei den FISU Games der hochkarätigen internationalen Konkurrenz und nutzen das Event zur Standortbestimmung.

## Gelebte Inklusion

Erstmals in der Geschichte der FISU World University Games Summer wurde mit 3x3 Rollstuhlbasketball ein Parasport-Wettbewerb in das Programm der Sommerspiele aufgenommen.

„Mit dem Vorschlag an die FISU, Parasport-Wettbewerbe zu integrieren, ist dem adh ein bedeutender Meilenstein auf dem Weg zu mehr Teilhabe und Vielfalt im internationalen Sport gelungen“, betont adh-Vorstandsvorsitzender Jörg Förster. „Die inklusive Ausrichtung der FISU Games setzt ein wegweisendes Zeichen für künftige nationale wie internationale Veranstaltungen. Wir freuen uns darauf, im Team Studi

adh. team  
STUDI



FOTOS  
VIDEOS  
STECKBRIEFE  
NEWS  
ERGEBNISSE





Lilly Sellak (Uni Erlangen-Nürnberg) | Mit Spannung wird die FISU Games-Premiere im 3x3 Rollstuhlbasketball erwartet

sichtbar zu machen, was gelebte Inklusion im Sport bedeutet.“ In einem gemeinsam vom adh, der FISU und der Staatskanzlei NRW ausgerichteten „Sports und Inclusion Summit“ befassen sich wichtige Stakeholder mit der Bedeutung und Relevanz von Inklusion im und für den internationalen Hochschulsport. Das übergeordnete Ziel besteht darin, dass bei zukünftigen Events inklusive Sportarten und -disziplinen als integrale Bestandteile der Wettkämpfe verstärkt berücksichtigt werden.

### Finalplatzierungen und Medaillen als Ziel

Ziel ist, mit starken studentischen Spitzensportlerinnen und -sportlern Deutschland als Gastgeberland bei den Rhine-Ruhr 2025 FISU World University Games erfolgreich zu re-

präsentieren. Besonderer Dank gilt den Entscheiderinnen und Entscheidern in der Spitzensportförderung des Bundes, die eine so umfangreiche Beschickung ermöglichen.

adh-Sportdirektor Thorsten Hütsch erläutert: „Wir wünschen uns, dass die Aktiven bei den Rhine-Ruhr 2025 FISU World University Games Leistungen im Bereich ihrer persönlichen Bestleistungen erzielen. Konkret streben wir an, die jeweiligen Viertelfinals oder Top Acht-Platzierungen zu erreichen. Natürlich freuen wir uns auch über Medaillenerfolge.“

### Team Studi: Studium trifft Spitzensport

Sich für das Team Studi zu qualifizieren, bedeutet monatelange Höchstleistungen – nicht nur im

Sport, sondern auch in der anspruchsvollen Verbindung von Studium und Spitzensport. Delegationsleiter Christoph Edeler (TU Dortmund) erklärt: „Das Besondere an den FISU Games ist der Austausch zwischen den Sportarten und die einzigartige Verbindung von Studium und Spitzensport.“ Team Studi steht für Vielfalt, Inklusion und Teamspirit, was eine wichtige Grundlage für Motivation und gute Leistungen ist.

Zu den bekanntesten Athletinnen und Athleten des Team Studi gehören unter anderem die Olympiasiegerin im 3x3 Basketball Elisa Mevius (University of Oregon, USA) und der Drittplatzierte der Paralympics im 3x3 Rollstuhlbasketball Thomas Reier (Uni zu Köln). Bei den Damen möchte das Paralympics-Team von Paris in der 3x3-Variante erneut

bei der Medaillenvergabe mitmischen. In der Rhythmischen Sportgymnastik geht die Olympia-Vierte Margarita Kolosov (Uni Stuttgart) für Team Studi an den Start, ebenso wie Emma Malewski (TU Chemnitz), ehemalige Europameisterin im Gerätturnen von 2022. Im Rudern wird im Einer Alexandra Förster (FernUni Hagen) als Olympia-Siebte ebenso wie ihr Teamkollege Jonas Gelsen (TU Darmstadt), der bei Olympia den neunten Platz erreichte, um die Medaillentränge kämpfen. Auch die Olympia-Teilnehmenden im Wasserspringen Jaden Eikermann (SRH FernHS), Lena Hentschel (Ohio State University, USA), Jette Müller (TU Dresden), Pauline Pfeif (SRH FernHS) und Moritz Wesemann (University of Southern California, USA) starten mit großen Ambitionen bei den FISU Games in Berlin.

