



HOCHSCHULSPORT



EUSA-Games

Strategie 2030

Markenbildung

31 2022

SPORT-THIEME

Partner des

allgemeiner deutscher
hochschulsportverband



Sport-Thieme
Ansprechpartnerinnen

Bärbel Donhof

☎ 05357 181-522

✉ donhof@sport-thieme.de

Mona-Maria Cipolla

☎ 05357 181-523

✉ cipolla@sport-thieme.de

SCHULSPORT · VEREINSSPORT · FITNESS · THERAPIE

Sport-Thieme ist **seit über 70 Jahren** in Deutschlands Sportstätten zu Hause. Mittlerweile profitieren Sport-Thieme Kunden europaweit von dem **umfangreichen Qualitätsangebot**.

In unserem Katalog und Online-Shop bieten wir über **19.000 Artikel** an. Wir bedanken uns für Ihr Vertrauen mit **100 Tagen Rückgaberecht** und mindestens **3 Jahren Garantie!**



sport-thieme.de

Wir sind Ihr Team!



0722604

Herausgeber

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

ISSN-Nummer

1869-4500

Redaktion und Gestaltung

Julia Frasch
frasch@adh.de
Telefon +49 163 2086114

Fotos

adh-Archiv
EUSA-Archiv
FISU-Archiv
Marcus Buck
Arndt Falter
Andre Goerschel
Uras İkiz
Leiner Andrés
OK EUG Lodz
Michał Walusza
adobe stock
LIGHTFIELD STUDIOS
Prostock-studio
Asier
Maridav
thakala
BGStock72
Michael Kempf
Konstantin Postumitenko

Erscheinungsweise

Viermal jährlich
Für Mitglieder gratis

Druck

TZ Verlag & Print GmbH
Bruchwiesenweg 19
64380 Roßdorf

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

nachgefragt

Strategie-Update 2030: Die Segel setzen!
#StudisBewegenDeutschland

4

4
8

partner

Teqball ist neuer adh-Servicepartner
aktivKONZEPTE und Venuzle sind adh-Softwarepartner

10

10
11

gesundheitsförderung

Gesundheitsförderung im adh: Strategische Weiterentwicklung
Active Campus Konstanz: Mentale Gesundheit im Fokus
Gesundheitsmanagement an deutschen Hochschulen

12

12
15
18

bildung

Das Geheimnis der Marken: So erschafft man eine starke Marke
Moderne Verbandskommunikation im adh-Wissensnetz

20

20
23

wettkampf

Multisportevents: Erfolgskonzept im adh-Wettkampfsport?
European Universities Games 2022: Erfolge in Lodz

24

24
26

studentisch

Studentisches Engagement: Wie läuft's in Potsdam?

29

29

Partner des Hochschulsports

Gesundheitspartner

Fitnesspartner

Hotelpartner

SPORT-THIEME



MATRIX

Premier Inn



Gefördert durch:



Bundesministerium
des Innern
und für Heimat

aufgrund eines Beschlusses
des Deutschen Bundestages

Gefördert durch:



Bundesministerium
für Familie, Senioren, Frauen
und Jugend

aufgrund eines Beschlusses
des Deutschen Bundestages



Strategie-Update 2030: Die Segel setzt



en!



Die Delegierten der adh-Vollversammlung stimmten für die Erarbeitung eines Strategiepapiers 2030, um den Verband zukunftsorientiert aufzustellen und künftige Bedarfe sowie Handlungsfelder zu definieren. Josefine Winning (HS Magdeburg-Stendal), Jörg Verhoeven (Uni Münster) und Dr. Arne Göring (Uni Göttingen) gestalten mit adh-Generalsekretär Benjamin Schenk im Rahmen einer Arbeitsgruppe den Weg zum Strategiepapier. Dr. Arne Göring erläutert Hintergründe und Meilensteine des Prozesses.

Vielfältige Referenzebenen

Der Hochschulsport bewegt sich traditionell in einem komplexen Entwicklungs- und Bedingungs- und Umfeld. Mit Referenzen zur übergeordneten Hochschul- und Sportpolitik, eingebunden in den Markt von Sport- und Bewegungsangeboten und abhängig von den institutionellen Ansprüchen der Einzelhochschule ist der Hochschulsport in unterschiedlichen Welten aktiv, in denen Veränderung und Wandel immer auch Auswirkungen auf die Entwicklung des Hochschulsports haben.

Auch der adh als Dachverband der Hochschulsporteinrichtungen in Deutschland besitzt unterschiedliche Referenzebenen: Im Sinne einer Serviceeinrichtung für die Einzelhochschule begleitet der Verband die Entwicklung des Hochschulsports konzeptionell und kompetenzorientiert. Als Veranstalter von Deutschen Hochschulmeisterschaften und anderen Wettkampfsportformaten ermöglicht der adh einen nationalen Wettkampfsportbetrieb und setzt sich für die Duale Karriere an Hochschulen ein. Aber auch international

übernimmt der adh Aufgaben, beispielsweise im Rahmen der Beschickung von internationalen Sportveranstaltungen oder durch Ausrichtung von Studierendenmeisterschaften auf europäischer oder globaler Ebene. Neben eigenen Veranstaltungen im Rahmen der Bildungsarbeit ist der adh politisch auf unterschiedlichen Ebenen aktiv und fördert den Austausch sowie Wissenstransfer zwischen den Hochschulen. Nicht zuletzt bietet das Jahr 2025 mit den Rhine-Ruhr 2025 FISU World University Games historische Chancen zur Entwicklung und Stärkung der Verbandsstrukturen.

Kontinuierlicher Wandel

Die Entwicklungsperspektiven des Hochschulsports sind damit nicht bedingungs- und voraussetzungslos. Vielmehr befindet sich der Hochschulsport und damit auch der adh durch die Einbindung in die unterschiedlichen Einflussphären in einem ständigen Veränderungsprozess. Die Beobachtung und Bewertung von übergreifenden politischen, institutionellen und gesellschaftlichen Veränderungen sind für den Hochschulsport seit jeher überlebenswichtig. Während auf der Ebene der nationalen Hochschulpolitik beispielsweise Internationalisierungsstrategien, Profilbildungs- und Autonomiediskurse sowie Digitalisierungskonzepte die Ausformung des Hochschulsports bestimmen, beeinflusst auf der Ebene der Einzelhochschule die jeweilige Zukunftsstrategie die Ausrichtung der Hochschulsportentwicklung. Darüber hinaus sind gesellschaftliche Entwicklungen, wie beispielsweise die zunehmende Prävalenz psychosozialer Erkrankungen bei Studierenden, die Digitalisierung und Flexibilisierung studentischer Lebenswelten,



Segel setzen für 2030

die so genannte Neo-ökologische Bewegung, aber auch die Veränderung von gesellschaftlich dominanten Bewegungs- und Sportpräferenzen für die programmatische und konzeptionelle Entwicklung des Hochschulsports maßgeblich. Kurzum: Die Entwicklung neuer Angebote und die Exploration von neuen Formaten und Zielgruppen gehört zum Tagesgeschäft von allen Verantwortlichen im Hochschulsport und damit auch im adh. Neue Themenfelder wie die Internationalisierung der Hochschulen, die Diversitätsförderung oder auch die Gesundheitsförderung sind nur einige Beispiele für aktuelle Entwicklungsimpulse an einzelnen Hochschulen.

Kurs auf 2030: Gemeinsam die Segel setzen

Die von der adh-Mitgliedschaft geforderte und vom adh-Vorstand eingeleitete Strategieentwicklung 2030 nimmt auf diese Veränderungsprozesse Bezug und verfolgt das Ziel, die tradierten Handlungs- und Politikfelder des adh zu überprüfen und gegebenenfalls zu justieren: Entspricht der adh noch den Erwartungen und Ansprüchen seiner Mitglieder oder braucht es ein Strategie-Update, um auch im Jahr 2030 noch zukunftsfähig zu sein und relevante Impulse für die Hochschulsportentwicklung setzen zu können? Welche Themenfelder soll der adh in Zukunft bearbeiten und wel-

che Angebote sollte er machen? Was sind die Schwerpunkte der Verbandsarbeit und welche Ressource braucht der adh für eine erfolgreiche Bewältigung der Aufgaben? Wie soll der Verband der zunehmenden Themendichte begegnen?

Der Strategieentwicklungsprozess ist sequenziell aufgebaut und zielt auf eine nachhaltige Bearbeitung dieser Fragestellungen.

Erste Erkenntnisse zu den Bedarfen, Zukunftsaussichten und Erwartungen der einzelnen Hochschulsporteinrichtungen liefert zunächst die Verbandsbefragung, die im Juli und August 2022 durchgeführt wurde. Darauf aufbauend wird am 24. und 25. November 2022 in Hannover ein offener Strategieworkshop mit allen Hochschulsporteinrichtungen durchgeführt, in dem die Leitplanken der zukünftigen Verbandsarbeit erörtert und abgestimmt werden sollen. Hierbei werden Zukunftsszenarien diskutiert und gemeinsame Visionen über die adh-Zukunft entwickelt. In kleinen Ad-hoc-Arbeitsgruppen sollen dann ausgewählte Entwicklungsperspektiven in ihren strategischen Eckpfeilern genauer skizziert und ausgearbeitet werden.

Ein chinesisches Sprichwort sagt „Nicht der Wind, sondern das Segel bestimmt die Richtung“. Es ist der Anspruch des Strategie-Updates, die Segel im weiteren Prozess so zu setzen, dass der adh auch im Jahr 2030 noch auf dem richtigen Kurs ist, so turbulent und dynamisch die relevanten Umwelten auch sein mögen. Ein entscheidendes Element für den Erfolg dieses Prozesses ist die Partizipation und Mitwirkung aller Akteursgruppen. Während die Verbandsbefragung zunächst an Hochschulsportleitungen und studentische Vertretende gerichtet war, sind für den im November folgende Strategieworkshop alle Akteursgruppen und Interessierte eingela-

DER ADH LEBT UND BRAUCHT BETEILIGUNG! ER IST SO STARK, WIE SEINE MITGLIEDER IHN MACHEN. DAHER IST FÜR MICH, DER SICH EINEN EINFLUSSREICHEN, AGILEN, ZUKUNFTSFÄHIGEN UND NOCH PROFESSIONELLEREN DACHVERBAND WÜNSCHT, AKTIVES ENGAGEMENT SELBSTVERSTÄNDLICH UND EINE BREITERE BETEILIGUNG DER MITGLIEDERSCHAFT AN DER VERBANDSARBEIT NICHT NUR WÜNSCHENSWERT SONDERN NOTWENDIG.

Jörg Verhoeven, Uni Münster

DIE ARBEIT AN DER ADH-STRATEGIE 2030 BIETET DEM VERBAND ABER VOR ALLEM AUCH DER MITGLIEDSCHAFT UND DAMIT JEDER EINZELNEN HOCHSCHULE DIE GELEGENHEIT, AKTIV DIE ZUKUNFT DES HOCHSCHULSPORTS MITZUGESTALTEN. AUFGRUND VON VIELFALT UND DIVERSITÄT DER HOCHSCHULEN WAR ES UNS BESONDERS WICHTIG, EINEN WIRKLICH PARTIZIPATIVEN PROZESS ZU ENTWICKELN. SO STEHT NEBEN ERHEBUNG UND STRATEGIEWORKSHOP AUCH DAS WISSENSNETZ FÜR EINE BETEILIGUNG ZUR VERFÜGUNG. DER STRUKTURPROZESS HAT GEZEIGT, DASS DIE VERBANDSARBEIT NUR SO GUT SEIN KANN, WIE DAS ENGAGEMENT DER MITGLIEDER. AUS DIESEM GRUND LADEN WIR HERZLICH EIN, GEMEINSAM DIE SEGEL ZU SETZEN.

Josefine Winning, HS Magdeburg-Stendal

den. Adressiert werden explizit nicht nur die Studierenden, sondern auch Hochschulsportmitarbeitende, denen die Zukunft des adh am Herzen liegt. Nur wenn

es dem adh gelingt, die Diversität der vielen unterschiedlichen Mitgliedshochschulen auch zukünftig in Bezug auf ihre spezifischen Entwicklungsanforderungen

und Bedarfserwartungen abzubilden, wird der adh auch im Jahr 2030 noch das sein, was er heute ist: Ein junger, dynamischer Verband mit einem vielfältigen Angebotspektrum und einer Partizipationsstruktur, die zum Mitmachen und Gestalten einlädt.

■ Dr. Arne Göring,
AG Strategie 2030



Weitere Infos zum Strategieprozess 2030 finden Sie im adh-Wissensnetz.