### Hochrangige Gäste und vielfältiges Rahmenprogramm

Vertreterinnen und Vertreter aus dem Hochschul(-Sport), der Politik, der Wissenschaft sowie der Wirtschaft werden mit dem deutschen Team mitfiebert, die Aktiven unterstützen und sich ein detailliertes Bild des Multisport-Events mit seinem vielfältigen Rahmenprogramm machen. Ein besonderer Höhepunkt ist der Empfang der Deutschen Studierenden-Nationalmannschaft, ausgerichtet durch die Bundesregierung und den adh.

Die Delegationsleiterin Ines Lenze (Uni Bochum) bilanziert: „Nach jahrelanger Vorbereitung werden die Rhine-Ruhr 2025 FISU World University Games mit der Nominierung des deutschen Teams so richtig greifbar. Die Aktiven und Offiziellen des Team Studi wollen zusammen mit allen Partnerorganisationen dafür Sorge tragen, dass die Spiele ein buntes, verbindendes Ereignis werden. Wir freuen uns riesig auf die FISU Games an Rhein, Ruhr und in Berlin und können es kaum erwarten, dass die Fackel bei der Opening Ceremony endlich entzündet wird!“



Max Just (HU Berlin)



# Sportarten im Überblick

## Badminton

Mit neun nominierten Aktiven – drei Frauen und sechs Männern – tritt das deutsche Badminton-Team bei den FISU Games 2025 in Mülheim an der Ruhr an. Die Auswahl setzt sich aus Mitgliedern der Perspektiv- und Nachwuchskader sowie vielversprechenden Talenten im Alter bis 25 Jahren zusammen. Routiniers wie Leona Michalski (IU Internationale Hochschule), Malik Bourakkadi (Uni des Saarlandes) und Miranda Wilson (IU Internationale Hochschule) bringen vielfältige Turnier Erfahrung mit und gehörten bereits bei den FISU Games 2023 zum Team. In den Einzel-, Doppel- und Mixed-Wettbewerben ist das Erreichen der Halbfinals das Ziel.

## Basketball

Die deutschen Basketball-Teams setzen sich aus den besten studentischen Bundesligaspielerinnen und -spielern zusammen, die dem erweiterten Nationalkader des Deutschen Basketball Bunds angehören. Mit zwei Länderspielen der Männer gegen Litauen und einem Spiel gegen die USA werden sich die deutschen Aktiven auf die FISU Games vorbereiten, bei denen die Frauen starken Teams aus Polen und den USA in der Gruppe gegenüberstehen. Die Männer spielen gegen Chile, Finnland und Chinese Taipeh um das Weiterkommen.

## 3x3 Basketball

Bei der Premiere im 3x3-Basketball bei den FISU World University Games geht Deutschland mit zwei ambitionierten Teams in Bochum an den Start. Angeführt werden die Frauen von Elisa Mevius (University of Oregon, USA), die 2024 in Paris gemeinsam mit ihrem Team

die erste olympische Goldmedaille für ein deutsches Basketballteam überhaupt gewann. Im Männerteam steht mit Rotimi Ogunniyi (FernUni Hagen) ein Nachwuchstalent im Fokus, das bereits international für Aufsehen sorgt. Alle Aktiven gehören dem erweiterten A-Kader des Deutschen Basketball Bunds an. Die Heimspiele bieten den Spielerinnen und Spielern eine wertvolle Plattform zur sportlichen Weiterentwicklung und zur Vorbereitung auf zukünftige internationale Wettbewerbe.