DURCHSTARTEN mit der richtigen Technik von Aschenbach

- Mikrofonanlagen und Zubehör
- Mobile Musikanlagen
- Kursraumanlagen
- Lichtanlagen u. v. m.

Aschenbach
TECHNIKDESIGN

#StudisBewegenDeutschland

Eine Reise durch die (Hochschul)Sportwelt

Die studentischen Vorstandsmitglieder Franziska Faas, Julia Berschick und Joshua Miethke blicken auf ihre Zeit im adh-Vorstand zurück. Mit ihren Gedanken zur zurückliegenden Reise durch die (Hochschul)Sportwelt, möchten sie Begeisterung für die gemeinsame Arbeit im adh schaffen und gleichermaßen auffordern und ermutigen, die Verbandswelt mitzugestalten.

Zwei Jahre studentisches Engagement

Studentisches Engagement bildet nicht nur ein zentrales Element der Hochschulsportwelt, sondern gestaltet im Gegenzug auch den Alltag vieler Studierenden direkt und indirekt mit. Ob im Wettkampf- oder Breitensport, auf dem Campus oder in der Region – die Engagementfelder sind vielfältig. Diversität und Vielseitigkeit zeichnen nicht nur jeden Menschen aus, sondern prägen auch tagtäglich die Arbeit. Die Hochschulsportwelt bietet dabei gerade für Studierende in ihrer persönlichen und beruflichen Entwicklung zahlreiche Möglichkeiten.

Die vergangenen zwei Jahre waren eine Reise durch die (Hochschul)Sportwelt. Sie hat uns als Team im (studentischen) Vorstand überregional und deutschlandweit zusammengebracht. Das kalte Wasser, in das wir gesprungen sind, lud nicht immer zum Schwimmen ein. Doch unsere Motivation, Neues zu erkunden, ist so stetig gewachsen, wie die Kilometerstrecken, die wir mit der Deutschen Bahn zurückgelegt haben.

Die zwei Jahre im studentischen Vorstand waren nicht nur geprägt durch unsere Ar-

beitsschwerpunkte Gesundheitsförderung, Wettkampf sowie die Schnittstelle Öffentlichkeitsarbeit und Marketing, sondern vor allem durch vielfältige, verbandsübergreifende Themen, die wir im studentischen Kontext mitbegleiten und mitgestalten konnten.

Engagement, Partizipation und Ehrenamt: Drei Wörter, die nicht nur im adh großgeschrieben werden, sondern vor allem die Sportwelt und unsere Amtszeit beeinflussen. In der Praxis trugen vor allem die Veranstaltungen dazu bei, Gedanken gemeinsam zu festigen und neue Studierende für die eigenen Ideen und die Verbandswelt zu begeistern. Zu Beginn der Amtszeit brachten uns flexible, digitale Formate zusammen und stellten uns vor die Herausforderung, uns zunächst rein digital und unpersönlich in der Hochschulsportwelt einen Platz zu suchen.

730 Tage mitdenken und mitgestalten

Zu Beginn unserer Amtszeit war das Ziel klar: Die (Hochschul)Sportwelt mitgestalten und den studentischen Impuls zu nutzen, der eigenen Zielgruppe näher zukommen. Ein Raum zu schaffen zur eigenen und gemeinsamen Entfaltung – zum Mitdenken. Die Bereitschaft, sich selbst zu entfalten und Türen der Partizipation zu öffnen, reicht jedoch oftmals nicht aus. Um Engagement auch in Zukunft zu fördern, muss jenes neu gedacht werden. So wie sich die Gesellschaft und die hochschulische Ausbildung in den letzten Jahren geändert haben, muss sich das (studentische) Engagement an diese „neuen“ Gegebenheiten anpassen. Stu-

dium bedeutet heute, möglichst in Regelstudienzeit eine Ausbildung abzuschließen und Module zu absolvieren. Hierbei bleibt wenig Raum zwischen Abgaben, Pflichtterminen, Minijob und Familie, den Gedanken an ein Ehrenamt überhaupt zu finden. Erhält man doch einen Zugang dazu, wird das Ehrenamt auch schnell zu einem zweiten Nebenjob. Das mussten auch wir feststellen.

17.520 Stunden Verantwortung tragen

Studentisches Engagement und die Entscheidung für den studentischen Vorstand hat für uns die Bereitschaft bedeutet, Verantwortung zu tragen und fast täglich mit dem Gedanken aufzuwachen, die eigene Motivation für den Hochschulsport nach außen zu tragen. Eine Aufgabe, der man keinesfalls täglich gewachsen ist und wöchentlich die gleiche Aufmerksamkeit schenken kann. Vielmehr eine Herausforderung, die es galt, gemeinsam zu lösen und die eigene Persönlichkeit im Prozess herauszukristallisieren. Engagement muss flexibel und individuell gedacht werden! Dass sich Studierende so einbringen können, dass ein Ehrenamt ihr Leben ergänzt und sie an Erfahrungen und Wissen außerhalb ihres Studiums gewinnen, sahen wir als Chance an. Den Campus und das eigene Studierendeleben zu gestalten und Verantwortung für die eigene Zukunft zu übernehmen, sind erste Schritte zu mehr aktivem Engagement. Ein höheres Maß an Partizipation erzeugt dann nur ein Umfeld, das einen geeigneten Raum zur Umsetzung bietet.

Die Partizipation an den Rhine-Ruhr 2025 FISU World University Games sehen wir zukünftig als einen entscheidenden Impuls für die individuelle persönliche Entwicklung und darüber hinaus für die Identifikation mit dem Hochschulsport. Teilnahmen zu erhöhen, heißt auch Teilhabe zu stärken und in den Köpfen aller Personen im Verband zu verankern.



Franziska Faas, Joshua Miethke und Julia Berschick

1.051.200 Minuten emotionale Achterbahn

Hochschulsport in drei Wörtern bedeutet: Bewegung, Emotionen und Gemeinschaft. Transportiert wird der Hochschulsport täglich vor Ort, bei Wettkampfveranstaltungen und auf der Zielgerade vor Entscheidungen, die für Studierende mehr bedeuten als nur dabei zu sein. In unseren Köpfen ist der Hochschulsport verankert durch Bilder und Erfahrungen – durch ein Gefühl, welches weit über diese drei Worte hinaus geht. Bewegung und Emotionen bedeuten jedoch immer auch ein Auf und Ab, die Auseinandersetzung in kontroversen Diskussionen, der Umgang mit einem Ungleichgewicht von Einsatz und Ertrag. Doch was immer mitspielt, ist ein Gefühl der Gemeinschaft und der gleichen Blickrichtung. Ein Netzwerk fürs Leben und eine Erfahrung, die keiner missen möchte. So mussten auch wir feststellen, dass mit offenen Armen empfangen zu werden, gleichermaßen bedeutet, dem Hochschulsport einen großen Raum im eigenen Leben zu geben.

#StudisBewegenDeutschland – Es war uns ein(e) Ehre(namt)

Unter dem #StudisBewegenDeutschland wollte und haben wir dem Thema studentischer Engagementförderung im adh Raum und Gehör verschafft. Ein Ansatz, der zeigen sollte, was es bedeutet, sich „Ehrenamt leisten können zu müssen“. Eine Idee, die gereift ist aus gemeinsamen Stunden der Verzweiflung und der gleichzeitigen Motivation, jungen Menschen im Hochschulwesen Gehör zu verschaffen. Ein Ziel, das uns aus studentischer Perspektive am Herzen lag und das wir nur in Teilen erreicht haben. Gelernt haben wir als Team vor allem, dass gewisse Ziele im Prozess zu Teilzielen werden – sich das Rad des Hochschulsports kontinuierlich weiterdreht, Kapazitäten begrenzt sind und durch den adh-Alltag in Anspruch genommen werden. Unser Appell an alle Studierenden lautet daher: Nutzt die Chance, nicht nur den Campus vor Ort zu erleben, sondern die Hochschulsportwelt zu Eurer zu machen. Studentisches Engage-

ment beginnt bei jeder und jedem selbst, Freiraum zum Mitgestalten erfordert Personen, die diesen einräumen. Ein Ehrenamt einzugehen, bedeutet bewusst Verantwortung tragen zu wollen, sich einem Thema anzunehmen und es zu seinem eigenen zu machen. Bewegung in ein Thema zu bringen und Emotionen zu vermitteln ist dabei das Kernziel, das es vorrangig in der immer kürzer werdenden Zeit bis zu den Rhine-Ruhr 2025 FISU World University Games auch überregional zu transportieren gilt.

Ein Kapitel abzuschließen, bedeutet für uns drei vor allem, ein neues anzufangen und auf den geschriebenen Geschichten der letzten Zeit aufzubauen. Der Hochschulsport wird dabei immer einen Raum für Gedanken und Gefühle beinhalten! Es war uns ein(e) Ehre(namt)!

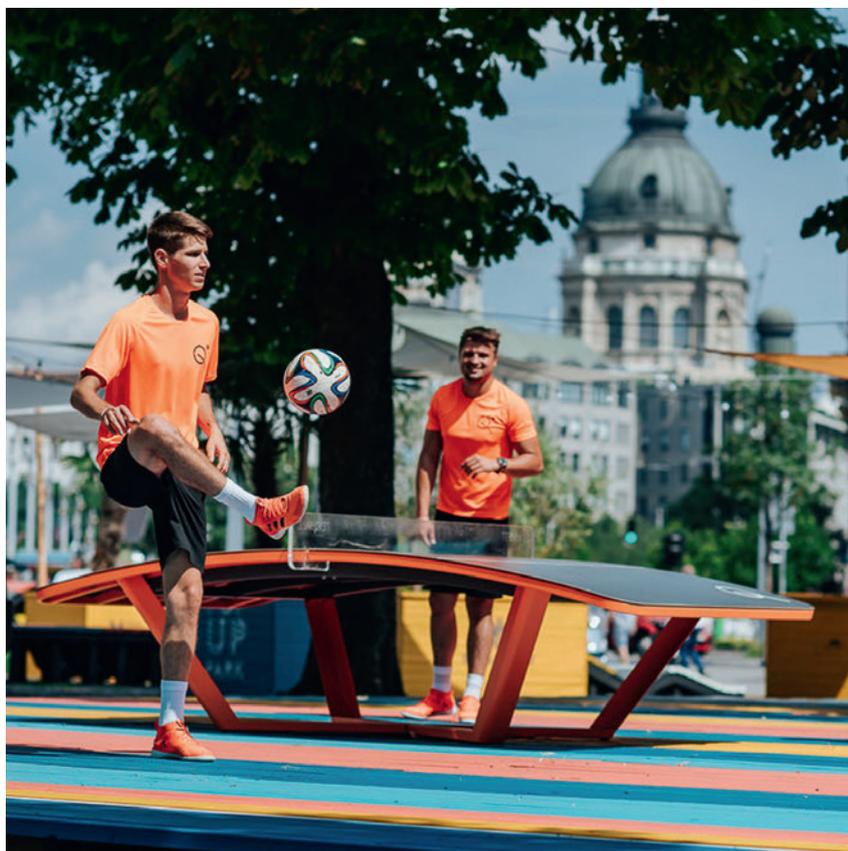
■ Franziska Faas, Julia Berschick
und Joshua Miethke,
studentische adh-Vorstandsmitglieder

Teqball ist neuer adh-Servicepartner

Teqball ist eine auf Fußball basierende Sportart, die auf einem speziell gebogenen, tischtennis-ähnlichen Teq-Tisch gespielt wird und eine neue Generation von Sportlerinnen und Sportlern begeistert. Ihr Ziel ist es, technische Fähigkeiten, Konzentration und Ausdauer im Spiel zu kombinieren.

Die 2012 in Ungarn entstandene Sportart ist ein geschlechtergerechtes Spiel, da die Regeln festlegen, dass Teqball unabhängig vom Geschlecht zwischen zwei (Einzel) oder

vier Aktiven (Doppel) nach einem Punktesystem gespielt wird. Beim Teqball, dem Mix aus Tischtennis und Fußball ist es das Ziel, den Ball mit maximal drei Berührungen auf die gegnerische Seite des Tisches zu bringen. Da kein Körperkontakt zwischen den Aktiven oder zwischen den Aktiven und dem Tisch erlaubt ist, ist das Risiko von Stoßverletzungen äußerst gering. Der Sport kann auf verschiedenen Untergründen wie Sand, Acryl oder in der Halle gespielt werden. Weitere Teq-Varianten sind speziell für Volleyball-, Tischtennis- und Handball-Fans ausgelegt.