## 3x3 Rollstuhlbasketball

Die beiden deutschen 3x3-Rollstuhlbasketballteams fiebern ihrem Debüt bei den FISU Games 2025 in Bochum entgegen. Für das junge, dynamische Format markieren die Spiele einen international wichtigen Meilenstein: Sie bieten die Gelegenheit zur Standortbestimmung auf Top-Niveau. Das Ziel der deutschen Teams ist eine Podestplatzierung. Der Frauenkader besteht vollständig aus Spielerinnen des Paralympics-Aufgebots von Paris, während bei den Männern mit Thomas Reier (Uni zu Köln) ein paralympischer Bronzemedailengewinner die Mannschaft anführt. Ergänzt wird das Team durch Athleten aus dem U23-Kader.

## Beachvolleyball

Im Beachvolleyball nimmt Team Studi bei den Frauen und Männern mit großen Ambitionen an den FISU Games teil und gilt als Mitfavorit auf die Medaillenplätze, wenn es in den Sand von Duisburg geht. Bei den Männern stehen die amtierenden Studentenweltmeister Philipp Huster (SRH FernHS) und Max Just (HU Berlin) auf dem Feld. Bei den Frauen werden Lea Kunst (IU Internationale HS) und Melanie Paul

(DSHS Köln), die in dieser Saison bereits mit starken Leistungen überzeugten, um die Punkte kämpfen.

## Bogenschießen

Das deutsche Team geht im Bogenschießen in Essen so stark wie nie zuvor an den Start. Neun Aktive wurden in den Disziplinen Recurve und Compound nominiert – deutlich mehr als bei der letzten Ausgabe. Mit dabei sind im Recurve-Bereich Jonathan Vetter (HS Pforzheim)

### Lisa Bergenthal 3x3 Rollstuhlbasketball Uni zu Köln



„Die Nominierung für die FISU Games bedeutet mir sehr viel. Es ist eine große Ehre, im eigenen Land für Deutschland antreten zu dürfen – und das bei einem Event, das erstmals inklusiv ausgerichtet wird. Für mich sind die FISU Games die perfekte Gelegenheit, meine sportlichen Ziele zu verfolgen, unsere Sportart sichtbarer zu machen und neue Menschen aus der ganzen Welt kennenzulernen!“





Alex Kunz (SRH FernHS)

und Johanna Klinger (TU München), die bereits die Erfahrung der FISU World University Games aus Chengdu mitbringen. Im Compound-Bereich ist mit Paolo Kunsch (HS Esslingen) ein amtierender Junioren-Weltrekord-Halter am Start. Das Team vereint erfahrene Bundeskader-Athletinnen und -Athleten sowie junge Talente, die im Qualifikationsprozess starke Leistungen zeigten. Gemeinsam kämpfen sie um Top-Acht-Platzierungen und Medaillen.

### Fechten

Nach der Teilnahme mit nur einem Herrensäbel-Team in Chengdu

2023 ist Team Studi dieses Mal in allen sechs olympischen Disziplinen vertreten – ein starkes Zeichen für die Weiterentwicklung des studentischen Fechtsports. Mit Max Müller und Eric Seefeld (beide Uni zu Köln) stehen zwei Athleten im Aufgebot, die bereits 2023 bei den FISU Games starteten. Die sportliche Zielsetzung ist ambitioniert: Top-Acht-Platzierungen in Einzel- und Teamwettbewerben sowie möglichst der Gewinn von Edelmetall wird angepeilt.

### Gerätturnen

Dank des großen Engagements des Deutschen Turner-Bundes, dem die

Wichtigkeit der FISU Games im eng mit Wettkampfhöhepunkten gespickten Jahr bewusst ist, kann für die Wettkämpfe in Essen ein starkes Männerteam gestellt werden, unter anderem mit Alex Kunz (SRH FernHS), der bereits in Chengdu bei den FISU Games in der Mannschaft stand. Disziplinchefin Prof. Dr. Swantje Scharenberg hofft auch bei den Frauen, die ebenfalls im Team starten, auf das Erreichen der Gerätefinals. Emma Malewski (TU Chemnitz) hat nach längerer Verletzungspause ihr Paradegerät, den Schwebebalken, fest im Visier. Auch Aiyu Zhu (Uni zu Köln), die in Chengdu als charmante Botschafterin für die Rhine-Ruhr 2025 FISU Games Medientermine mit hochklassigem Gerätturnen kombinierte, ist erneut Mitglied im Team Studi.

### Judo

Im Judo wird das Team Studi mit einer hochkarätig besetzten Mannschaft in Essen an den Start gehen – insbesondere im Frauenbereich. Mit Anna Monta Olek (SRH Fernhochschule) steht eine international etablierte Athletin auf der Matte, die zuletzt EM-Silber sowie Grand-Slam-Titel in Abu Dhabi und Baku holte. Ebenfalls stark einzuschätzen sind Samira Bock (IU Internationale HS) und Laila Göbel (Polizeiakademie Niedersachsen), die in Chengdu 2023 bereits FISU-Medaillen gewinnen konnten. Auch das Männerteam bringt viel Potenzial mit: Für viele deutsche Judoka sind die FISU Games ein wichtiger Zielwettkampf. David Ickes (TU München) und Marvin Belz (Uni Potsdam) profitieren sicherlich von ihren Erfahrungen bei den FISU Games in China. Eine Medaille für das Team ist das große Ziel. Insbesondere der neu eingeführte Mixed-Team-Wettbewerb verspricht Spannung und eine weitere Medaillenchance.

### Leichtathletik

Mit einem großen und leistungsstarken Team tritt Team Studi in der Leichtathletik an. Die deutschen Athletinnen und Athleten

sind in nahezu allen angebotenen Disziplinen vertreten – von international erfahrenen Aktiven bis zu ambitionierten Nachwuchstalenten. Herausragende Namen wie Smilla Kolbe (800 m), Antonia Kinzel (Diskus), Merlin Hummel (Hammerwurf) und Tizian Lauria (Kugelstoßen) zeigen die große Leistungsdichte in der studentischen Leichtathletik. Ziel sind Top-Acht-Platzierungen und internationale Wettkampferfahrung auf dem Weg zu größeren Karrierezielen. Die Nominierung erfolgte in enger Zusammenarbeit mit dem Deutschen Leichtathletik-Verband – mit Blick auf sportliches Potenzial und Perspektive. Das starke Interesse vieler Studierender an einer Teilnahme an den FISU Games unterstreicht die besondere Strahlkraft des Heimwettkampfs im modernisierten Lohrheidestadion in Bochum.

### Rhythmische Sportgymnastik

Erstmals nehmen deutsche Aktive in der Rhythmischen Sportgymnastik an den FISU Games teil – und das mit großen Ambitionen. Mit Margarita Kolosov (Uni Stuttgart) geht eine absolute Top-Athletin an den Start, die bei den Olympischen Spielen 2024 in Paris mit einem starken vierten Platz im Mehrkampf auf sich aufmerksam machte.

### Rudern

Das deutsche Ruderteam tritt bei den FISU World University Games 2025 so stark und breit aufgestellt an wie nie zuvor. In allen elf Bootsklassen starten Mitglieder des Team Studi – darunter Olympiateilnehmende wie Alexandra Förster (FernUni Hagen) und Jonas Gelsen (TU Darmstadt). Frauen-Vierer und -Achter sind ausschließlich mit Nationalmannschaftsrunderinnen besetzt. Auch erfahrene Teilnehmende der FISU Games 2023 und FISU Championships 2024 wie Till Martini (Uni Erlangen-Nürnberg), Julian Garth und Jannik Metzger (beide Uni Bochum), die alle Podestplatzierungen erzielten, sind wieder am

Start. Ziel sind mindestens sieben A-Finals und ein Titelgewinn.

### Schwimmen

Die FISU Games genießen im internationalen Schwimmsport traditionell ein hohes Ansehen und ziehen viel Aufmerksamkeit auf sich. Das Niveau ist hoch, nah an der Weltspitze. Da in diesem Jahr parallel die Weltmeisterschaft in Singapur stattfindet, wird sich das Teilnehmerfeld leicht von dem der Vorjahre unterscheiden. Das Team Studi besteht aus Schwimmerinnen und Schwimmern, die über internationale Erfahrung im Nachwuchsbereich verfügen und vor den FISU Games teilweise bei der U23-EM starten werden. Für alle deutschen Aktiven ist das Ziel, Anschluss an die erweiterte Weltspitze zu finden. Dafür ist die Schwimm- und Sprunghalle im Europasportpark Berlin der perfekte Ort: Keine andere Halle steht in Deutschland so sehr für hochklassigen Schwimmsport.