Teqball begeistert bundesweit Studierende

TEQBALL
WORLD IS CURVED

„Teqball ist im Hochschulsport angekommen und begeistert beispielsweise in Göttingen, Hamburg und Hannover die Sportlerinnen und Sportler. Wir freuen uns über die Partnerschaft mit Teqball, die aufgrund ihrer Vielfalt und Innovationskraft perfekt zum Hochschulsport passt. Ich bin mir sicher, dass sich weitere Hochschulsporteinrichtungen von der Faszination Teqball anstecken lassen“, so das studentische adh-Vorstandsmitglied Joshua Miethke.

Massimo Artioli von Teqball ergänzt: „Teqball schult vielseitige Bewegungserfahrungen sowie den Teamgeist und bietet für zahlreiche Ballsportarten Trainingselemente. Die Kooperation mit dem adh und seinen Mitgliedshochschulen ist für Teqball ein wichtiger Schritt auf dem Weg, eine offiziell anerkannte Sportart zu werden. Damit sich die Vertreterinnen und Vertreter der adh-Mitgliedshochschulen direkt von der Faszination Teqball überzeugen können, sind wir mit einem Teq SMART-Tisch zu Gast bei der adh-Vollversammlung 2022 in Berlin. Wir freuen uns auf viele spannende persönliche Begegnungen an den Teq-Tischen und die Partnerschaft.“

Mehr Informationen zu Teqball sind im adh-Servicebereich oder direkt auf der Teqball-Homepage zu finden.

Kontakt und Infos

- Tel.: +49 170 2753485
- E-Mail: massimo.artioli@teqball.com
- teqball.com

▪ Julia Frasch,
adh-Öffentlichkeitsreferentin

aktivKONZEPTE und Venuzle sind adh-Softwarepartner

Seit Juni 2022 sind die aktivKONZEPTE AG sowie die Venuzle GmbH neue Softwarepartner des adh. Beide Unternehmen bieten vielfältige Lösungen zur erfolgreichen Digitalisierung von Sport- und Bewegungseinrichtungen.

aktivKONZEPTE

Die Saarländer aktivKONZEPTE AG beschäftigt sich seit 20 Jahren mit dem Thema Digitalisierung von Sport- und Bewegungseinrichtungen. Für die Hochschulen entsteht durch die Kooperation mit dem adh ein großer Mehrwert: aktivKONZEPTE bietet sowohl Softwarelösungen für die Buchung und das Management von Kursen und Veranstaltungen (aktivSYSTEM Business) als auch für die Digitalisierung der hochschuleigenen Fitnessstudios (aktivSYSTEM Training) an.

„Unsere Zielstellung ist es, das Management von Kursen für die Administration möglichst einfach und effizient zu gestalten. Wir setzen konsequent auf Automatisierung und Ressourcenoptimierung. Apps und Webanwendungen zur Buchung von Kursen für die Teilnehmenden des Hochschulsports sind für uns ebenso selbstverständlich wie die Bereitstellung von Tools zum Kursmanagement und der Anwesenheitsverwaltung für die Kursleitenden,“ so Daniela Neu, Vorstand der aktivKONZEPTE AG. „Mit hochschulspezifischen Anforderungen wie statusabhängigen Kursgebühren oder nutzungsspezifisch differierenden Anmeldezeiträumen kennen wir uns ebenfalls bestens aus“. Weiter glaubt sie, „dass wir für den Hochschulsport aufgrund unserer Genese und der perfekten Symbiose aus Verwaltungs- und Trainings-



aktivKONZEPTE und Venuzle bieten vielfältige Software-Lösungen für den Hochschulsport

software ein optimaler Partner sein werden. Mein Entwicklungs- und Supportteam freut sich auf die Anforderungen der kommenden Kooperationsjahre.“

Venuzle

Mit seiner innovativen Verwaltungssoftware will das österreichische Unternehmen Sportlerinnen und Sportler mit Sportstätten verbinden. Auch für den Hochschulsport eröffnet die Anwendung vielfältige Möglichkeiten. Der Venuzle Manager unterstützt dabei, Sportanlagen und Sportkurse zu organisieren und diese für Sporttreibende online einsehbar und buchbar zu machen. Vor allem minimiert der Venuzle Manager den administrativen Aufwand für die Sport anbietenden und fördert die Digitalisierung der Verwaltung. Zudem bietet das Tool den Sportlerinnen und Sportlern eine kundenfreundliche Buchungsoberfläche.

Seit der Gründung ist Venuzle ein wachsendes Unternehmen in Österreich und Deutschland, das jeden Tag aufs Neue sportbezogene Einrichtungen betreut.

„Unser Venuzle Manager ist dank der einfachen, benutzungsfreundlichen Handhabung der Software-Oberfläche, verbunden mit ausgeklügelten Prozessen im Hintergrund, das perfekte Tool für die moderne Verwaltung von Hochschulsportangeboten,“ freut sich Venuzle-Geschäftsführer Dr. Wolfgang Lang auf die Partnerschaft mit dem adh.

Weitere Infos

Mehr Informationen zu aktivKONZEPTE und Venuzle sind im Servicebereich der adh-Website zu finden.

■ Niklas Walter,
adh-Öffentlichkeitsreferat



Gesundheitsförderung im adh: Strategische Weiterentwicklung

Nach den Entwicklungen der vergangenen Jahre sollten die adh-Mitgliedshochschulen und der adh die Chancen nutzen, die sich für den Bereich Gesundheitsförderung an Hochschulen bieten. Welche Möglichkeiten es gibt und was die nächsten Schritte sein können, wird aktuell im Verband diskutiert. Der Artikel liefert einen Überblick über den aktuellen Diskussions- und Entwicklungsstand und gibt einen Ausblick auf die damit verbundenen Perspektiven.

Grundlagen und der Weg zur Strategie

Aufgrund der zunehmenden Bedeutung von Gesundheitsförderung an Hochschulen und der damit einhergehenden Dringlichkeit – gerade vor dem Hintergrund

der vergangenen Pandemiejahre – eine gesundheitsförderliche Lern- und Lebenswelt zu schaffen, nimmt das Themenfeld Gesundheitsförderung im Hochschulsport eine immer bedeutendere Rolle ein. Dies spiegelt sich auch in der täglichen Arbeit im Verband, in den adh-Mitgliedshochschulen, in der Geschäftsstelle, in den Gremien sowie bei adh-Veranstaltungen wider.

Als Ansprechpartner für Sport, Bewegung und Bewegungsförderung im Setting Hochschule kann der Hochschulsport über die Gesundheitsförderung nicht nur Fördermittel und Personal generieren, sondern erhält einen Zugang zu neuen Zielgruppen, die über den Gesundheitskontext hinaus in Kontakt mit dem Hochschulsport kommen. Vielerorts haben die Hochschulsporteinrich-

tungen Gesundheitsförderung als zentrales Thema für sich erkannt und stark vorangetrieben. Die aktuelle politische und gesellschaftliche Diskussion ermöglicht über das Handlungsfeld Gesundheitsförderung eine dauerhafte Verbindung zu strategischen Partnern aus dem Gesundheitssektor.

Nun ist es an der Zeit, den Entwicklungen und dem Bedeutungszuwachs der letzten Jahre Rechnung zu tragen und die Weiterentwicklung des adh im Bereich Gesundheitsförderung sichtbar zu machen. Ein erster Schritt soll die Ergänzung des adh-Leitbilds sein. Diskussionen über eine gemeinsame Strategie und eine mögliche Leitbildformulierung werden bereits in den adh-Gremien, den Landes- und Regional-konferenzen, sowie im adh-Wissensnetz geführt.

Nachfolgend sollen die Genese des Prozesses und der aktuelle Arbeitsstand dargestellt werden, um eine breite Beteiligung der adh-Mitgliedschaft an der Leitbild- und Strategieentwicklung sicherzustellen.

Handlungsfelder für Mitgliedshochschulen und adh

Hochschulen sind als Lebenswelt der Hochschulangehörigen ein geeignetes Umfeld, um körperliche Aktivität und Gesundheit zu fördern. Durch entsprechende Angebote wird zu einem nachhaltig gesunden Lebensstil beigetragen und somit zu einer gesundheitsförderlichen Lern- und Lebenswelt. Speziell der Hochschulsport, als fakultäts- und abteilungsübergreifende Einrichtung, kann situationsgerecht, dynamisch und agil auf die Bedürfnisse aller Hochschulangehörigen reagieren. Seine gelebte Partizipation und der gute Kontakt zu den Studierenden, Lehrenden und Mitarbeitenden ermöglicht ihm die Koordinierung von operativen Maßnahmen unter Einbeziehung der jeweiligen Zielgruppen.

Die Heterogenität der adh-Mitgliedschaft spiegelt sich auch in den unterschiedlichen Ressourcen wider, die benötigt werden, um das Thema Gesundheitsförderung nicht nur auf der operativen Maßnahmen-Ebene zu entwickeln, sondern sich darüber hinaus als Träger eines strukturierten Gesundheitsma-

agements (SGM, BGM, HGM) an der Hochschule neben anderen Akteurinnen und Akteuren zu positionieren.

Leistungen des adh

Das Themenfeld Gesundheitsförderung gestaltet sich an den Hochschulen sehr unterschiedlich hinsichtlich der strukturellen Verankerung, der personellen und finanziellen Ressourcen oder des Know-how. Vor diesem Hintergrund sollte der adh die Hochschulsporteinrichtungen bei ihren individuellen Herausforderungen unterstützen. Mögliche Bereiche der Unterstützung könnten sein:

- strukturierter Wissenstransfer (z. B. Leitlinien, Fact- und Action-Sheets, Handreichungen für Gesundheits- und Bewegungsförderung, Zertifizierung von Präventionsangeboten, Multiplikatorinnen- und Multiplikatoren-Schulungen)
- Entwicklung und Etablierung von Instrumenten der Qualitätssicherung im Handlungsfeld Gesundheitsförderung (z. B. Evaluierungsinstrumente, Benchmarking)
- Qualifizierungsangebote zu Themen des (hochschulischen) Gesundheitsmanagements, Mentoringprogramme, Basisseminare zu den Grundlagenthemen der Gesundheitsförderung sowie Spezialisierungsmodule (z. B. Projektmanagement in der Gesundheitsförderung, Mittelakquise in der Gesundheitsförderung)
- Förderung des Austauschs mit Akteurinnen und Akteuren der Gesundheitsförderung (z. B. für Kooperationen) mit anderen Hochschulsporteinrichtungen (z. B. Best-Practice Beispiele, Strukturentwicklung)
- Unterstützung der Hochschulsporteinrichtungen bei der Durchführung von Standortanalysen zur Vorbereitung der (strukturellen) Positionierung im Bereich Gesundheit an der eigenen Hochschule

- Baukasten „Gesundheitsförderung“ (z. B. Ideen- und Konzeptpool, Praxisbeispiele, Pausenexpress inkl. Handbuch, Schulungen, Austausch, Leitbildformulierungen, Expertinnen- und Experten-Pool, Bewegungsvideos, Checklisten für Maßnahmen und Angebote, Nudging, Apps, Gesundheitscreening)
- Netzwerktreffen zu aktuellen Themen und Trends im Kontext der Gesundheitsförderung
- Markenentwicklung

Durch die strukturelle Verankerung und somit Stärkung des Themenbereichs Gesundheitsförderung im adh, erfolgreiche Lobby- und Netzwerkarbeit des Verbands und vielseitige verbandsinterne Unterstützungsleistungen können Mitgliedshochschulen zukünftig bei ihrer wertvollen Arbeit im Bereich Gesundheitsförderung noch besser unterstützt und sichtbar gemacht werden.

Möglichkeiten und Perspektiven für die adh-Mitgliedshochschulen

Der Hochschulsport verfügt vielerorts über eine große Expertise im Bereich Gesundheitsförderung. Sein mehrdimensionaler Zugang – über Fakultätsgrenzen hinweg – zu allen Statusgruppen bietet die Möglichkeit, in der Gesundheitsförderung eine Koordinationsfunktion einzunehmen und ein Netzwerk innerhalb der Hochschulen aufzubauen. Damit können seine Handlungsfelder sowie seine Wirkungsbereiche erweitert werden. Neben der Partizipation ist Qualitätssicherung ein Erfolgskriterium bei der dauerhaften Umsetzung eines Gesundheitsmanagements, was der Hochschulsport vielerorts durch die Anbindung an die Wissenschaft sicherstellen könnte. Mögliche Wirkungsbereiche könnten unter anderem sein:

- Auf- und Ausbau von Angeboten (z. B. Präventionskurse, Achtsamkeitskurse)
- Gesundheitsförderung als Forschungs-



Vorstandsmitglied Franziska Faas bei einer Diskussionsrunde zur Gesundheitsförderung

und Anwendungsfeld sowie Bestandteil der Lehre (z. B. Integration des Themenfelds Gesundheit ins Curriculum, Bildungsangebote wie Wissenschaft im Hochschulsport, Austausch über Forschung im Anwendungsfeld Hochschulsport, Kooperation mit Forschungseinrichtungen wie Psychologie, Erziehungswissenschaften oder Sportwissenschaften)

- Service- und Dienstleistungen (z. B. Gesundheitszertifikate, Fortbildungen für Dozierende, Anbindung an Hochschuldidaktik, Beratungen, Sprechstunden, Vortragsreihen, Podcasts zu Gesundheitsthemen, Gesundheitsscreenings, Pausenexpress)

Visionen und nächste Schritte

Das Handlungsfeld Gesundheitsförderung kann zur hochschulpolitischen und politi-

schen Stärkung des Hochschulsports beitragen. Dabei sollten folgende Visionen verfolgt werden:

- Gesundheitsförderung wird zum Teil des Selbstverständnisses der Hochschule und der Hochschulangehörigen und zu einem zentralen Element der Kultur an Hochschulen.
- Der Hochschulsport ist wichtiger Player im Bereich Gesundheit der Hochschule und wird je nach Standortvoraussetzung beispielsweise mit der Koordination der Gesundheitsförderung beauftragt oder ist Träger eines Gesundheitsmanagements (SGM, BGM, HGM) und wird mit den entsprechenden finanziellen sowie personellen Ressourcen ausgestattet.
- Der adh präsentiert sein Engagement im Bereich Gesundheitsförderung durch eine Ergänzung des Leitbilds aktiv nach innen und außen.

Ausblick für die adh-Vollversammlung 2022

Wie die Visionen im Rahmen der adh-Vollversammlung im Oktober 2022 diskutiert und möglicherweise verabschiedet werden, ist noch nicht absehbar. Der Diskurs im Verband und in der Mitgliedschaft ist im vollen Gange und es wird sich zeigen, ob die Errungenschaften der letzten Jahre an den Standorten und im adh auch langfristig ihre Wirkung entfalten können.

Weitere Infos

Weitere Informationen und Hintergründe zum Thema finden Sie im adh-Wissensnetz sowie im Bereich Gesundheitsförderung auf der adh-Website.

- Esa Böttcher, adh-Projektleiterin Gesundheitsförderung, Benjamin Schenk, adh-Generalsekretär und AG Gesundheitsförderung des Beirats Bildung und Entwicklung

allgemeiner deutscher
hochschulsportverband

adh

adh

JETZT BEWERBEN!

QUALIFIZIERUNGSREIHE
GESUNDHEITSMANAGEMENT IM
UND DURCH DEN HOCHSCHULSPORT



Qi Gong wurde in den Aktionswochen dreimal nachmittags und am Abschlussabend angeboten

Active Campus Konstanz: Mentale Gesundheit im Fokus

Der „Active Campus Konstanz“ (ACK) ist der Bereich für die studentische Gesundheitsförderung im Hochschulsport Konstanz, der im Rahmen der Projekte „Bewegt studieren – Studieren bewegt!“ 1.0 und 2.0 entstanden ist. Im Sommersemester 2022 bot der ACK die Aktionswochen „Mentale Gesundheit im Fokus“ an. Das Programm überzeugte in seiner Vielfalt und differenzierten Ausprägung.

Auftragserteilung und Programmplanung

Beim ACK wird darauf gesetzt, Studierende möglichst umfassend an der Planung und Durchführung gesundheitsfördernder Angebote der Universität Konstanz zu beteiligen. Die studentische Projektgruppe des

ACK bestand im Wintersemester 21/22 aus drei Studentinnen, die sich im Rahmen einer Schlüsselqualifikationsveranstaltung zum Projektmanagement für den Themenschwerpunkt „Mentale Gesundheit“ entschieden hatten. Ronja Beyer, Lucie Geiger und Annika Heckmaier wählten dieses Thema aus, da die Corona-Pandemie mit ihren offensichtlich negativen Einflüssen auf die mentale Verfassung vieler Studierender eine besonders große Notwendigkeit erkennen ließ: Während der Corona-Pandemie sind Studierende in weitestgehender Isolation psychisch stark belastet worden und standen lange Zeit nicht im Fokus staatlicher Stellen. Der Hochschulsport fand die Themenwahl daher absolut richtig, machte aber darauf aufmerksam, dass im Rahmen

des Projekts Bewegung eine zentrale Rolle spielen sollte. Die Projekt-Planungen im Wintersemester liefen unter dieser Maßgabe weiter und es wurde versucht, möglichst viele Studierende, vor allem aus den Bereichen Sport und Psychologie, zu rekrutieren, die unter dem Aspekt „Hilfe zur Selbsthilfe“ unterschiedliche Bewegungsangebote anleiten sollten. Zusätzlich wurde universitätsintern und auch extern nach Expertinnen und Experten gesucht, die einen theoretischen Background zum Themenfeld Mentale Gesundheit liefern könnten. Für die Durchführung wurde der Monat Mai im folgenden Sommersemester ausgewählt.

Aktionswochen zum Thema „Mentale Gesundheit“

Vom 3. bis 25. Mai 2022 konnten in den Aktionswochen mehr als 30 Programmpunkte zum Thema „Mentale Gesundheit“ angeboten werden. Für die Ankündigung der Veranstaltungsreihe wurden daher mehrere Plakate erstellt, da eines die Fülle der Angebote nicht übersichtlich aufnehmen konnte. So entstan-



Postkarte zur online-Bewerbung der Aktionswochen

den insgesamt vier Plakate, je eines für die Bewegungsangebote und für die übrigen Veranstaltungen. Auftakt und Ausklang wurden zusätzlich beworben.

Alle Programmpunkte waren für Studierende kostenfrei und konnten spontan und ohne vorherige Anmeldung wahrgenommen werden. Die bewegten Trainingseinheiten fanden in den drei Wochen möglichst zum gleichen Termin statt, damit die Teilnehmenden eine bessere Chance hatten, durch den wiederholten Besuch positive Effekte für sich feststellen zu können. Außerdem wurde daraufgesetzt, über den Zeitraum der Projektwochen durch Mund-zu-Mund-Propaganda weitere Teilnehmende zu rekrutieren.

Zwischen Auftakt und Ausklang – neue Impulse und Wiederholung

Die Veranstaltungsreihe zur mentalen Gesundheit eröffnete am 3. Mai 2022 der Konstanzer Prorektor für Lehre, Prof. Dr. Michael Stürner. Die Psychologische Beratungsstelle und das Begleitprogramm „Studis mit Studis“ gaben Einblicke in ihre Arbeit, bevor

das Projektteam des ACK das Programm der Aktionswochen vorstellte. Am selben Abend war das Improtheater Konstanz zu Besuch und gestaltete einen Workshop mit dem Thema „Souveräner Umgang mit dem Unplanbaren“. Das Improtheater brachte die Teilnehmenden mit dem PLAY!-Modell in eine Leichtigkeit, die es ermöglichen soll, mit dem Unplanbaren zukünftig souveräner umzugehen. „Es gelang eine einmalige Verknüpfung von theoretischen Inhalten und praktischer Anwendung verschiedener Übungen. Das war ein genialer Abschluss für den ersten Tag der Aktionswochen“, bilanzierte die Konstanzer Hochschulsportleiterin Petra Borchert.

Um auch Interessierte anzusprechen, die nicht die Möglichkeit hatten, Angebote in Präsenz wahrzunehmen, stand der Vortrag zum Thema „Stressfrei durch das Studium“ sowohl online als auch analog auf dem Programm. Mit ähnlichem Schwerpunkt und dem Ziel eines klaren Zeitmanagements und einer guten Lernstruktur im Studium wurde außerdem der Workshop „Studieren zwischen Couch und Küchentisch“ veranstaltet.

Anhand wissenschaftlicher Erkenntnisse und eigener Erfahrungen wurden Tipps gegeben und Tricks gezeigt, wie alle mehr Struktur in ihren Alltag bringen und ein Studium ohne zu viel Stress realisieren können. Ein ähnliches Ziel verfolgte auch der Workshop „Resilienz – wie bleibe ich bei Stress gesund?“. Die Teilnehmenden bekamen Informationen zu verschiedenen Resilienz-Faktoren an die Hand und konnten die Wirkung verschiedener Mentalstrategien ausprobieren.

Einen Termin absagen, um eine Fristverlängerung bitten und letztendlich einen guten Umgang zwischen Studierenden, Hochschulangehörigen und Lehrenden zu finden, fällt nicht allen leicht. Eine Psychologie-Studentin und Mitglied des Senats initiierte daher die Diskussionsrunden „Wie sag ich das jetzt?“. In einem ersten Austausch „Studis only“ wurden die Herausforderungen im Uni-Alltag erarbeitet und Erfahrungen, Wünsche, Fragen und Vorschläge gesammelt. Der zweite Teil zum Thema fand mit weiteren Gästen von Uni-Seite statt. Gemeinsam wurde anhand von Best Practice-Beispielen formuliert, wie eine alltägliche Kommunikation von mentalen Schwierigkeiten an der Uni aussehen könnte.

Einen Höhepunkt bildete der Besuch von Prof. Peter Busch-Jensen von der Universität Roskilde (Dänemark): In seinem ersten Vortrag sprach er über Kritische Psychologie und den Diskurs zwischen dem wissenschaftlichen Ansatz der Psychologie und der Rolle des „Ich“. Mit dem erlangten Wissen wurden Verhaltensweisen in Hinblick auf das Studium, Lernen und Leben kritisch beleuchtet. In seinem zweiten Vortrag ging es um Power, Subject, Agency and Psychology. Die Teilnehmenden lernten, welche Kraft das soziale Umfeld im alltäglichen Leben hat. In einer Diskussionsrunde lag das Augenmerk dann auf der wechselseitigen Abhängigkeit von Sozialverhalten und der eigenen Person.

Passend zum Thema des eigenen Ichs stand auch der Vortrag mit dem Titel „Andersnormal – Die Psychose als besondere menschliche Erfahrung“. Die Veranstaltung sollte einen Beitrag zur Entstigmatisierung von betroffenen Menschen leisten, denn oftmals führen Unwissenheit und Vorurteile zu ungerechtfertigten Denk- und Verhaltensweisen, denen jedoch durch Aufklärung und Information entgegengewirkt werden kann. So können ein tolerantes Miteinander und ein achtsamer Umgang insbesondere den Menschen gegenüber gefördert werden, die sich in seelischen Krisen befinden oder unter einer psychischen Erkrankung leiden. Eine Veranstaltung, die Wiederholungen braucht und diese in jedem Fall verdient hat!

Auf den Faktor Wiederholung wurde über den gesamten Aktionszeitraum bei den Bewegungsangeboten gesetzt: Ob Rückenfit am Morgen, Qi Gong, Lauftrainings und Stretching am Nachmittag oder Yoga am Abend: Es konnten alle Angebote mindestens dreimal besucht werden. Neben der positiven Wirkung, die Bewegung allgemein auf die körperliche und mentale Gesundheit haben kann, setzten einige Programmpunkte besondere Akzente, wie beispielsweise die Progressive Muskelentspannung (PMR). Durch bewusste An- und Entspannung einzelner Muskelpartien konnten gezielt muskuläre Verspannungen gelöst und körperliche Unruhe eingedämmt werden.

Wie schon zum Auftakt, gab es auch zum Abschluss am 25. Mai 2022 ein besonderes Angebot: Der Hochseilgarten fordert geradezu dazu auf, die eigene Komfortzone zu verlassen und neue Herausforderungen aktiv anzunehmen. Am Abend waren dann alle Teilnehmenden sowie Interessierte eingeladen, mit Qi Gong und Spielangeboten aus dem LaRa, dem Sport- und Spielmobil des ACK, den Abschluss der Veranstaltungsreihe gemeinsam zu feiern. Keine laute Party, sondern ein entspannter Abend mit guten

Gesprächen am Lagerfeuer und der Chance, Feedback zu geben und Anregungen aufzunehmen.

Feedback und Blick in die Zukunft

Um Feedback geben zu können, erhielten zunächst alle Teilnehmenden der Aktionswochen einen knapp gehaltenen Fragebogen. Um möglichst auch die Teilnehmenden der Aktionswochen zu erreichen, die sich nicht angemeldet hatten, ging in einer zweiten Runde der Fragebogen an alle Teilnehmenden am Hochschulsport Konstanz im Sommersemester 2022. Das so eingeholte Feedback weist darauf hin, dass alle Bewegungsangebote weiterhin gewünscht werden.