### Taekwondo

Die Taekwondo-Wettbewerbe versprechen Kämpfe auf höchstem Niveau. Sämtliche Nominierte gehören dem Bundeskader an und verfügen über wertvolle internationale Erfahrung sowie großes Leistungspotenzial. Im olympischen Vollkontakt stehen bei den Frauen Anya Supharada Kisskalt (HS Ansbach, Bronze bei den FISU Games 2023), Laura Göbel (ISM International School of Management) und Emily Hörmann (HS München) besonders im Blickpunkt. Bei den Männern rechnet sich Jona Pörsch (Uni Mainz) realistische Chancen auf Spitzenplatzierungen aus. Im Formenlauf treten mit Leah Lawall (DSHS Köln) und Emir Can Erdemir (LMU München) zwei Aktive an, die bereits bei den FISU Games 2023 in Chengdu Erfahrung sammeln konnten.

### Tennis

Mit einem schlagkräftigen Kader steht das achtköpfige deutsche

Tennis-Team im Einzel, Doppel und Mixed sowie in der Teamwertung auf den Courts. Dabei bringt die Mischung aus Einzel- und Teamformat eine besondere Dynamik mit sich. Der Gewinn mindestens einer Medaille – im Einzel oder Doppel – ist die Zielsetzung. Die Anlage in Essen bietet beste Bedingungen für die deutschen Sandspezialisten.

### Tischtennis

Mit einem Mix aus Perspektivkader-Athletinnen und -Athleten, erfahrenen Kräften und ambitionierten Nachwuchstalenten geht das deutsche Tischtennisteam in die

### Antonia Kinzel Leichtathletik HS Mannheim



„Die FISU Games bieten die Chance, viele studentische Spitzensportlerinnen und -sportler aus der ganzen Welt kennenzulernen – und das Gemeinschaftsgefühl im Team Studi macht dies noch wertvoller. Ich möchte auf meinen Erfahrungen von vor zwei Jahren in Chengdu aufbauen und meinen Titel im Diskuswurf verteidigen. Ich freue mich riesig auf das besondere Flair der FISU Games, das schon ein bisschen Vorgeschmack auf Olympia gibt.“



Heimspiele. Viele der Nominierten verbindet ihre gemeinsame Zeit am Sportinternat Düsseldorf und ihre Erfahrung aus Jugend-Nationalmannschaften. Bei den Herren ist das Ziel, zum dritten Mal in Folge eine Team-Medaille zu gewinnen. Mit dabei ist erneut Kirill Fadeev (Uni Düsseldorf), der bereits 2023 in Chengdu maßgeblich zum Gewinn von Bronze beigetragen hat. Auch die Damen streben in diesem Jahr eine Platzierung auf dem Podest an.

### Volleyball

Die deutschen Volleyballteams stehen vor einer besonderen Herausforderung in der Halle: Parallel zu den Rhine-Ruhr-Games läuft die Volleyball Nations League – potenzielle Spielerinnen und Spieler sind daher teils mit der A-Nationalmannschaft unterwegs. Dennoch möchten beide Mannschaften die Gruppenphase überstehen und sich für die Finalrunde der letzten acht Teams qualifizieren. Eine harte Aufgabe, denn sowohl die Damen als auch die Herren wurden vorab in sehr schwierige Gruppen gelost. Hoffnung macht die Ausrichtung der Wettbewerbe in Berlin: Dort warten nicht nur Top-Wettkampfstätten, sondern auch ein volleyballbegeistertes Publikum – beste Voraussetzungen für starke Auftritte des Team Studi auf internationalem Parkett.