Die drei Bewegungsangebote mit den meisten Nennungen (N) waren Hochseilgarten, Laufgruppe und Rückenfit mit jeweils 25 N, gefolgt von Yoga (24 N), Stretching (19 N), PMR (18 N) und Qi Gong (17 N). Bei den theoriegeleiteten Angeboten wurden die Workshops zu den Themen „Resilienz“ (27 N), „Zeitmanagement und Lernstruktur“ (24 N) und „Stressfrei durchs Studium“ (18 N) am häufigsten als wiederholungswürdig rückgemeldet.

Alles deutet darauf hin, dass eine Wiederholung der Fokussierung auf das Thema „Mentale Gesundheit“ von den Studierenden und Mitarbeitenden der Universität Konstanz gewünscht wird. „Sicherlich sind die Teilnehmezahlen noch steigerungswürdig, aber das Projekt hat definitiv positiv zur Vernetzung der Akteurinnen und Akteure beigetragen, die sich mit dem Thema mentale Gesundheit Studierender an der Universität Konstanz beschäftigen. Gerade von Studierenden mit studienerschwerenden Beeinträchtigungen wurden die Aktionswochen sehr begrüßt und die Angebote vielfältig genutzt. Persönliche Rückmeldungen zeigen, dass das Programm Studierende

mit Depressionen aus der Isolation holen konnte und ein niedrigschwelliges Angebot besonders für finanziell und psychisch stark belastete Studierende darstellte. Zudem fühlten sich Betroffene durch den Fokus auf die mentale Gesundheit, das vielfältige Angebot und die Partizipationsmöglichkeiten in ihren Anliegen gesehen und ernst genommen. Es lohnt sich auch unter dem Aspekt der Inklusion, an dem Thema dran zu bleiben“, fasst Petra Borchert zusammen.

Das Projektteam und die Auftraggeber blicken sehr zufrieden auf die Aktionswochen zurück. Es ist gelungen, über die Aktionswochen hinaus das Thema „Mentale Gesundheit“ in den Fokus zu rücken. Es wurde ungewöhnlich oft – nicht nur von den Studierenden – gelobt, dass der Hochschulsport Konstanz dieses Thema mit viel Bewegung aktiv angepackt hat.

Der Hochschulsport Konstanz steht bei Rückfragen zu den Aktionswochen gerne zur Verfügung. Er ist zudem der Gastgeber der adh-Perspektivtagung 2023, die am 11. und 12. Mai 2023 zum Thema „Gesundheitsförderung und Nachhaltigkeit“ in Konstanz am Bodensee stattfinden wird. Schon jetzt ist die Freude groß, in diesem Zusammenhang auch das 50-jährige Bestehen des Konstanzer Hochschulsports feiern zu können.

■ Lucie Geiger und Petra Borchert,
mit Unterstützung durch Ariane Klein und
Miriam Lelong



Hier finden Sie weitere Infos zu den Aktionswochen des Active Campus Konstanz.

Gesundheitsmanagement an deutschen Hochschulen

Auf dem Weg zur gesunden Hochschule und Organisation

In einem Kooperationsprojekt haben die Techniker Krankenkasse und das HIS-Institut für Hochschulentwicklung (HIS-HE) das Reflexions- und Entwicklungsinstrument zur Unterstützung gesundheitsförderlicher Aktivitäten von Hochschulen weiterentwickelt. Die aktuelle Version verknüpft erfolgreich das Studentische und das Betriebliche Gesundheitsmanagement und ermöglicht, ein ganzheitliches hochschulisches Gesundheitsmanagement abzubilden.

Das Thema Gesundheit von Hochschulangehörigen – Beschäftigten sowie Studierenden – ist für die Zukunft ein zentraler Erfolgsfaktor für Hochschulen. Ein ganzheitliches

Gesundheitsmanagement und eine nachhaltige Verankerung in der Organisation gewinnen zunehmend an Bedeutung. Eine zentrale Aufgabe in der Organisation des Gesundheitsmanagements ist es, Entwicklungspotenziale mittels einer gezielten und strukturierten Reflexion stetig zu erkennen.

Instrument vereint SGM und BGM

Für Hochschulen, die sich auf dem Weg zur „Gesunden Hochschule“ befinden, liegt seit 2013 ein Instrument zur Unterstützung ihrer gesundheitsförderlichen Aktivitäten, ihrer Ausstattungen und Leistungen vor. Das Instrument wurde in Kooperation der Techniker Krankenkasse (TK) mit dem HIS-

HE in den Jahren 2020 bis 2022 erfolgreich weiterentwickelt. Schwerpunkt dieses Projekts war die Integration von Kriterien eines Studentischen Gesundheitsmanagements. Vertreterinnen und Vertreter des Studentischen- und Betrieblichen Gesundheitsmanagements aus über zehn Hochschulen haben ihre Erfahrungen und ihr Wissen im Aufbau und der Weiterentwicklung eines Studentischen Gesundheitsmanagements in das Projekt und somit in das Instrument eingebracht. Durch die Verknüpfung des Studentischen Gesundheitsmanagements (SGM) und Betrieblichen Gesundheitsmanagements (BGM) im Instrument ist es nun auch möglich, ein ganzheitliches hochschulisches Gesundheitsmanagement abzubilden. Somit können Schnittstellen analysiert und bewusst wahrgenommen werden.

Erfahrungsaustausch und Support

Das Reflexions- und Entwicklungsinstrument ist so gestaltet, dass eine Standortbestimmung der Hochschulen im Bereich Gesundheitsförderung in Eigenregie möglich ist. Die kritische Prüfung der eigenen Positionierung in der Gesundheitsförderung und die Erschließung strategischer Weiterentwicklungspotenziale stehen im Mittelpunkt. Die Hochschulen haben jedoch auch die Möglichkeit, das Instrument in Begleitung von erfahrenen Gesundheitskoordinatorinnen und -koordinatoren sowie von Wissenschaftsmanagerinnen und -managern, die an der Erstellung des Instruments beteiligt waren, anzuwenden.

Dies sind:

- Andreas Tesche, Leitung der Stabsstelle Diversity an der Uni Rostock
- Andrea Krieg, Leitung Referat Gleichstellung, Diversität und Gesundheit an der TU Ilmenau
- Sandra Bischof, Leitung Gesunde Hochschule an der Uni Paderborn
- Dr. Arne Göring, Leitung „Healthy



Ganzheitliches Gesundheitsmanagement ist ein zentraler Erfolgsfaktor für Hochschulen



Das Instrument steht als anwendungsfreundliche digitale Web-Version zur Verfügung

- Campus“ an der Uni Göttingen
- Philip Bachert, Projektverantwortlicher MyHealth – Gesund studieren am KIT
- Martin Krüssel, Koordinator Betriebliches Gesundheitsmanagement an der Uni Göttingen
- Tanja Becker, Koordinatorin Betriebliches Gesundheitsmanagement und Projektleitung Studentisches Gesundheitsmanagement an der Uni zu Köln

In diesem gezielten Erfahrungsaustausch und Support liegt ein besonderer Mehrwert für die beteiligten Hochschulen. Auch wurden aktuelle Anforderungen, wie die Integration des Aspekts der digitalen Transformation in Bezug auf das Gesundheitsmanagement und die Berücksichtigung von Querschnittsthemen, beispielsweise nachhaltige Entwicklung und Diversity, neu aufgenommen.

Smarte und datenschutzkonforme Anwendung

Das weiterentwickelte Instrument steht der Hochschulöffentlichkeit in einer aktualisierten Fassung als anwendungsfreundliche digitale Web-Version zur Verfügung. Die Web-Applikation soll beim smarten Ausfüllen des Instruments unterstützen. Besonders ist, dass die eingegebenen Daten und Eintragungen nicht an einen Server übertragen werden und die Anwendung unumschränkt datenschutzkonform ist.

Organisationsentwicklung und Qualitätssicherung

„Mit dem vorliegenden Reflexions- und Entwicklungsinstrument wird jetzt ein Ergebnis vorgestellt, das Hochschulen in der strategischen Organisationsentwicklung unterstützt. Zum Beispiel in der Ermittlung der eigenen gesundheitsförderlichen Aktivitäten und der Ausstattung mit adäquaten Ressourcen und Leistungen. Darüber hinaus leistet das Instrument einen wichtigen Beitrag zur Qualitätssicherung in der Hochschule“, erläutert Bianca Dahlke, Fachreferentin Gesundheitsmanagement der Techniker Krankenkasse.

Die positive Zusammenarbeit der TK und HIS-HE wird auch in den nächsten Jahren weitergeführt. Mit der Verlängerung der bestehenden Kooperationsvereinbarung bis 2024 soll das Instrument der breiten Hochschulöffentlichkeit bekannt gemacht und in der Anwendung unterstützt werden.

■ Urte Ketelhön,
HIS-Institut für Hochschulentwicklung



Hier finden Sie Infos zum Projekt sowie zum Reflexions- und Entwicklungsinstrument.

Das Geheimnis der Marken: So erschafft man eine starke Marke

Lisa Hofmann, Geschäftsführerin von nyce, ist auf die Positionierung von Marken spezialisiert. Sie erläutert, was Marken zu Magneten macht, um die eigene Zielgruppe wirkungsvoll zu erreichen.

Das Geheimnis einer starken Marke ist in erster Linie die Macht unserer Wahrnehmung. Denn unsere Wahrnehmung ist, was uns Menschen ausmacht und was uns so unglaublich einzigartig macht. Wir sind in der Lage, Dinge zu sehen, zu hören, zu fühlen und zu riechen. Wir können unsere Wahrnehmungen vergleichen und analysieren. Aufgrund dieser Fähigkeit sind wir in der Lage, eine Marke wahrzunehmen. Eine starke Marke ist also eine Marke, die in unserer Wahrnehmung einen hohen Wert hat. Dieser Wert kann auf verschiedene Weise entstehen. Zum Beispiel durch den Ruf der Marke, durch die Qualität der Produkte oder durch das Image, das die Marke vermittelt.

Wie ist eine starke Marke aufgebaut?

Eine starke Marke ist eine Marke, die von den Kundinnen, den Kunden und der Branche anerkannt und respektiert wird. Sie verfügt über eine klare Positionierung und ein konsistentes Erscheinungsbild. Jeder, der mit der Marke in Berührung kommt weiß, was man von ihr erwarten kann, und sie hält sich an ihr Versprechen. Eine starke Marke ist also nicht nur ein Logo oder ein Slogan – sie ist viel mehr. Sie ist die Summe aller Erfahrungen, die Menschen mit der Marke machen. Dazu gehört nicht nur das Angebot. Es ist vor allem die Kommunikation, die eine Marke erlebbar macht. Den Aufbau

kann man sich vorstellen wie einen Baum. Die grüne, saftige Baumkrone, die jeder sieht – das nehmen die meisten als Marke wahr. Sie setzt sich zusammen aus der Markenstimme, dem Brand Design, den Touch Points und der Kundenerfahrung. Doch die Baumkrone erstrahlt nur, wenn die Wurzeln tief verankert sind. Und diese Wurzeln sollte man definieren. Denn sie sind die emotionale Grundlage für eine Marke. Sie setzen sich zusammen aus den Werten, der Vision und der Mission. Wenn man weiß, wofür die Marke steht, kann man dies durch die Markenstimme, das Design, über die verschiedenen Touch Points und letztendlich die Kundenerfahrung vermitteln. All diese Faktoren müssen stimmig sein, damit die Marke als Ganzes stark wirkt.

Die Macht einer starken Marke liegt demnach in ihrer Fähigkeit, Vertrauen zu schaffen. Die Kunden wissen, dass sie bei einer solchen Marke in guten Händen sind. Sie können sich darauf verlassen, dass sie bei Problemen unterstützt werden und dass die Qualität der Produkte stimmt. Dadurch wird eine starke Marke unglaublich wertvoll für das Unternehmen selbst. Sie hilft, neue Menschen zu erreichen, Kunden zu gewinnen und die bestehenden Kunden zu binden. Für all diese Gründe ist es wichtig, dass man viel Zeit und Energie in die Entwicklung und Pflege der Marke investiert. Nur so können Marken langfristig erfolgreich sein.

Wie entwickelt man eine Marke?