### Wasserball

Mit einer Männer- und erstmals auch einer Frauen-Mannschaft tritt das Team Studi bei den Heimspielen auf den Anlagen des ASC Duisburg an. Beide Teams weisen nahezu vollständig Bundesligaerfahrung vor. Auch wenn der Fokus dabei klar auf dem Nachwuchs liegt, waren einige Wasserballer schon 2023 bei den FISU Games in Chengdu dabei. Bei starker Konkurrenz fällt die Prognose einer Platzierung schwer, doch das Team will nicht nur das bestmögliche Wasserball spielen, sondern auch als Einheit auftreten und Begeisterung für die eigene Sportart schaffen.



Lou Massenberg (IU Internationale HS)

### Wasserspringen

Mit dem größten Team seit der Universiade 2001 ist Deutschland im Wasserspringen bei den Rhine-Ruhr 2025 FISU World University Games vertreten. Alle startberechtigten Mitglieder des WM-Teams sind auch in Berlin dabei – darunter die Olympia-erfahrenen Aktiven Lena Hentschel (Ohio State University, USA), Jaden Eikermann (SRH FernHS) und Jette Müller (TU Dresden). Lou Massenberg (IU Inter-

nationale HS) überzeugte unter anderem bei den FISU-Games in Chengdu, wo er im Synchronspringen zwei Mal Silber gewann. Finalchancen bestehen für die Wasserspringerinnen und -springer in allen Disziplinen, insbesondere vom 1m-Brett und 3m-Brett sowie in den Synchronereignissen.



**FISU**  
WORLD  
UNIVERSITY  
GAMES  
SUMMER

# DAS GRÖSSTE SPORT FESTIVAL DES JAHRES

**IM RUHRGEBIET & BERLIN**  
**16 - 27 JULI 2025**

**RhineRuhr2025.com**

**INFOS &  
TICKETS**



ALLGEMEINER  
DEUTSCHER  
HOCHSCHULSPORT-  
VERBAND **adh.**

Die Landesregierung  
Nordrhein-Westfalen  
**SPORTLAND.NRW**

Gefördert durch:  
Bundesministerium  
des Innern  
und für Heimat  
aufgrund eines Beschlusses  
des Deutschen Bundestages

**FISU**



**Svea Thamsen**  
studentisches  
adh-Vorstandsmitglied

# Studentisch begegnen: Neues aus der guten Stube

**Wie gestaltet sich studentische Mitbestimmung im adh? Warum lohnt sich Engagement in der StuBe? Und was haben die Rhine-Ruhr 2025 FISU World University Games damit zu tun? Vorstandsmitglied Svea Thamsen (Uni Potsdam) gibt einen Einblick in aktuelle Entwicklungen und berichtet von Chancen, Herausforderungen und Ideen für die Zukunft – direkt aus der Perspektive der Studierenden.**

## Frischer Wind in der StuBe

Mit der Vollversammlung im November 2024 hat sich die StuBe neu aufgestellt: Neue Gesichter, neue Impulse – und eine klare Botschaft: Studierende wollen mitgestalten. Viele von ihnen haben sich zur Wahl gestellt und sind seitdem aktiv in den adh-Beiräten vertreten.

„Es ist großartig zu sehen, wie viele Studierende bereit sind, Verantwortung zu übernehmen und sich einzubringen“, sagt Svea Thamsen, studentisches Vorstandsmitglied im adh. „Unser besonderer Dank gilt allen Studierenden, die kandidiert haben – und allen, die den Kandidatinnen und Kandidaten ihr Vertrauen geschenkt haben.“

Die Wiederbelebung studentischer Partizipation im adh nach den schwierigen Pandemie Jahren zeigt, wie wichtig persönliche Begegnungen, Netzwerke und eine offene Willkommenskultur im Hochschulsport sind. Der adh setzt genau dort an – mit Angeboten, Austauschformaten und klaren Mitgestaltungsmöglichkeiten für Studierende.

## StuBe x Rhine-Ruhr 2025 – Ein Highlight im Sommer

Im Januar wurde es konkret: Bei einer digitalen StuBe-Ausgabe

unter dem Motto „StuBe x Rhine-Ruhr“ wurde diskutiert, wie Studierende aktiv in die Rhine-Ruhr 2025 FISU Games eingebunden werden können. Die Entscheidung fiel schnell – und mit Begeisterung: Das diesjährige StuBe-Treffen wird vom 25. bis 27. Juli 2025 parallel zu den Spielen stattfinden.