Die eigene Marke ist das Aushängeschild eines Unternehmens oder einer Organisation und sollte dementsprechend sorgfältig ent-

wickelt werden. Eine Marke darf einzigartig sein und die Werte und das Angebot widerspiegeln. Zudem sollte sie sich von der Konkurrenz abheben und die Aufmerksamkeit der Kundinnen und Kunden auf sich ziehen. Die erfolgreiche Entwicklung einer Marke ist also keine leichte Aufgabe, doch mit den richtigen Tipps und Tricks ist es möglich, eine erfolgreiche Marke zu kreieren.

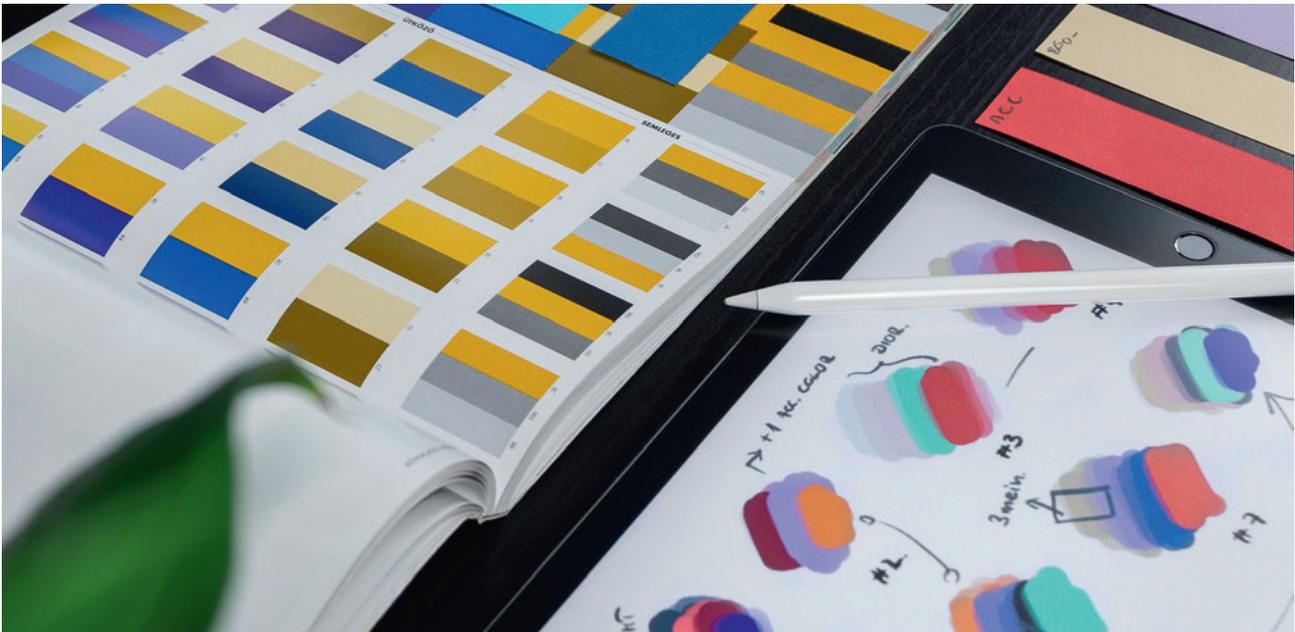
Zunächst sollte man sich überlegen, welche Zielgruppe man mit der Marke ansprechen möchte. Daraus lassen sich dann die Kernwerte des Unternehmens oder der Organisation ableiten, die in der Marke verankert werden sollten.

Anschließend gilt es, einen passenden Namen für die Marke zu finden, der sowohl einprägsam als auch passend zum Angebot ist. Ein weiterer wichtiger Aspekt bei der Markenentwicklung ist das Logo. Das Logo ist das optische Aushängeschild einer Marke und sollte daher professionell gestaltet werden. Es gibt verschiedene Arten von Logos, doch nicht jede ist für jede Marke geeignet. Eine weitere wichtige Komponente bei der Markenentwicklung ist die Corporate Identity. Die Corporate Identity umfasst alle Elemente, die mit der Marke in Verbindung stehen, wie beispielsweise das Logo, die Farben oder auch die Schriftarten. Sie sollte klar definiert werden, damit die Marke einheitlich wirkt und erkennbar ist. Abschließend gilt es noch, die Marke kontinuierlich zu pflegen und zu stärken. Dazu gehört beispielsweise regelmäßige Werbung sowie ein konsequentes Branding. Nur so kann die Marke langfristig erfolgreich sein.

5 Tipps für die erfolgreiche Markenentwicklung

1. Findet heraus, was die Marke ausmacht.

Bevor man mit der Entwicklung einer Marke beginnt, sollte man sich zunächst einmal Gedanken darüber machen, was die Marke ausmacht. Es sind die Wurzeln des Baums.



Das Geheimnis einer starken Marke ist die Macht unserer Wahrnehmung

Was ist es, was sie vom Wettbewerb abhebt? Welche Werte und Ziele verfolgt sie? Diese Fragen sollte man sich zunächst einmal beantworten, bevor man mit der eigentlichen Arbeit an der Marke beginnt.

2. Erstellt eine klare Positionierung.

Eine klare Positionierung ist entscheidend für die erfolgreiche Entwicklung der Marke. Wenn man weiß, was die Marke ausmacht und welche Werte sie vermitteln will, kann man diese Positionierung gezielt kommunizieren und so die Aufmerksamkeit der Zielgruppe auf sich lenken.

3. Schafft Aufmerksamkeit mit einer starken Markenidentität.

Eine starke Markenidentität ist entscheidend für die Aufmerksamkeit, die die Marke generieren kann. Es ist die Baumkrone – sie hilft dabei, die Aufmerksamkeit auf sich zu lenken und im Gedächtnis zu bleiben.

4. Bleibt konsistent.

Konsistenz ist ebenfalls entscheidend für den Erfolg einer Marke. Wenn die Marke in

allen Bereichen – vom Design über die Kommunikation bis hin zur Kundenerfahrung – konsequent ist, baut die Marke Vertrauen auf und man stärkt die Bindung zur Marke.

5. Baut eine Community auf.

Eine Community hilft dabei, die Bindung zur Marke zu stärken und neue Kundinnen und Kunden zu gewinnen. Sucht also nach Möglichkeiten, um mit der Zielgruppe in Kontakt zu treten und diese Beziehung weiter auszubauen. Seid offen für Feedback und bietet regelmäßig interessante Inhalte an, damit sich eure Community weiterentwickelt.

Der Weg zur eigenen Marke beginnt heute

Jede und jeder träumt davon, eine starke Marke zu haben. Eine starke Marke ist eine Marke, die in den Köpfen der Menschen präsent ist und einen hohen Wiedererkennungswert hat. Sie wirkt wie ein Magnet oder ein geheimer Club: Man möchte ein Teil sein. Das heißt eine starke Marke steht für bestimmte Werte und Eigenschaften und wird mit positiven Assoziationen in Verbin-

dung gebracht. Menschen kaufen nicht nur Produkte oder Dienstleistungen, sie kaufen vor allem die Emotionen und Botschaft, die eine Marke vertritt.

Der Weg zur eigenen Marke ist kein leichter, aber mit den richtigen Tipps und Tricks ist er durchaus machbar. Die wichtigste Sache ist es, sich von Anfang an Gedanken über die Marke zu machen und diese konsequent umzusetzen. Auch die Zielgruppe sollte von Beginn an klar definiert werden, damit die Markenkommunikation auf sie abgestimmt werden kann. Wenn man diese Zeit in seine Marke investiert und all diese Punkte berücksichtigt werden, steht dem Erfolg der eigenen Marke nichts mehr im Weg!

■ Lisa Hofmann,
Gründerin und Geschäftsführerin von nyce

nyce ist auf die Positionierung von Marken spezialisiert und setzt Kampagnen für Unternehmen und Konzerne in ganz Europa um. Schreibt gerne an hallo@nyce.ly für Unterstützung bei der Markenentwicklung.



**FOR WORLD CHAMPIONS
AND EVERYDAY HEROES.**

CRAFT 

Moderne Verbandskommunikation im adh-Wissensnetz

Als zentrale und wichtige Ressource wird das Wissen und dessen Vermittlung und Verbreitung auch innerhalb des Verbands und seiner Mitgliedschaft betrachtet. Um Wissen möglichst schnell und einfach in der adh-Mitgliedschaft zu teilen und auch zu erlangen, wurde 2020 das adh-Wissensnetz ins Leben gerufen. In einer onlinegestützten Community-Umgebung bietet das Wissensnetz einen informellen Informations- und Wissensaustausch auf moderne Art und Weise. Aufgrund der positiven Resonanz im Rahmen der Erhebung zum Wissensnetz im Jahr 2021 sowie den weiterhin großen Potenzialen und Ausbaumöglichkeiten, beschloss der adh-Vorstand im August 2022 die strukturelle Verstetigung des Wissensnetzes zunächst für ein weiteres Jahr.

Eine mehrwertstiftende Plattform

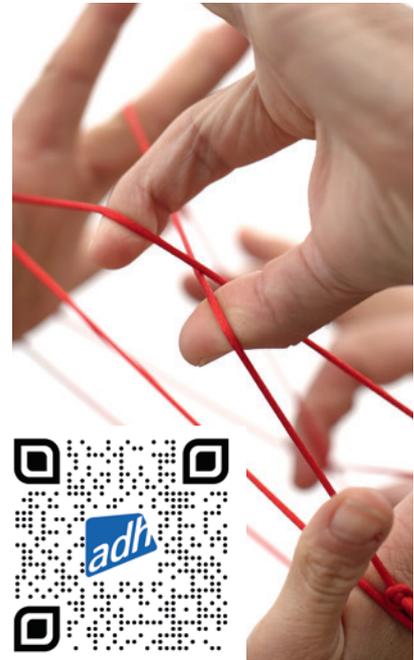
Das adh-Wissensnetz steht seit Herbst 2021 als mehrwertstiftende Plattform zur Verfügung. Zugang zum adh-Wissensnetz haben hauptamtliche und studentische Mitarbeitende ebenso wie Sportreferentinnen und -referenten der adh-Mitgliedshochschulen. Außerdem steht das Wissensnetz allen adh-Gremienmitgliedern offen. Beitrittsanfragen können jederzeit gestellt werden.

Vielfältige Impulse zur Weiterentwicklung des Hochschulsports konnten durch die Initiativen und den Austausch innerhalb des Wissensnetzes bereits gesetzt werden. Darüber hinaus sind die Unterlagen und Dokumentationen sämtlicher Qualifizierungsangebote und verbandsinterner Tagungen dargestellt und laden zur Diskussion ein. Die

Nutzerinnen und Nutzer des Wissensnetzes können sich unter anderem mit Kolleginnen und Kollegen anderer Hochschulsporteinrichtungen zielgerichtet vernetzen, Informationen und Materialien zu den Handlungsfeldern ihrer Hochschulsportpraxis erhalten, eigene Beiträge, Fragen und Standpunkte ein- und zur Diskussion stellen, Gruppen gründen und sich dort mit eigenen Zielgruppen und zu spezifischen Themen austauschen. Maren Schulze, Hochschulsportleiterin der Uni Potsdam, schätzt den Mehrwert des Wissensnetzes für ihre tägliche Arbeit: „Das Wissensnetz nutze ich vor allem für einen schnellen und unkomplizierten Weg für den kollegialen Austausch. Selten gibt es Fragen und Herausforderungen, der sich nicht schon andere Kolleginnen und Kollegen gestellt haben, so dass man wunderbar von wertvollen Erfahrungen und Schwarmwissen profitieren kann.“

Zeitgemäßes Wissensmanagement

Mit Ghostthinker hat der adh einen starken Partner an der Seite, der das Wissensnetz basierend auf aktuellen wissenschaftlichen Erkenntnissen entwickelt und implementiert hat. Dr. Frank Vohle, Gründer und Geschäftsführer der Ghostthinker GmbH, erläutert: „Das gemeinsame Interesse verbindet und fördert das individuelle und kollektive Vorankommen. Beim sozialen Community-Lernen werden das eigene Wissen und Können mit Anderen geteilt. Mit der Streuung von Informationen werden Wissensilos aufgebrochen und die gemeinsame Entwicklung kreativer Lösungen wird angestoßen. Wissensteilung und Reflexion können sich entfalten. Durch eine transparente Kommu-



Wissen gezielt teilen und erlangen

nikation auf Augenhöhe werden die Partizipation und Vertrauenskultur innerhalb der Organisation gefördert. Außerdem sind Online-Communities ein ideales Werkzeug, um digitale Transformation voranzutreiben und lebenslanges Lernen zu ermöglichen.“

Gemeinsame Weiterentwicklung und Gestaltung

Katharina Neumann, adh-Jugend- und Bildungsreferentin, freut sich über den bisherigen aktiven Austausch im Wissensnetz und auf dessen gemeinsame Weiterentwicklung: „Ein Ergebnis der Befragung zum Wissensnetz ist der Wunsch, dieses noch gezielter für die interne Kommunikation der Verbandsarbeit zu nutzen. Unser Ziel ist es, die Interaktion weiter zu stärken und diese Form des Wissensmanagements als zentrale Dienstleistung des Verbands gemeinsam weiterzuentwickeln.“

- Katharina Neumann, adh Jugend- und Bildungsreferentin und Julia Frasch, adh-Öffentlichkeitsreferentin

Multisportevents: Erfolgskonzept im Wettkampfsport?