„Für viele Studis ist das eine einmalige Gelegenheit, internationale Hochschulsportstrukturen kennenzulernen, Kontakte zu knüpfen und Teil eines Großevents zu sein“, erklärt Svea. „Wir möchten damit den Blick über den Tellerrand ermöglichen – und Hochschulsport erlebbar machen.“

Geplant ist ein abwechslungsreiches Programm mit sportpraktischen Elementen, Begegnungen mit internationalen Studierenden, Einblicken hinter die Kulissen und Raum für eigene Ideen.

## Herausforderungen im Alltag: Austausch schafft Lösungen

Neben großen Events geht es in der StuBe auch um Alltagsfragen: Wie gelingt der Einstieg ins AStA-Referat? Was tun bei fehlender Übergabe von Verantwortlichkeiten? Wie kann sich Wissen nachhaltig sichern lassen?



„In Gesprächen mit Studierenden zeigt sich immer wieder, dass fehlende Strukturen, unklare Satzungen oder mangelnde Übergaben echte Hürden für Engagement sind“, berichtet Svea. „Genau dort setzen wir an.“

Künftig wird die WhatsApp-Community der StuBe thematisch gegliedert – zum Beispiel in Gruppen für Satzungsfragen, Öffentlichkeitsarbeit oder Projektplanung. So entsteht eine niedrigschwellige, zielgerichtete Plattform für Austausch und niedrigschwellige, gegenseitige Unterstützung.

Auch die Frage nach der Sichtbarkeit der StuBe an den Mitgliedshochschulen bleibt zentral: Wer weiß überhaupt, dass es die StuBe gibt – und wie kann man mitmachen? Aktuell arbeitet das

studentische Trio gemeinsam mit engagierten StuBis an einem neuen Konzept zur Akquise und langfristigen Bindung von Studierenden.

## Gemeinsam gestalten – mit Blick nach vorn

Der große Vorteil der StuBe? Sie ist nicht nur eine Plattform zum Austausch, sondern ein Ort der Mitgestaltung. Wer mitmacht, kann die Zukunft des Hochschulsports aktiv entwickeln – lokal, bundesweit und international. Gerade vor dem Hintergrund der Rhine-Ruhr 2025 FISU Games wird deutlich: Studentisches Engagement hat Strahlkraft.

„Ob bei der Beiratsarbeit, bei Projekten oder in der WhatsApp-Community – die Ideen und Perspektiven der Studierenden bringen den adh voran“, betont Svea.

## Mach mit – und sei dabei!

Du willst dich auch einbringen? Dann werde Teil unserer WhatsApp-Community und gestalte den Hochschulsport von morgen mit.

**Whats App  
Community:**





# Wer macht mit? Stimmen aus der StuBe



**Janina Wey**  
stud. Vorstandsmitglied  
Uni Bayreuth

„Ich studiere aktuell Sportökonomie im Master. Durch meine Tätigkeit beim Hochschulsport bin ich früh mit dem adh in Berührung gekommen. Mein Praktikum in der Geschäftsstelle im Bereich Internationaler Wettkampfsport hat mein Interesse weiter vertieft. Deshalb habe ich mich zur Wahl gestellt – mit dem Ziel, den Verband sichtbarer zu machen und andere Studierende für Hochschulsportstrukturen zu begeistern.“



**Celia Mogk**  
Beirat Gesundheit  
Uni Göttingen

„Im Beirat Gesundheit kann ich eigene Perspektiven einbringen und gleichzeitig neue Sichtweisen kennenlernen – besonders im Austausch mit anderen Mitgliedern. Ich habe das Gefühl, wirklich etwas beitragen zu können.“



**Florian Krimmer**  
Beirat Bildung & Entwicklung  
Uni Lüneburg

„Im Beirat entwickeln wir gemeinsam langfristige Strategien für den Verband – mit Fokus auf Gleichstellung und Zukunftsfähigkeit. Das ist für mich sehr bereichernd.“