Nach fast drei Jahren Pause hat der adh-Wettkampfsport im Sommersemester 2022 mit 38 Veranstaltungen in 30 Sportarten mit rund 5.000 Teilnehmenden sein Comeback gefeiert. Die Implementierung von Multi-sportevents als neue Veranstaltungsformate trug zum Erfolg des Restarts bei.

Erfolgreicher Restart

„Dass das Wettkampfprogramm des Sommers 2022 so positiv angenommen würde, war nicht abzusehen, denn seit den letzten regulären Ausrichtungen auf nationaler Ebene waren rund drei Jahre vergangen. Diese Unterbrechung bedeutet, dass eine komplette Generation von Studierenden nie mit adh-Wettkampfveranstaltungen in Berührung kommen konnte“, skizziert das studentische adh-Vorstandsmitglied Joshua Miethke eine wesentliche Herausforderung für den Restart im Sommersemester 2022.

Multisportevents erstmals im adh-Programm

Bereits im letzten Jahr hatten sich sowohl die Wettkampfkommision als auch der Sportbeirat Gedanken gemacht und Wege für einen Restart des Wettkampfsports skizziert. Darunter auch die Möglichkeit, Veranstaltungen und Sportarten zu clustern und als Multi-sportevents auszurichten. Ziel war, so die Attraktivität der Veranstaltungen zu erhöhen und die ausrichtenden und entsendenden Hochschulen durch Synergieeffekte in der Organisation zu unterstützen.

So fand sich neben zahlreichen etablierten Veranstaltungen und Sportarten ein Neuling im adh-Wettkampfprogramm des Sommer-

semesters. Vom 26. bis 29. Mai 2022 trafen sich über 550 Studierende an der Deutschen Sporthochschule Köln zur erstmals ausgerichteten DHM Rückschlagspiele. Mit dabei die Sportarten Badminton, Tennis sowie die erste Deutsche Hochschulmeisterschaft Roundnet. Auch die Konzentration von insgesamt fünf adh-Open in den Mixed-Team-Varianten Streetball, Basketball, Handball sowie Volley- und Beachvolleyball, die im Rahmen der Eurokonstantia vom 16. bis 19. Juni 2022 in Konstanz angeboten wurden, waren ein weiterer Schritt in Richtung der Konzentration von adh-Wettkampfsportveranstaltungen.

Anknüpfen an Erfolgskonzepte

„Die DHM Rückschlagspiele ist zwar ein Novum im adh, sie knüpft jedoch an eine Reihe von Multi-sportveranstaltungen an, die

in den letzten Jahren im organisierten Sport auf internationaler und nationaler Ebene mit sehr positivem Echo durchgeführt wurden“, so Joshua Miethke.

Bereits vor vier Jahren entschieden sich einige europäische Kontinentalverbände, ihre jeweiligen Europameisterschaften alle vier Jahre im Rahmen der European Championships auszutragen. 2018 machten Glasgow und Berlin den Auftakt, in diesem Sommer folgte mit den European Championships in München die hoch gelobte Fortsetzung.

Dieses Erfolgskonzept hat sich auch im deutschen Sport etabliert. Nach 2019 und 2021 fand im Jahr 2022 die dritte Auflage der nationalen Version, die Finals, statt. Sie bündeln die Deutschen Meisterschaften in 14 Sportarten, darunter Klassiker wie Leichtathletik und Schwimmen, aber auch Rand- oder Entwicklungssportarten wie Trial oder 3x3 Basketball.

Positive Synergieeffekte

Diese Multi-sportveranstaltung unterschiedlicher Größe bieten den Aktiven, den Offiziellen sowie den Gästen eine besondere Atmo-



Super Stimmung prägte die fünf adh-Open, die im Rahmen der Eurokonstantia stattfanden



Über 550 Studierende nahmen an der erstmals ausgerichteten DHM Rückschlagspiele an der DSHS Köln teil

sphäre und Flair. Multisportveranstaltungen stärken außerdem die Funktion des Sports als soziales Bindeglied über die eigene Gruppe oder Sportart hinaus. Wann werden studentische Badmintonspieler sonst von den Roundnet-Spielerinnen ihrer Hochschule unterstützt? Besonders im Hochschulsport vernetzen die Multisportveranstaltungen die überwiegend studentischen Teilnehmenden aus ganz Deutschland. Was im kleineren Rahmen bei Sportfesten oder dem Dies Academicus geschieht, funktioniert auch auf Ebene Deutscher Hochschulmeisterschaften.

Den Erfolg des Multisport-Konzepts im Hochschulsport zeigt auch der Blick in die Schweiz: Der Schweizer Dachverband des Hochschulsports, Swiss University Sports, hat seine nationalen Meisterschaften erfolgreich zu den Swiss Universities Games gebündelt. Bei der dritten Auflage des Events kämpften an drei Tagen rund 600 Studierende in sieben Sportarten um die Titel.

Es profitieren nicht allein die Teilnehmenden von Multisportveranstaltungen dieser Art. Auch für die ausrichtenden und entsendenden Hochschulen entstehen Synergie-

effekte. So ergeben sich durch die höhere Zahl der Teilnehmenden Größeneffekte in den Bereichen Unterbringung, Anreise, Verpflegung, aber auch bei der Gestaltung des Rahmenprogramms. Also in den Bereichen, die maßgeblich das Flair einer Veranstaltung ausmachen. Auch im sportfachlichen Bereich können sich durch das Clustern und Zusammenlegen Mehrwerte ergeben, wie bei der Beschaffung von Sportgeräten oder bei der Akquise von Volunteers. Gleichzeitig bringen Multisportveranstaltungen auch Anforderungen mit sich, die nicht durch jede Hochschule und jeden Standort abgedeckt werden können. So müssen beispielsweise ausreichend geeignete Sportstätten sowie große Organisationskomitees, die den Mehraufwand bewältigen können, vorhanden sein. Joshua Miethke blickt nach vorn: „Aber warum nicht auch hier weiterdenken? Wenn Wettkämpfe zu Multisportveranstaltungen zusammengelegt werden, warum sollen sich dann nicht auch Hochschulen und ihre Hochschulsporteinrichtungen in einer Region oder in einem Ballungsraum zusammenschließen?“ So geschehen bei der DHM Ju-Jitsu/Jiu-Jitsu 2017, bei der sich die Hochschule RheinMain, die Hessische Hochschule für

Polizei und Verwaltung Wiesbaden und die Hochschule Geisenheim die Organisation entsprechend ihrer Stärken und Ressourcen geteilt und so eine hervorragende Wettkampfsportveranstaltung auf die Beine gestellt haben.

„Eine Multisport-DHM bietet in der Kommune, in der Hochschule und der regionalen Sportcommunity die Gelegenheit, mehr Aufmerksamkeit auf den Hochschulsport und die Sportlerinnen und Sportler zu lenken. Mit dem Multisport-Format, das eine Professionalisierung der organisatorischen Rahmenbedingungen unterstützt, steht am Ende ein Mehrwert für Hochschulen, Teilnehmende sowie für die Wahrnehmung des adh-Wettkampfsports im bundesweiten Sportgeschehen. Der adh-Wettkampfsportbereich hofft, mit den Mitgliedshochschulen das Format der Multisportevents gemeinsam weiterentwickeln und in Zukunft weitere erfolgreiche Multisportevents veranstalten zu können“, skizziert Joshua Miethke erfolgversprechende Perspektiven.

- Joshua Miethke, adh-Vorstandsmitglied und Thorsten Hütsch, adh-Sportdirektor

European Universities Games 2022: Erfolge in Lodz

Mit einer großen Abschlussfeier in der Sport-Arena endeten die European Universities Games (EUG) 2022 am 30. Juli 2022 in Lodz. Die deutsche Delegation konnte einen großen Erfolg feiern: Sie beendete die EUG mit dreimal Gold, zehnmal Silber und 20-mal Bronze auf dem elften Platz im Medaillenspiegel.

EUG vereinen Studierende aus 40 Nationen

An den EUG in Lodz nahmen fast 5.000 Athletinnen und Athleten sowie Offizielle aus 40 Ländern teil. Studierende von über 400 Hochschulen kämpften in 20 Sportarten um Medaillen und persönliche Bestleistungen.

Jörg Förster, EUSA-Vizepräsident und adh-Vorstandsvorsitzender, blickt auf die EUG 2022 zurück: „Die 5. EUG in Lodz sind

Geschichte und haben Geschichte geschrieben. Nach zwei Jahren Corona-bedingter Ausfälle waren die vom Europäischen Hochschulsportverband veranstalteten EUG ein wichtiges Signal an die Europäischen Hochschulsportinstitutionen und auch die EU-Sportpolitik. Großartige Gastgeber haben herausragende Wettkämpfe und Side-Events organisiert, die einen perfekten Rahmen für die friedliche Begegnung der besten Studierenden von Hochschulen aus 40 Nationen lieferten – und das vor dem Hintergrund eines verbrecherischen Kriegs in Europa nur wenige hundert Kilometer entfernt. Wie emotional war allein der Einmarsch der ukrainischen Delegation, bei dem das ganze Stadion aufstand und applaudierte. Wie schön, die Begegnungen der Studierenden der anderen Nationen mit ihren Kommilitoninnen und Kommilitonen aus Kiew, Lwiw, Charkiw oder anderen Städten zu erleben.

Daran mitwirken zu können, ist ein Privileg und eine Zukunftsaufgabe. Sport has the power to change the world – Lodz hat das unter Beweis gestellt.“

Elfte Rang in der Nationenwertung

Die deutsche Delegation stellte mit 396 Teilnehmenden, darunter 335 Aktive, von 46 deutschen Hochschulen beziehungsweise Wettkampfgemeinschaften (WGs) das drittgrößte Team. Die deutschen Aktiven waren in 19 Sportarten vertreten. Mit 33 Podestplätzen belegte Deutschland in der Nationenwertung den elften Rang.

adh-Sportdirektor Thorsten Hütsch bilanziert: „Die deutschen Hochschulen konnten mit 33 Medaillen die sehr erfolgreichen EUG 2018 toppen, obwohl in diesem Jahr weder die Sportarten Kanusprint noch Rudern, in denen die deutschen Aktiven 2018 mit Abstand die meisten Medaillen gewonnen hatten, im Programm waren. Die EUG 2022 in Lodz stellen einen äußerst gelungenen Wiederanfang des Wettkampfsports auf europäischer Ebene dar, bei dem die Aktiven wertvolle Erfahrungen für ihre weitere sport-



Spannende, erfolgreiche Wettkämpfe im Sportklettern und Schwimmen



Im Teamsport begeisterten die Futsal-Damen (WG Münster) und Beachvolleyballer (Uni Frankfurt/Main)

liche Karriere sammeln konnten. Vor diesem Hintergrund bin ich sehr zufrieden und hoffe auf eine ähnlich umfangreiche Entsendung zu den EUG 2024.“

Der Blick auf die deutsche Hochschulwertung zeigt, dass 16 Hochschulen mindestens einmal Edelmetall gewannen. Angeführt wird diese Wertung von der Uni Hamburg, der Uni Wuppertal und der DSHS Köln/WG Köln mit je fünf Medaillen. Die medaillenreichste Sportart war Schwimmen. Hier standen die deutschen Athletinnen und Athleten zwölf Mal auf dem Siegerpodest. Auf Rang zwei folgen die Taekwondoin mit neun Medaillen, an dritter Stelle liegt Beachhandball mit zwei Medaillen.

Besondere Auszeichnungen für deutsche Aktive

Darüber hinaus erhielten die deutschen Teilnehmenden besondere Auszeichnungen: Unter anderem wurden im Beachhandball Kari Klebinger als Torschützenkönig und Yorick Wolters als bester Torhüter, beide WG Köln, geehrt. Zudem erhielten die Damen der WG Göttingen und die Herren der WG Karlsruhe Auszeichnungen für ihr Fair-Play.

Im Futsal freute sich Torhüterin Kathrin Klimas (WG Münster) über die Ernennung zur besten Torhüterin des Turniers.

Professionelle Rahmenbedingungen

Beim EUG-Konzept spielt neben dem Wettkampfsport auch die interkulturelle Kommunikation eine wichtige Rolle. Das breit gefächerte Wettkampfprogramm wurde in Lodz von vielfältigen Rahmenveranstaltungen begleitet, bei denen der studentische Austausch im Mittelpunkt stand.

Delegationsleiter Sebastian Knust zeigt sich vom Veranstaltungsformat der EUG 2022 überzeugt und blickt stolz auf die Leistungen der deutschen Aktiven: „Glückliche Gesichter, professionelle Rahmenbedingungen und Sportarten auf hohem Niveau – die EUG 2022 waren ein voller Erfolg. Sie haben Sportlerinnen und Sportler aus ganz Europa vereint und den internationalen Austausch ermöglicht. Der enorme Zuspruch und die starke Beteiligung an den EUG zeigen das Interesse der Studierenden, sich – nach zwei Jahren Pandemie – international im fairen Wettkampf zu messen. Die deutschen Athletinnen und

Athleten konnten dabei sehr positive Akzente setzen und haben vielfach die in sie gesetzten Erwartungen übertroffen.“

Neben dem sportlichen Erfolg können der adh und seine Mitgliedshochschulen auch in organisatorischer Hinsicht eine positive Bilanz ziehen. Das Support-Team erfuhr viel Lob von den Teilnehmenden sowie vom lokalen Organisationskomitee und der EUSA. Die Schwimmerin Emelie Schnagl (Uni des Saarlandes) beschreibt die EUG als prägendes Erlebnis: „Die organisatorische Leistung des adh und der Zusammenhalt innerhalb der deutschen Delegation waren super und haben maßgeblich zu unserem Erfolg beigetragen. Leider war die Zeit in Lodz viel zu schnell vorbei!“

EUG 2024 in Ungarn

Die ungarischen Städte Debrecen und Miskolc werden vom 12. bis 24. Juli 2024 die sechste Ausgabe der EUG ausrichten. Das Organisationskomitee erwartet mehr als 4.500 Aktive, die in 20 verschiedenen Sportarten antreten werden.

▪ Julia Frasch,
adh-Öffentlichkeitsreferentin

25% Rabatt
auf das gesamte Sortiment

*bis zum 30.11.2022



SCAN & SHOP

Aktionscode:
ADH25

Offizieller Ballpartner

molten
For the real game

allgemeiner deutscher
hochschulsportverband



**TEAMKLEIDUNG
WERBEMITTEL
SPORTARTIKEL
ONLINESHOPS**

**DIE UNI(VERSAL)
SPEZIALISTEN**

● ● ● ● ●

be happy group
● ● ● ● ● behappy.de

Studentisches Engagement: Wie läuft's in Potsdam?



Hochschulsport Potsdam

Svea Thamsen schloss an der Uni Potsdam den Bachelor in Sportmanagement ab und studiert jetzt BWL. Parallel zum Studium arbeitet die 25-jährige begeisterte Leichtathletin als Wissenschaftliche Hilfskraft beim Hochschulsport im Bereich Events und Öffentlichkeitsarbeit sowie für das studentische Gesundheitsmanagement, den Feel Good Campus. Im Interview spricht sie unter anderem über ihr Engagement, ihre Ziele und Herausforderungen.

Svea, wie kam es, dass du als Wissenschaftliche Hilfskraft im Hochschulsport arbeitest? Was qualifiziert dich dafür?

Ich hatte bereits während meines Studiums zwei Module gewählt, die mir die Möglichkeit boten, zwei Veranstaltungen über den Hochschulsport mit zu organisieren. Das war genau mein Ding, daher habe ich nicht lange überlegt, als ich die Ausschreibung gelesen habe, mich beim Hochschulsport zu bewerben. Die Stelle passt perfekt zu meinem Studium und ist genau die Art von Arbeit, die mir Spaß bringt. Vorher hatte ich bereits Erfahrung durch eine Elternzeitvertretung in der Eventorganisation von „Jugend trainiert“ gesammelt. Die folgende Arbeit beim Hochschulsport im Bereich Events, Presse- und Öffentlichkeitsarbeit schloss sich dem perfekt an.

Was sind deine konkreten Aufgaben und Arbeitsschwerpunkte?

Ich arbeite im Bereich der Presse- und Öffentlichkeitsarbeit. Dazu gehört zudem die Organisation und Umsetzung von Events. Hinzukommend betreue ich unsere Social Media-Kanäle und bewerbe alle Hochschul-

sport relevanten Inhalte. Des Weiteren kümmere ich mich im Rahmen des Feel Good Campus um das studentische Gesundheitsmanagement an der Universität Potsdam.

Wie arbeitet ihr im Hochschulsport-Team zusammen und welche Rolle spielen dabei die studentischen Mitarbeitenden?

Bei uns wird der Teamspirit definitiv großgeschrieben. Trotz der Aufteilung in kleinere Teams, mit unterschiedlichen Schwerpunkten und Interessen, arbeiten wir Hand in Hand und unterstützen uns gegenseitig. Es wird immer Wert auf die Meinung aller gelegt. Dabei können wir Studierende uns genauso einbringen wie die hauptamtlichen Mitarbeitenden. Besonders schön finde ich es, wie jede Person im Team seine eigenen Stärken ausleben kann.

Gab es Corona-bedingte Veränderungen im Hinblick auf die Form der Zusammenarbeit im Hochschulsport, die sich inzwischen etabliert haben?

Ja! Zum einen werden Projekte und Events neuerdings über ein gemeinsames Online-Arbeitstool organisiert. Das erspart uns viel Zeit und Aufwand. Zum anderen wird Homeoffice ermöglicht, was natürlich den Mitarbeitenden mit Kindern und uns Studierenden sehr entgegenkommt. Diese Flexibilität zu haben, ist unglaublich viel wert.

Was waren besondere Highlights oder Herausforderungen deiner bisherigen Tätigkeit?

Letztes Jahr hatten wir sehr Probleme, die Studierenden an unseren Campus Standorten zu erreichen und auf den Hochschulsport aufmerksam zu machen. Besonders die Studierenden im ersten und dritten Semester



Svea Thamsen

hatten durch die Online-Lehre noch nie den Campus erlebt. Wir haben daher eine Eventreihe entwickelt, bei der wir zu den Wohnheimen der Studierenden gefahren sind. Dort haben wir vor Ort ein buntes Programm auf die Beine gestellt. Das war zwar eine Herausforderung, aber eines meiner vielen Highlights, denn wir konnten so den Studierenden endlich, auch wenn nur im kleinen Rahmen, etwas Unileben schenken und dafür sorgen, dass diese sich untereinander kennenlernen.

Nutzt du die Angebote des adh und unterstützen dich diese in deiner Arbeit im Hochschulsport?

Definitiv. Neben dem Forum Studis, was vor allem zum Vernetzen mit Studierenden aus anderen Hochschulsporteinrichtungen sehr gewinnbringend war, hat mich vor allem das adh Projekt Tandem-Mentoring unglaublich

Infos zum Hochschulsport

Hochschulsportleiterin:

Maren Schulze

Zahl der Studierenden: 21.454

Anzahl der Sportarten: ca. 350

Anzahl der Übungsleitenden: ca. 450

Schwerpunkte des Hochschulsports:

Group Fitness, Gesundheitsprävention, Bildung

Weitere Infos:

uni-potsdam.de/hochschulsport



Ausgleich zum Studium und Job findet Svea Thamsen in der Leichtathletik

geprägt. Tandem hat mir hinsichtlich meiner Arbeit beim Hochschulsport sehr geholfen und mich in meiner persönlichen Entwicklung voran gebracht.

Was bedeutet dir das Tandem-Projekt und was hast du in den vergangenen 18 Monaten als Mentee daraus mitgenommen?

Tandem ist ein großartiges Projekt. In erster Linie sollen Frauen motiviert werden, Leitungspositionen zu übernehmen, aber es ist natürlich viel mehr als das. Ich habe öfter mit dem Gedanken gespielt, in eine Leitungsposition zu gehen, hatte aber Bedenken, dass ich dadurch keine Zeit mehr für meinen Sport und meine Familie und Freunde habe. Zudem war ich mir unsicher, ob ich überhaupt für eine Leitungsposition gemacht bin. Tandem hat mir diese Bedenken genommen. Durch Gespräche mit ganz unterschiedlichen Menschen aus dem (Hochschul-)Sport konnte ich von deren Erfahrung profitieren und viele neue Dinge über mich und die Arbeit im Sport lernen. Besonders beeindruckt hat mich meine persönliche Entwicklung durch das Projekt. Vieles habe ich auch meinem Mentor Ronald Berndt zu verdanken, der mich in allen Lagen unterstützt und mich

gleichzeitig immer wieder vor interessante Herausforderungen stellt.

Bei der adh-Vollversammlung stehen bald die turnusmäßigen Gremienwahlen an. Kannst du dir ein ehrenamtliches Engagement im adh vorstellen?

Tatsächlich habe ich bereits überlegt, mich im adh ehrenamtlich als studentisches Vorstandsmitglied zu engagieren. Während des Tandem-Programms konnten wir einen Einblick in die Arbeit eines studentischen Vorstandsmitglied gewinnen. Das klang für mich sehr spannend. Da Tandem im September zu Ende ging, wäre ein Vorstandsamt eine gute Möglichkeit, mich weiterhin im adh einzubringen und mich gleichzeitig beruflich und persönlich weiterzuentwickeln.

Mit welchem Themen sollte sich der adh-Vorstand aus deiner Sicht intensiv befassen?

Ich glaube, der adh müsste bei den Studierenden noch präsenter werden. Viele kennen den Verband und die Möglichkeiten, die er bietet, noch gar nicht. Wäre dies anders, würden sich wahrscheinlich mehr Personen für ehrenamtliches Engagement im adh interessieren. Zudem sollte der adh weiterhin an

der Förderung des Ehrenamts arbeiten und dieses attraktiv gestalten.

Was bedeutet dir die Vergabe der 2025 FISU World University Games in die Region Rhein-Ruhr?

Dieses große Sportevent in Deutschland mitzuerleben, ist eine riesige Chance. Vor allem für Studierende werden sich tolle Möglichkeiten ergeben, sich einzubringen und theoretische Studieninhalte in der Praxis anzuwenden, auch außerhalb eines Sportstudiums. Zudem steigert das Event natürlich den Bekanntheitsgrad des adh.

Was liegt dir im Hinblick auf die Konzeption der FISU Games besonders am Herzen?

Mein Wunsch ist, dass möglichst viele Studierende, die sich mit dem Thema Sport und Internationalisierung auseinandersetzen, die Möglichkeit bekommen, Teil der Rhein-Ruhr 2025 FISU Games zu werden und diese mitgestalten können.

Svea, vielen Dank für das Gespräch!

- Das Interview führte Julia Frasch, adh-Öffentlichkeitsreferentin

 Geöffneter Standort



Offizieller
Hotelpartner
des adh

Wer woanders schläft,
ist selber schuld.

#Lieblingshotel finden auf premierinn.de

Mit dem Buchungscode adh22 direkt buchen: 069 244 330 431*

* exklusiven Partnerrabatt sichern, nur telefonisch buchbar:
Mo–Fr 8–19 Uhr und an Feiertagen 10–16 Uhr
In allen auf der Karte abgebildeten Städten eröffnet bis Ende 2022 mindestens ein Premier Inn Hotel.

Premier Inn 

Fitnesspartner

MATRIX

allgemeiner deutscher
hochschulsportverband



VIRTUAL TRAINING CYCLE

INDOOR CYCLING FÜR ALLE JEDERZEIT

Mit dem neuen Virtual Training Cycle können alle Trainierenden jetzt **echtes Indoor Cycling auf der Cardiofläche erleben – wann und wie sie wollen!**

Dabei bleiben sie mit exklusiven Programmen wie Sprint 8 Intervalltraining, Virtual Active und Target Training hoch motiviert und können sich

bei interaktiven On-Demand Cycling Kursen zusätzlich herausfordern.

Wer sich beim Workout lieber unterhalten lässt, streamt seine persönlichen Lieblingssongs, Filme oder Serien. Alles auf einem Cycle, das speziell für intensivste Trainingseinheiten entwickelt wurde.

  | matrixfitness.eu

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