**Andrea Legarreta**  
Beirat Bildung & Entwicklung  
Uni Kassel

„Im Hochschulsport geht es nicht nur um Wettkämpfe, sondern um Gemeinschaft, Chancengleichheit und Bildung. Wir arbeiten aktuell an einem Bericht zur Gleichstellung – damit alle sich angesprochen fühlen.“



**Maximilian Baal**  
Beirat FISU Games  
Uni Kassel

„Ich finde es spannend, aktiv an der Planung der FISU Games mitzuwirken. Der direkte Einfluss auf ein so großes Event ist eine tolle Erfahrung.“



**Hendrik Fliegel**  
Beirat FISU Games  
Uni Münster

„Ich schätze den Raum für eigene Ideen und die Möglichkeit, gemeinsam mit motivierten Leuten kreative Konzepte zu entwickeln. Die Arbeit macht Spaß – und bewegt etwas.“



**Karla Fischer**  
Beirat FISU Games  
Uni Lüneburg

„Im Beirat arbeiten wir eng und vertrauensvoll zusammen. Die gemeinsame Arbeit mit dem Hauptamt macht nicht nur Sinn, sondern richtig Spaß.“



**Tabea Busch**  
Beirat Bildung & Entwicklung  
Uni Frankfurt

„Der Austausch mit anderen Hochschulen, Studierenden und Hauptamtlichen ist super wertvoll. Ich wurde herzlich aufgenommen und fühle mich von Anfang an gut begleitet.“



# Vielen Dank an unsere Förderer und Partner!

Gefördert durch:



Bundesministerium  
des Innern

aufgrund eines Beschlusses  
des Deutschen Bundestages

Gefördert durch:



Bundesministerium  
für Umwelt, Naturschutz, nukleare Sicherheit  
und Verbraucherschutz

aufgrund eines Beschlusses  
des Deutschen Bundestages

Gefördert durch:



Bundesministerium  
für Familie, Senioren, Frauen  
und Jugend

aufgrund eines Beschlusses  
des Deutschen Bundestages



Ausrüster:

**CRAFT**

Gesundheitspartner:



Fitnesspartner:

**MATRIX**

Partner des Hochschulsports:

**SPORT-THIEME**

## UNICUM TV



## Digital Signage im Hochschulsport

**Kommunikation auf Bildschirmen informiert und unterhält!**

Spielen Sie Ihre Angebote, Neuigkeiten und Kurspläne in Ihrer Einrichtung auf Bildschirmen aus und ergänzen Sie sie um tagesaktuelle Nachrichten, Wettervorschau oder andere Elemente.

UNICUM TV ist seit mehr als 15 Jahren DER Spezialist für Digital Signage Netzwerke und Infoscreens im Hochschulsport und in Hochschulen.

UNICUM TV bietet Ihnen verschiedene Modelle – von der Erlös-Generierung durch ausgewählte Werbung auf Ihren bestehenden Bildschirmen bis zur kostenlosen Bereitstellung eines neuen Digital Signage Systems in Ihrer Einrichtung.

Sprechen Sie uns an:

Joachim Senk  
0234 - 5200 5911  
[joachim.senk@unicum.tv](mailto:joachim.senk@unicum.tv)

Servicepartner

**UNICUM TV**





# Für alle, die Sport lieben.

So wie wir.



## SPORT-THIEME

Bei Sport-Thieme sind wir mehr als nur ein Unternehmen – wir sind der verlässliche Partner auf eurem sportlichen Weg. Mit über 19.000 Produkten und einem engagierten Kundenservice, sei es online oder persönlich vor Ort, unterstützen euch eure Sport-Thieme Ansprechpartnerinnen bei jedem weiteren Schritt. Besucht uns auf **sport-thieme.de** und entdeckt die Welt des Sports.



**Bärbel Donhof**

☎ 05357 181-522

✉ donhof@sport-thieme.de



**Mona-Maria Cipolla**

☎ 05357 181-523

✉ cipolla@sport-thieme.de

Partner von:

