



HOCHSCHULSPORT

Universiade 2015

Bewegtbild im adh

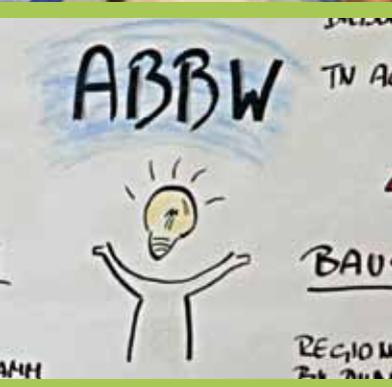
Tandem-Mentoring

1|2015





Seminare
Workshops



Mentoring
Netzwerk

Klick rein!

adh.de

[www.facebook.com/
hochschulsportverband](http://www.facebook.com/hochschulsportverband)

[www.twitter.com/
@adhGER](http://www.twitter.com/@adhGER)

BILDUNGS- PROGRAMM

Arbeitstagung der kleinen Hochschulsporteinrichtungen

Arbeitstagung zu aktuellen Themen
kleiner Hochschulsporteinrichtungen
16./17.04.2015
Ilmenau

Sportreferateseminar

Konfliktmanagement
08.-10.05.2015
Braunschweig

Perspektivtagung Hochschulsport

Wandel organisieren - Veränderungen in
Hochschulsporteinrichtungen
21./22.05.2015
Kiel

Netzwerktreffen Events

Hochschulsporteinrichtungen:
Event-Gestalter für ein bewegtes Hochschulleben
01.-03.06.2015
Potsdam

Seminar

Planung und Konzeption
von Fitnessräumen und -zentren
18./19.06.2015
Kassel

Netzwerktreffen Gesundheitsförderung

Gesundheitsförderung im Hochschulsport
02./03.07.2015
Gießen

Änderungen vorbehalten!

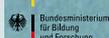
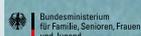
Weitere Infos und Termine auf adh.de

In Kooperation mit
den adh-Verbundkaufpartnern



4FCIRCLE®
So funktioniert (Bewegung)

Gefördert durch:



aufgrund eines Beschlusses
des Deutschen Bundestages

sowie



Herausgeber

Allgemeiner Deutscher
Hochschulsportverband (adh) 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

Julia Frasch
frasch@adh.de
Paulus-Johannes Mocnik
mocnik@adh.de
Telefon +49 6071 2086-13

Fotos

adh-Archiv
Bildagentur Mainz
Bernd Schindzielorz
FISU, Christian Pierre
Fotolia DR
olly
vector icon
Mike Hecker

Gestaltung

Julia Frasch

Erscheinungsweise

Viermal jährlich
Für Mitglieder gratis

Druck

TZ Verlag & Print GmbH
Bruchwiesenweg 19
64380 Roßdorf
Telefon +49 6154 81125
Telefax +49 6154 8883

Namentlich gekennzeichnete
Beiträge geben nicht zwangsläufig
die Meinung der Redaktion wieder.
„hochschulsport“ erscheint im 42.
Jahrgang

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

Nachgefragt

EUC-Organisationskomitee: Olympia-Profis am Ruder
adh-Strukturkommission II: Kurs für 2015 festgelegt
Action! Neue Dynamik im Bewegtbild-Bereich

4

4
6
8

Marketing

ASS und adh – seit zehn Jahren eine starke Partnerschaft

9

9

Bildung

Mehr Spaß am Arbeitsplatz: Der Pausenexpress an der FU Berlin
Engere Kooperation zwischen adh und Regionalkonferenzen

10

10
13

Chancengleichheit

Mentoring – Das Projektteam startet mit den Tandems
Gleichstellung: Ein Thema für alle im Hochschulsport

15

15
16

Wettkampf

Winter-Universiade 2015: Ergebnisse für's Geschichtsbuch
Henri Junghänel: Von der Schießbude in die adh-Hall of Fame
Blickpunkt Europäische Hochschulmeisterschaften 2015

18

18
21
23

Studentisch

Sportreferate in Deutschland – Wie läuft's in Jena?

25

25

Partner des Hochschulsports:

SPORT-THIEME®

Gefördert durch:



Bundesministerium
des Innern



Bundesministerium
für Bildung
und Forschung



Bundesministerium
für Familie, Senioren, Frauen
und Jugend

dsj DEUTSCHE
SPORTJUGEND
im DOSB

aufgrund eines Beschlusses des Deutschen Bundestages

EUC-Organisationskomitee: Olympia-Profis am Ruder

Ausdauer, Teamgeist und Organisationstalent: Das sind Eigenschaften, die man Spitzensportlerinnen und -sportlern nachsagt und Attribute, die im Eventmanagement gefragt sind. Im Organisationskomitee der Europäischen Hochschulmeisterschaft (EUC) Rudern 2015 treffen all diese Elemente aufeinander. Olympioniken, die Alumni der Leibniz Universität Hannover und Ruhr-Universität Bochum sind, versprechen als Mitglieder des Organisationskomitees eine hohe Schlagzahl und eine Veranstaltung von Insidern für europäische Top-Athletinnen und -athleten. Im Interview verraten Elke Hipler, Christina Hennings und Michael Ruhe, warum sie sich ehrenamtlich für die EUC Rudern engagieren und was ihnen die Veranstaltung bedeutet.

Was motiviert Euch, die EUC Rudern 2015 in Hannover vorzubereiten?

Michael: Hannover verfügt mit dem Maschsee über eine Regattastrecke mitten in der Stadt. Die Möglichkeit, hier eine internationale Regatta mit einem kompetenten und hoch motivierten Team zu organisieren, ist eine tolle Sache. Ich hoffe, dass ich mich hier mit meinen Erfahrungen als Leistungssportler gut einbringen und aus Sicht eines ehemaligen Sportlers einen wertvollen Beitrag für optimale Wettkampfbedingungen leisten kann.

Christina: Es ist schön, sich neben Beruf und Familie ehrenamtlich zu engagieren, zumal bei der EUC der Zeithorizont abgesteckt ist. Außerdem besteht das OK-Team aus vielen netten Leuten. Es macht Spaß, zusammen das Event vorzubereiten. Durch die Mitwirkung bei der Organisation kann ich etwas zurückgeben und anderen etwas

ermöglichen, was ich selbst auf einer EUC, Studierenden-Weltmeisterschaft oder Deutschen Hochschulmeisterschaft erlebt habe.

Elke: Für mich ist es ziemlich spannend, eine internationale Regatta mit hohem Niveau einmal aus einem ganz anderen Blickwinkel zu erleben. Für die Durchführung der EUC war klar, dass wir als Mitglieder der Hannoverschen Vereine beziehungsweise des Hannoverschen Regattaverbandes mitarbeiten müssen und möchten, wenn das Event ein Erfolg werden soll. Hier in Hannover tauscht man sich viel zwischen den Vereinen aus – alle kennen sich gut. Da ist es Ehrensache, dass fast jeder einen kleinen Teil zum Gelingen der EUC beiträgt.

Ihr seid alle drei erfolgreich bei Olympischen Spielen und zahlreichen Weltmeisterschaften gestartet. Habt Ihr als Studierende

die Möglichkeit genutzt, auch an Hochschul-Regatten teilzunehmen?

Elke: Aber sicher! Ich bin 2005 bei der EUC in Cardiff für die Leibniz Universität gestartet. 2011 durfte ich dann als Trainerin der Hannoverschen Crew mit zur EUC nach Moskau – und Christina saß im Boot.

Christina: Die EUC Moskau war ein tolles Erlebnis. Wir sind im Frauenachter zu Gold gerudert. Außerdem bin ich bei der Studierenden-Weltmeisterschaft 2004 in Frankreich sowie bei den Deutschen Hochschulmeisterschaften 2010 und 2012 in Hannover und Bremen gestartet.

Michael: Elke und Christina haben mir hier wirklich voraus! Jetzt, da ich bei der Organisation der EUC mithelfe und sehe, was es für eine tolle Veranstaltung wird, bereue ich es umso mehr, in meiner Studienzeit an keinen nationalen oder internationalen Hochschulmeisterschaften teilgenommen zu haben.

Was ist für Euch ein Charakteristikum von internationalen Hochschulmeisterschaften?

Michael: Das Besondere ist ganz generell die Leistung der Sportlerinnen und Sportler. Das





Steckbrief Elke Hipler

Hochschule/Studium: Alumna Leibniz Universität Hannover, Geografin

Verein: RG Angaria Hannover e.V.

Sportliche Erfolge u.a.:

2008: Olympische Spiele W8+, 7. Platz

2004: Olympische Spiele W8+, 5. Platz

2007: Ruder-Weltmeisterschaften W2-, 2. Platz



Steckbrief Michael Ruhe

Hochschule/Studium: Alumnus Ruhr-Uni Bochum, Diplomökonom

Verein: RV Weser Hameln v. 1885

Sportliche Erfolge:

2004: Olympische Spiele M8+, 4. Platz

2007: Ruder-Weltmeisterschaften M2+, 5. Platz

2003: Ruder-Weltmeisterschaften M8+, 6. Platz



Steckbrief Christina Hennings

Hochschule/Studium: Alumna Leibniz Universität Hannover, Wirtschaftswissenschaftlerin

Verein: RV Ems-Jade-Weser/Team Nord-West

Sportliche Erfolge u.a.:

2008: Olympische Spiele W8+, 7. Platz

2009: Ruder-Weltmeisterschaften W8+, 4. Platz

2007: Ruder-Weltmeisterschaften W8+, 5. Platz

Hintergrund EUC Rudern 2015

Das Zentrum für Hochschulsport der Leibniz Universität Hannover (ZfH) hat sich mit dem Hannoverschen Regattaverband (HRV) erfolgreich um die Ausrichtung der EUC Rudern 2015 beworben. Das Organisationskomitee (OK) nahm im Dezember 2013 seine Arbeit auf.

Es besteht aus Mitarbeitenden des ZfH, Studierenden, erfahrenen Regattaveranstaltern der vier großen Hannoverschen Rudervereine sowie aus ehemaligen Leistungssportlerinnen und -sportlern. Vorsitzende des OK sind die Leiterin des ZfH, Michaela Röhrbein, sowie der stellvertretende Vorsitzende des HRV, Rolf-Dieter Mumenthey. Hauptamtliche Mitarbeitende des ZfH arbeiten Hand in Hand mit ehrenamtlichen Mitgliedern zusammen.

Maßgebliche Unterstützung erfährt das OK durch den adh, die Landeshauptstadt Hannover sowie den Deutschen Ruderverband. Gefördert wird die EUC durch die Landeshauptstadt Hannover und die Niedersächsische Lotto-Sport-Stiftung.

ist gleichzeitig banal und außergewöhnlich. Hier ist natürlich die hohe sportliche Leistung der Studierenden zu sehen. Gleichzeitig müssen diese Aktiven aber auch im Studium ihre Leistung abliefern. Um dies zu bewerkstelligen, muss man gut organisiert, zielstrebig und sehr ehrgeizig sein. Genau das macht in meinen Augen das Besondere der universitären Wettbewerbe aus.

Elke: Dazu kommt, dass die Leistungsbreite bei Wettkampfanstaltungen im Hochschulsport ziemlich groß ist. Denn bei der EUC treffen international erfahrene Natio-

nalmannschaftsrunderer auf weniger erfahrene, die bisher nur auf nationalem Niveau gerudert sind. Oft sitzen sie sogar gemeinsam im Boot. Davon profitieren die einen durch Erfahrungsgewinn, und die anderen genießen es vielleicht, einmal nicht ganz so unter Leistungsdruck zu stehen. Das ist zumindest meine eigene Erfahrung.

Wie kam es dazu, dass Ihr Euch ehrenamtlich im Organisationskomitee engagiert?

Christina: Durch unsere jeweiligen studentischen Wettkampf-Teilnahmen hatten Elke

und ich immer engen Kontakt zum Hochschulsport. So kam es, dass wir uns an der Organisation der Deutschen Hochschulmeisterschaft, die 2014 in Hannover stattfand, beteiligt und uns gerne bereiterklärt haben, unser Know-how nun für die EUC einzubringen. Die Tatsache, dass das Organisationskomitee der EUC in weiten Teilen mit dem OK-Team der DHM übereinstimmt, kommt uns jetzt an vielen Stellen zugute. Wir sind ein eingespieltes und erprobtes Team!

Michael: Ich war lange Zeit für Studium und Leistungssport im Ruhrgebiet und bin erst

vor vier Jahren wieder in meine Heimatstadt Hannover gezogen. Jens Hundertmark, der Disziplinchef Rudern im adh, hat mich angesprochen, ob ich Lust hätte, bei der Organisation der DHM 2014 und der EUC 2015 mitzuhelfen. Seitdem war ich mit im Boot.

Was sind Eure Aufgaben innerhalb des Organisationskomitees?

Michael: Ich leite das Ressort Wettkampf. Im Vorfeld der Regatta sorgt das Team, in dem auch Elke mitarbeitet, dafür, dass die sportlichen Rahmenbedingungen optimal sind. Während des Wettkampfs sind wir für dessen reibungslosen Ablauf verantwortlich.

Elke: Momentan treffen wir uns vom Ressort Wettkampf regelmäßig und planen den Aufbau der Regatta. Das heißt, wir legen

die Wettkampfstrecke, das Regattabüro, die Technik und ähnliches fest. Während der Regatta selbst werde ich dann mithelfen, den Überblick über den zeitlichen Ablauf der Rennen zu behalten, und alles tun, damit er wie geplant funktioniert.

Christina: In meinem Ressort Marketing geht es darum, Sponsoren für die Veranstaltung zu gewinnen. Das ist nicht immer ganz leicht, obwohl wir mit leistungsbereiten, jungen Akademikerinnen und Akademikern eine interessante Zielgruppe bieten.

Worauf freut Ihr Euch besonders?

Michael: Ähnlich wie in meiner Zeit als aktiver Sportler freue ich mich am meisten auf den Beginn des Wettkampfs, wenn es endlich losgeht und die ersten Rennen über die

Strecke gehen – bei besten Bedingungen!

Christina: Ja, ich bin auch sehr gespannt darauf, ob alles geklappt hat, wofür wir lange Zeit gearbeitet haben. Auch ich fiebere dem Start des ersten Rennens entgegen.

Elke: Ich freue mich auf das internationale, sportliche Flair am Maschsee, auf die Zuschauerinnen und Zuschauer, die einen spannenden Eindruck von unserer Sportart bekommen, und auf viele emotionale Momente. Ich selbst bekam letztes Jahr bei der DHM schon beim Zuschauen der Starts am Nordufer jedes Mal eine Gänsehaut.

Vielen Dank für das Gespräch!

■ Das Interview führte Lea Behnen, Zentrum für Hochschulsport Hannover

adh-Strukturkommission II: Kurs für 2015 festgelegt

Hoch motiviert starteten die Mitglieder der adh-Strukturkommission II (SK II) am 25. und 26. Februar 2015 in Hannover in das noch junge Jahr 2015, das für die SK II arbeitsreich zu werden verspricht: Bis Oktober 2015 will die SK II ihre Arbeit beenden, um eine entsprechende satzungsändernde Beschlussvorlage in die 110. adh-Vollversammlung einbringen zu können.

Ziel ist die Entwicklung eines Verbandskonzepts – bestehend aus einem Strategie- und einem Strukturkonzept. Während das Strategiekonzept die zentralen Handlungs- und Aufgabenfelder des adh sowie konkrete Ziele, Strategien und Maßnahmen für die

künftige Ausrichtung beschreibt, soll sich das Strukturkonzept an den Anforderungen eines zeitgemäßen Verbandsmanagements und der zukünftigen strategischen Ausrichtung orientieren.

Handlungsfelder und Querschnittsaufgaben

Der adh-Vorstandsvorsitzende, Felix Arnold, blickte zunächst auf die Ergebnisse des letzten Jahres zurück, das von der Erstellung einer umfassenden Situationsanalyse (Erfassung der Anspruchsgruppen, der Chancen und Risiken sowie Stärken und Schwächen des adh) und der Definition der Handlungsfelder und Querschnittsaufgaben des Verbandes geprägt war. In einer um-

fangreichen Rückkopplungsschleife hatten die adh-Gremien sowie die Landes- und Regionalkonferenzen Gelegenheit, ihre Rückmeldungen zu den von der SK II beschriebenen Handlungsfeldern und Querschnittsaufgaben einzubringen sowie eine Gewichtung dieser vorzunehmen. Resultierend aus diesen Rückmeldungen wurden die Handlungsfelder und ihre Beschreibungen noch einmal in einigen Punkten angepasst und in der überarbeiteten Form in das Forum zum adh-Strukturprozess im Rahmen der 109. adh-Vollversammlung eingebracht. Die dortige Befassung der Mitgliedschaft lieferte wertvolle Rückmeldungen und Hinweise für den weiteren Prozessverlauf.

Kompetenzerweiterung

Ausgehend von einer durch die Koordinierungsgruppe vorgenommenen kritischen Überprüfung des Prozessverlaufs und der avisierten Zeitschiene bis zur 110. adh-Vollversammlung in Jena, diskutierte die Strukturkommission II zudem das weitere

Vorgehen. Um den ambitionierten Zeitrahmen einhalten zu können, sprachen sich die Kommissionsmitglieder für eine personelle Vergrößerung der Koordinierungsgruppe sowie für eine Erweiterung ihrer Kompetenzen aus. Um die Sitzungen künftig effizienter gestalten zu können, wird es die Aufgabe der Koordinierungsgruppe sein, im Vorfeld der SK II-Sitzungen konkrete Konzeptvorschläge zu erarbeiten, die dann innerhalb der SK II diskutiert werden. Personell wird die Koordinierungsgruppe ab sofort durch Michaela Röhrbein (HVNB/Uni Hannover) und Luisa Kosok (Uni Bielefeld) verstärkt.

Leitziele und Maßnahmen

Basierend auf den Beschreibungen der Handlungsfelder entwarfen die Kommissionsmitglieder in Hannover erste Leitziele für die einzelnen Handlungsfelder. Im weiteren Prozessverlauf gilt es diese nun zu konkretisieren sowie der Frage nachzugehen, wie diese Ziele jeweils am besten erreicht werden können. Das heißt, Strategien für die Zielerreichung zu erarbeiten, die später als Leitplanken für das Handeln des Verbandes und der Auswahl von geeigneten Maßnahmen und Instrumenten dienen.

Strukturkonzept

Mit Input zu grundsätzlichen Strukturüberlegungen in Sportverbänden führte die Prozessbegleiterin Gabriele Freytag (DSOB-Führungsakademie) zudem in die Erstellung eines Strukturkonzepts ein. Im Plenum sammelten die Kommissionsmitglieder dann die „Perlen“ und „Baustellen“ der derzeitigen Führungs- und Gremienstrukturen des adh und diskutierten in Kleingruppen die identifizierten Problemfelder und Verbesserungsmöglichkeiten.

Das Konzept sieht zunächst eine Erfassung der aktuellen Strukturen vor, ehe diese dahingehend überprüft werden, ob sie der neu entwickelten Strategie gerecht werden oder eine Anpassung der Strukturen nö-

Hintergrundinfo

Handlungsfelder werden definiert als übergeordnete Bereiche beziehungsweise Themenfelder, die verschiedene einzelne Themen/Themenstellungen (und gegebenenfalls auch verschiedene Projekte) bündeln, die (inhaltlich) voneinander gut abgegrenzt werden können und vor allem die inhaltliche Arbeit des Verbandes prägen.

Querschnittsaufgaben wirken in alle Handlungsfelder und unterstützen die Arbeit in den Handlungsfeldern.

tig ist. Bereits in der Strukturkommission I wurden dazu Analysen vorgenommen, deren Ergebnisse für die folgenden Überlegungen herangezogen werden können.

Ausblick

Am Ende der Sitzung vereinbarten die Kommissionsmitglieder zudem die Zeitschiene für 2015, die weitere Sitzungen im April, Mai und September vorsieht. Erneut ist zudem eine umfassende Rückkopplung in die adh-Gremien sowie die Landes- und Regionalkonferenzen im Herbst 2015 vorgesehen, bevor es zur Erstellung der finalen Beschlussvorlage kommt. „Wir starten mit hoher Energie in den letzten Abschnitt des Strukturprozesses“, resümierte Felix Arnold. „Das Ziel ist klar im Blick und der Zeitrahmen ambitioniert. Doch mit der personellen Verstärkung und der spürbaren Motivation der Mitglieder der SK II, ist unser Vorhaben sehr realistisch. Entscheidend für die nächsten Monate wird die Beteiligung der Mitgliedschaft sein. Hier brauchen wir noch intensiveren Austausch als bisher“, so Arnold.

■ Martina Merz, adh-Büroleiterin

allgemeiner deutscher Hochschulsportverband
adh

Handlungsfelder

- Bildung und Qualifizierung
- Ausrichtung internationaler Veranstaltungen
- Internationale Wettkampfteilnahmen
- Nationaler Wettkampfsport
- Hochschulsportentwicklung
- Sport-, Bildungs- und Gesellschaftspolitik
- Förderung von Chancengleichheit & Engagement

Querschnittsaufgaben

- Interessenvertretung
- Kommunikation und Öffentlichkeitsarbeit

Handlungsfelder und Querschnittsaufgaben im adh

Action! Neue Dynamik und mehr Rechte im Bewegtbild-Bereich

Emotionen und Dynamik zeichnen den Sport in ganz besonderer Weise aus. Um diese medial zu transportieren, bedient sich nicht nur der adh bewegter Bilder. Die Sozialen Medien haben diesem Bereich eine immer stärkere Bedeutung zukommen lassen. Für eine gelungene Berichterstattung ist eine ausgewogene und vielfältige mediale Aufbereitung von hoher Relevanz. Aus diesem Grund hat der adh seit Ende 2013 sein Augenmerk vermehrt auf die Ausweitung seines Video-Angebots gelegt. Nun ist eine weitere Intensivierung dieser Aktivitäten angedacht – mit mehr Möglichkeiten für die adh-Mitgliedshochschulen.

Multimediale Ausrichtung

„Wer sich heute in der vielfältigen Medienwelt Gehör verschaffen möchte, ist zwangsläufig auf die Nutzung der Potenziale der Neuen Medien angewiesen. Um diese ansprechend mit Inhalt zu befüllen, bedarf es einer multimedialen Ausrichtung“, begründet Jörg Förster, adh-Vorstandsmitglied Öffentlichkeitsarbeit und Marketing, die verstärkte Notwendigkeit von bewegten Bildern in der adh-Öffentlichkeitsarbeit. Daher produzierte der adh bereits im vergangenen Jahr unter anderem Videos von 15 adh-Wettkampfsportveranstaltungen sowie den EUSA-Games und veröffentlichte diese auf seiner Website.

Neue Freiheiten im Bewegtbild-Bereich

Da der Verband über viele Jahre die medialen Verwertungsrechte von nationalen Wettkampfsportveranstaltungen im Rahmen des TV33er-Vertrags exklusiv an die öffentlich-rechtlichen Sendeanstalten abgetreten hat-

te, war eine anderweitige Übertragung oder Nutzung von bewegten Bildern aus dem adh-Wettkampfsport nicht möglich. „Dies führte vor allem auf den Sozialen Plattformen zu starken Einschränkungen“, erklärt Förster. Der Vertrag nahm nur die Video-Berichterstattung auf der Website des Veranstalters aus. Damit wurde der adh nicht nur in seiner Außendarstellung auf den eigenen Plattformen der Sozialen Medien limitiert, sondern es wurde insbesondere auch die Öffentlichkeitsarbeit der ausrichtenden Hochschulen eingeschränkt.

Initiativen der Bewegtbild-Erstellung sowie zahlreiche Presseanfragen von Hochschulen oder lokalen beziehungsweise regionalen, nicht-öffentlichen Sendern mussten in der Vergangenheit mit Verweis auf die bestehende Vertragssituation abgewiesen werden; eine Situation, die der adh-Vorstand jetzt geändert hat: „Wir haben den zu Jahresfrist auslaufenden Vertrag nicht erneuert und bieten so allen unseren Mitgliedshochschulen deutlich größere Freiheiten in der Übertragung von adh-Wettkampfsportveranstaltungen“, so Jörg Förster.

Weitergehende Konzeption erfolgt

Die neu gewonnenen Freiheiten sollen nun in einer weitergehenden Konzeption dazu genutzt wer-

den, auch die Medienarbeit in den Hochschulsporteinrichtungen zu fördern. „Eine Art Hochschulsportkanal könnte entstehen, um nicht nur die Vielfalt des deutschen Hochschulsports darzustellen, sondern auch den Mitgliedshochschulen eine Plattform zur eigenen Profilierung zu geben“, blickt Jörg Förster in die Zukunft. Wie ein weitergehendes Modell aussehen kann, wird derzeit erarbeitet. Als mögliche Inhalte dieser künftigen Bewegtbild-Nutzung können neben dem nationalen und internationalen Wettkampfsport, wie Deutsche Hochschulmeisterschaften, Universiaden oder die EUSA-Games, auch lokale Hochschulsport-Events und Hochschulsport-Projekte aufgegriffen werden.

■ Paulus Johannes Mocnik,
adh-Öffentlichkeitsreferent



ASS und adh – Seit zehn Jahren eine starke Partnerschaft

Seit dem Jahr 2005 profitieren die adh-Mitgliedshochschulen von den Angeboten der ASS Athletic Sport Sponsoring als Verbundkauf-Partner. Das Mobilitätskonzept der ASS für den Sport findet großen Anklang – über den adh sind unter anderem hauptamtliche Mitarbeitende, Übungsleitende und sämtliche Funktionsträger im Hochschulsport sowie Athletinnen und Athleten samt deren Trainern und Betreuern bezugsberechtigt.

Top-Konditionen für Verbandsmitglieder

Das ASS Neuwagen-Angebot besticht durch günstige monatliche Komplettrenten:

- Inkl. Kfz-Versicherung (Voll- und Teilkasko mit Selbstbehalt)
- Inkl. Überführungs- und Zulassungskosten
- Inkl. 10.000 km bis 30.000 km Freilaufleistung pro Jahr je nach Hersteller und Modell (5.000 Mehrkilometer gegen Aufpreis möglich)

- Inkl. gesetzlicher Mehrwertsteuer
- Inkl. Kfz-Steuer

Außerdem bieten überschaubare zwölf-Monatsverträge ein Höchstmaß an Flexibilität. Sonderzahlungen und andere versteckte Kosten fallen nicht an. Die Fahrzeuge werden jedes Jahr gegen Neufahrzeuge ausgetauscht. Dabei kann jährlich aus einer großen Fahrzeugpalette das nächste Wunschauto gewählt werden.

Damit alle Hochschulsportlerinnen und -sportler komfortabel und schnell ihre Ziele erreichen, bietet der adh mit seinem langjährigem Partner ASS ein einzigartiges Auto-Angebot mit attraktivem Preis-Leistungsverhältnis. Den fünftürigen Opel Corsa gibt es beispielsweise schon ab einer monatlichen Rate von nur 239 Euro. Gegen einen monatlichen Aufpreis in Höhe von zehn Euro können sogar Ganzjahresreifen mitbestellt werden.

Verbundkauf-Partner



allgemeiner deutscher
hochschulsportverband



Die Vorteile im Überblick

- Nur zwölf Monate Vertragslaufzeit
- Jährliche Option auf einen Neuwagen
- Keine An- und Restwertzahlung

Worauf noch warten?

Umfassende Informationen und kompetente Beratung gibt es beim Verbundkauf-Partner:

Athletic Sport Sponsoring

Tel: 0234/95128-40

Email: info@ass-team.net

www.ass-team.net

Außerdem steht die Hochschulsport Marketing GmbH für Fragen gerne zur Verfügung.

- Sebastian Jochum, HSM

Mehr Spaß am Arbeitsplatz: Der Pausenexpress an der FU Berlin

Der Hochschulsport der Freien Universität (FU) Berlin bietet den Pausenexpress seit Oktober 2013 den Mitarbeiterinnen und Mitarbeitern an und aktiviert seither von Semester zu Semester mehr Beschäftigte der Hochschule. Im Artikel zeichnen die Autoren die Erfolgschronik der „bewegten Pause“ nach und erläutern die Besonderheiten und den Mehrwert des Angebots für ihren Hochschulsport und die Universität.

„Wer sich nicht bewegt, wird krank“, sagte Prof. Veit Wank in einem Interview mit der ARD (2011). Doch leider bewegen sich Menschen aufgrund der veränderten Arbeitswelt immer weniger. Krankheiten und Beschwerden sowohl physischer als auch psychischer Herkunft sind die wahrnehmbare Folge und belasten Arbeitgeber und das Gesundheitssystem in vermehrtem Maße. Viele Krankheitstage könnten durch mehr Bewegung verringert werden. Denn sich zu bewegen, ist die am leichtesten zu realisierende gesundheitsfördernde Maßnahme. Nichts ist so einfach umzusetzen, wie mehr Bewegung in den Alltag einzubauen. Die Motivation ist dabei von besonderer Bedeutung. Daher war es ein Ziel, ein Angebot mit niedriger Einstiegsschwelle zu entwickeln, das möglichst viele Hochschulangehörige anspricht und die Akzeptanz gesundheitsorientierter Bewegungsangebote bei Nicht-Sportlerinnen und -Sportlern erhöht.

Interuniversitärer Austausch gefragt

Ausgangspunkt für die Etablierung des Pausenexpresses an der FU Berlin war ein Netzwerktreffen interessierter Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter des Hochschulsports

aus ganz Deutschland im Juli 2013. Organisiert wurde das Treffen zum Thema Gesundheitsförderung und Pausenexpress vom adh an der Justus-Liebig-Universität in Gießen. Vor allem der Erfahrungsaustausch rund um das Thema Pausenexpress war seitens des Hochschulsports der Freien Universität Berlin von besonders großem Interesse, da der Startschuss noch bevorstand. Mit vielen Informationen und neuen Ideen im Gepäck ging es zurück nach Berlin. Auch auf die enge Zusammenarbeit mit der Universität Potsdam sei hingewiesen, die hilfreiche Unterlagen und wertvolle Hinweise zur Programmgestaltung lieferte.

Besonderheiten der Freien Universität Berlin

Nach erfolgreicher Präsentation im hochschuleigenen Steuerkreis Gesundheit und einer ebenso positiv verlaufenen Probephase im August und September 2013, fiel Ende Oktober 2013 endlich der offizielle Startschuss für den Pausenexpress an der FU Berlin. Angelehnt an das standardisierte Pausenexpress-Konzept des adh, gehen die Pausenexpress-Trainerinnen und Trainer auch an der FU zur gebuchten Zeit (Montag bis Freitag, 11 bis 14 Uhr) direkt an den Arbeitsplatz der FU-Mitarbeitenden und bieten für kleine Gruppen von vier bis acht Personen wöchentlich ein 15-minütiges Kurzprogramm aus Mobilisation, Kräftigung, Dehnung und Entspannung. Dabei liegt der Fokus der Übungen auf dem Schulter-, Nacken- und Rückenbereich. Der Pausenexpress wird von der Universitätsleitung unterstützt und ist kostenlos für die Beschäftigten der FU. Diese bringen lediglich ihre eigene Zeit ein, da die Pausenexpress-Zeit nicht als Arbeitszeit bewertet wird.

hochschulsport fu berlin
pausenexpress



Hintergrund Pausenexpress

Die Idee zum Pausenexpress hat ihren Ursprung an der Universität Potsdam und wurde im Rahmen eines Projekts (2008/09) erfolgreich an den Universitätsstandorten Potsdam, Aachen, Wuppertal und Paderborn ausgestaltet. Aufgrund der großen Nachfrage anderer deutscher Hochschulsporteinrichtungen zur Etablierung des Pausenexpress hat der adh gemeinsam mit der Projektgruppe „Gesundheitsförderung und Prävention für Studierende und Bedienstete durch Sport und Bewegung“ des Bundesministeriums für Gesundheit (Aachen, Potsdam, Wuppertal, Paderborn und Humboldt-Universität zu Berlin) ein weiteres Projekt zur bundesweiten Einführung des Konzepts Pausenexpress von Dezember 2010 bis August 2011 durchgeführt. So sollte ein bestehendes und bereits erfolgreich umgesetztes Konzept zur aktiven Gesundheitsförderung am Arbeitsplatz zum Allgemeingut des Verbandes werden.

Die Zentrale Einheit Hochschulsport der FU Berlin legte dem adh ihr Konzept zur Umsetzung des Pausenexpresses im Sommer 2013 vor und erhielt daraufhin die Möglichkeit, die Marke „Pausenexpress Hochschulsport Freie Universität“ zu führen.



410 Bedienstete der FU Berlin halten sich mit dem Pausenexpress fit – Tendenz steigend

Eine besondere Herausforderung an der Freien Universität ist ihre dezentrale Struktur. Das heißt, sie ist keine Campusuni im engeren Sinne, sondern verteilt sich auf fünf Standorte. „Die Organisation der Kurse war und ist eine logistische Herausforderung“, sagt die ZEH-Mitarbeiterin und Pausenexpress-Verantwortliche Olivia Mahling: „Die Büros liegen teilweise mehrere Kilometer auseinander. Daher gestaltete sich der in einem Zeitraum von 15 Minuten angesetzte Raumwechsel für die Trainer enorm schwierig.“ So wurde das Augenmerk zunächst auf den Campus Dahlem/Steglitz gelegt, wobei ein Ausbau zu den anderen Standorten angedacht ist.

Pausenexpress: Winter, Frühling, Sommer

Mit drei Durchgängen im Jahr à rund zehn Wochen sollen Mitarbeitende der FU aktiviert werden. Bereits beim ersten Durchlauf

im Winter 2013/14 meldeten sich 33 Gruppen mit insgesamt 218 Teilnehmenden an. „Diesen Andrang hatte ich nicht erwartet. Ich bin sehr glücklich, dass die Vorbereitungen so schnell Früchte trugen“, schwärmt Mahling. Neben Hinweisen und kleinen Berichten auf der Website informierte das Onlinemagazin der Hochschule „Campus.Leben“ von einem „Locker werden in der Mittagspause“ und verkündete: „Bahn frei für mehr Bewegung im Büro: Der „Pausenexpress“ macht ab jetzt Halt an der Freien Universität.“ (Campus.Leben, 28.10.2013). „Solche Werbung und natürlich die Mundpropaganda nach den ersten Wochen haben zur hohen Anmeldezahl geführt“, meint Mahling. Der folgende Pausenexpress-Frühling 2014 konnte sich auf eine Anzahl von 53 Gruppen und 323 Teilnehmenden steigern. Das Thema schien sich wie ein Lauffeuer zu verbreiten. Die Beschäftigten zeigten sich sehr zufrieden und die Trainerinnen und Trainer hatten

inzwischen Routine im Raumwechsel. Beim Pausenexpress-Sommer, dem dritten Durchlauf seit dem Startschuss im Oktober 2013, waren unglaubliche 63 Gruppen angemeldet. Damit wurden rund 400 Beschäftigte der FU Berlin am Arbeitsplatz aktiviert. Im vergangenen Wintersemester 2014/15 waren es dann 65 Gruppen mit 410 Teilnehmenden – eine Verdopplung seit dem Startschuss ein Jahr zuvor.

Feedback ist uns wichtig!

Im Sommer 2014 wurde ein Feedbackbogen an alle Gruppen ausgehändigt mit der Bitte zur Teilnahme (online und über die Trainer). 11% der Teilnehmenden beantwortete den anonymisierten Feedbackbogen. Über 70% der Antwortenden waren sehr zufrieden mit dem Angebot, den Trainern sowie den Inhalten/Übungen, weshalb so gut wie alle wieder teilnehmen würden (96%). 84% sind der Meinung, sie hätten mehr Ener-

gie für die Arbeit und bei 64% verbesserte sich sogar das allgemeine Wohlbefinden. Die meisten (62%) fanden die 15-minütige Dauer angemessen, wobei die restlichen Befragten ein „zu kurz“ ankreuzten. Viele baten auch darum, den Pausenexpress auf zwei Termine pro Woche auszuweiten. Insgesamt konnten 89% die bewegte Pause am Arbeitsplatz gut in den Arbeitstag eingliedern. 70% der Teilnehmenden waren schon vorher sportlich aktiv und 76% aufgrund des Gesundheitsaspekts des Pausenexpresses motiviert. Das Feedback fiel eindeutig positiv aus – und motivierte die Mitarbeitenden des Hochschulsports enorm.

Die Marke bringt den Erfolg

In der Pausenexpress-freien Zeit bis Oktober 2014 fand kein regulärer Pausenexpress-Kurs statt. Die Gruppen konnten dennoch mithilfe eines eigens entwickelten Pausenexpress-Würfelspiels selbst Übungen durchführen und aktiv bleiben. Mit einer Spielanleitung, Übungsfotos und einer Druckvorlage zum Ausschneiden, sollten sich die Gruppen weiterhin wöchentlich treffen, um „am Ball“ zu bleiben.

Außerdem bietet der Hochschulsport seit Mitte August 2014 einen 60-minütigen „Pausenexpress Power“-Kurs an, der – angelehnt an den regulären Kursbetrieb – wöchentlich campusnah durchgeführt wird.

Pausenexpress Öffentlichkeitsarbeit

Der Pausenexpress war und ist auf gesundheitsorientierten Veranstaltungen an der Hochschule präsent. Erstmals wurde er beim jährlichen Gesundheitstag der FU 2013 mit Hilfe von Flyern vorgestellt. Dabei konnten sich Interessierte in eine Liste für den Pausenexpress eintragen. Danach war er bei weiteren universitären Veranstaltungen wie beispielsweise der „Langen Nacht der Bibliotheken“, dem Schnuppertag für Beschäftigte, dem Gesundheitstag 2014 oder bei

einem Workshop im Rahmen einer Tagung an der Charité vertreten. Zudem wird der Pausenexpress gerne während FU-interner Schulungen angefragt. Dabei wird der Pausenexpress vorgestellt und eine kleine Praxisseinheit zur Auflockerung durchgeführt.

Neues farbiges Anmeldeverfahren

Da für den vergangenen Winter 2014/15 erneut hohe Anmeldezahlen erwartet wurden und die Trainerlogistik in der dezentralen Universitätsstruktur funktionieren muss, wurde das Anmeldeverfahren vereinfacht. Der Pausenexpress beschränkt sich – wie bisher auch – auf den Standort Dahlem/Steglitz. Hatten die Gruppen in den ersten drei Durchgängen unabhängig von ihrem Standort bis zum Sommer 2014 komplett freie Terminwahl, wurde dies zum Winter verändert. Der Standort Campus Dahlem/Steglitz wurde nun räumlich in verschiedene, farbig markierte Bereiche eingeteilt. Wenn das Team den eigenen Standort mit der dazugehörigen Farbe gefunden hat, bucht der Teamleader eine für die Farbe vorgegebene Zeit unter „Pausenexpress“ im regulären Sportprogramm. „Trotz des veränderten Anmeldeverfahrens und der vorgegebenen Zeiten sind es am Ende 65 Gruppen geworden – mehr als wir erwartet hatten“, so Mahling.

Ausblick

Aktuell laufen die Anmeldungen für den Pausenexpress-Frühling 2015 – schon jetzt ist die Nachfrage groß. Auch neue Trainerrinnen und Trainer wurden akquiriert, geschult und ausgestattet (T-Shirt, Tasche im FU-Branding mit Igelbällen und Therabändern, Übungskatalog, Flyer, Visitenkarten und ähnlichem).

Seit dem Frühjahr 2014 unterstützt eine studentische Hilfskraft an der Seite von Olivia Mahling das Projekt. „Das war dringend nötig“, freut sich Mahling, „denn neben dem

normalen Hochschulportalltag mit vielen anderen Aufgaben wurde der Pausenexpress-Berg auf dem Schreibtisch immer höher“. Nun sollen das neue Anmeldeverfahren und die personelle Unterstützung zur Ökonomisierung beitragen.

Neben externen Teilnehmenden der HWR Berlin, ist nun auch das Bundesministerium für Justiz und für Verbraucherschutz auf das Gesundheitsangebot aufmerksam geworden. Diese Entwicklung bestärkt, weiterhin am Pausenexpress festzuhalten und auch zukünftig die bewegte Pause am Arbeitsplatz anzubieten.

Perspektivisch sollen integrierte Schulscheinheiten zu den Themen gesunder Arbeitsplatz und zum ergonomischen Sitzen das Angebot erweitern. So erhofft sich der Hochschulsport der FU Berlin, den Pausenexpress noch attraktiver zu gestalten, die gesundheitsförderliche Wirkung zu erweitern und somit einen dauerhaften und nachhaltigen Beitrag zur Gesundheit der Mitarbeitenden der Hochschule zu leisten.

Aus Sicht von Jörg Förster, Direktor der ZEH, kommt neben dem reinen Dienstleistungsaspekt als Teil des Betrieblichen Gesundheitsmanagements der Hochschule ein weiterer sehr wichtiger Aspekt des Erfolges zum Tragen: „Der Pausenexpress ist zum wesentlichen Imagerträger für den Hochschulsport innerhalb der Hochschule geworden. Wir erreichen damit Menschen, die vorher nur ein rudimentäres Bild von unserer Arbeit hatten und uns jetzt förderlich und aufgeschlossen gegenüberstehen. Damit gewinnen wir nicht nur an Akzeptanz in der Hochschule, sondern auch Fürsprecher für unsere Ideen auf allen Hierarchieebenen.“

- Olivia Mahling und Jörg Förster, Hochschulsport der FU Berlin

Engere Kooperation zwischen adh und Regionalkonferenzen

Neben den bundesweiten Bildungsangeboten, die über die adh-Geschäftsstelle koordiniert werden, bieten auch die Regionalkonferenzen und adh-Mitgliedshochschulen jährlich rund 35 Seminare an. Ziel dieser Angebote ist es, Mitarbeitende und Kursleitende im Hochschulsport zu qualifizieren. Darüber hinaus fördern die Seminare die Bildungsarbeit vor Ort sowie die regionale Zusammenarbeit von Hochschulsport-Einrichtungen. Um Bedarfe festzustellen und die Weichen für eine engere Kooperation zwischen adh und Regionalkonferenzen zu stellen, lud der Bildungsvorstand Moritz Mann erstmals zum Treffen der Bildungsbeauftragten der Regionen.

Regionale Bildungsarbeit ist tragende Säule

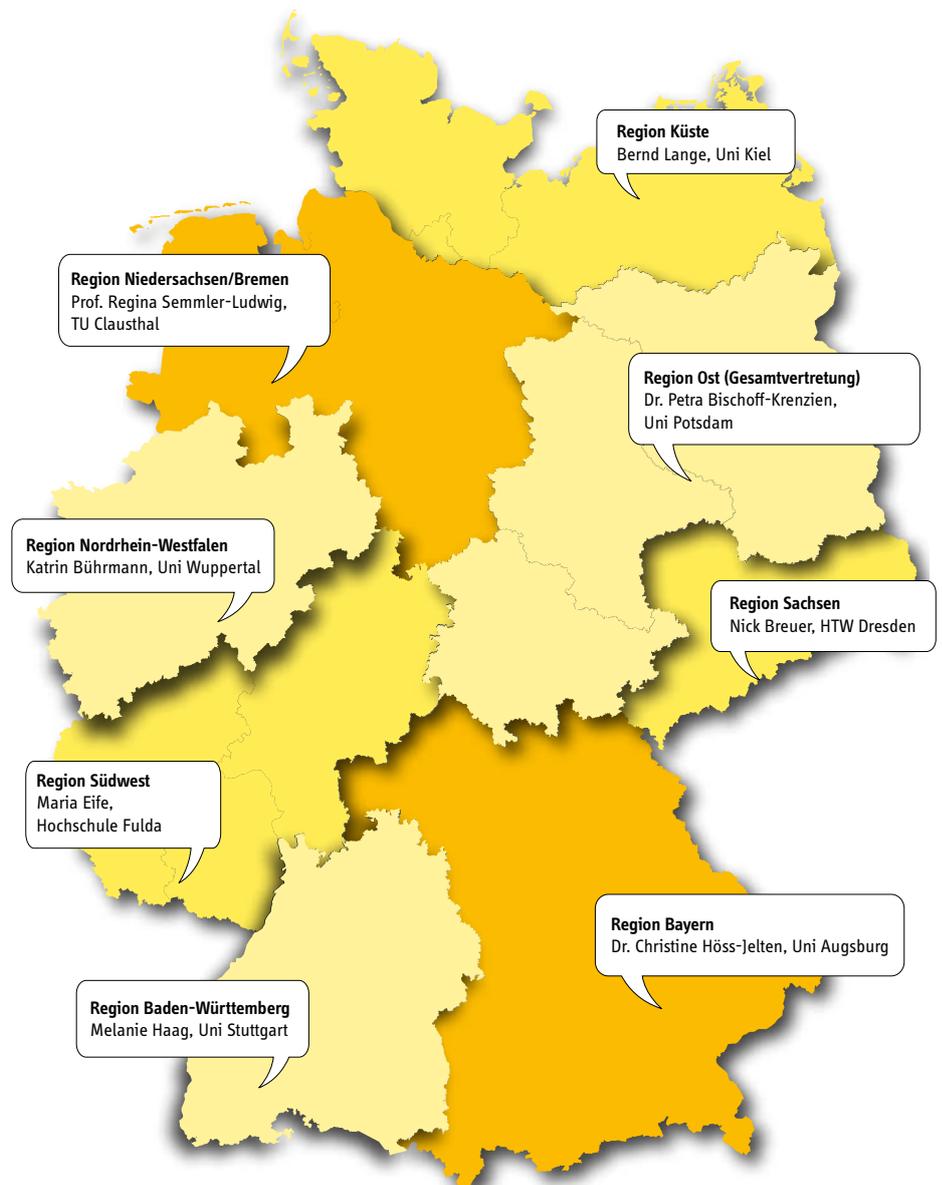
Schon im Rahmen seiner konstituierenden Sitzung im Februar 2014 hatte der Ausschuss für Breitensport, Bildung und Wissenschaftsarbeit (ABBW) die besondere Bedeutung der regionalen Bildungsarbeit für die qualitative Weiterentwicklung des Hochschulsports herausgestellt. Dies gilt nicht nur, jedoch im besonderen Maße, hinsichtlich der sportfachlichen Ausbildung der Übungsleitenden, welche im Zuge der Umstrukturierung des zentralen adh-Bildungsangebots nun überwiegend dezentral geleistet werden soll. Vor diesem Hintergrund regte der ABBW das erste Treffen der Bildungsbeauftragten der Regionen an, das bei der vergangenen Vollversammlung in Augsburg durchgeführt wurde.

Der Einladung gefolgt waren Dr. Christine Höss-Jelten als Gastgeberin und Vertreterin der Region Bayern, Katrin Bührmann (Regi-

on Nordrhein-Westfalen), Nick Breuer (Region Sachsen), Dr. Petra Bischoff-Krenzien (Region Ost), Jan Ries (stellvertretend für die Region Südwest) und stellvertretend für die Region Niedersachsen/Bremen und als

adh-Bildungsvorstand Moritz Mann, sowie Sarah Vonhausen (ABBW) und Sylvie Krüger (adh-Geschäftsstelle).

Die Berichte aus den Regionen verdeutlichten einmal mehr, wie unterschiedlich die Arbeit der Regionalkonferenzen organisiert ist. Die Bildungsarbeit betreffend ist positiv hervorzuheben, dass in Sachsen eine landesweite Übungsleiterausbildung für den Hochschulsport angeboten wird und in



Ansprechpartnerinnen und -partner der Landes- und Regionalkonferenzen

Nordrhein-Westfalen sowie Niedersachsen/Bremen regionale Bildungsangebote fest etabliert sind. In diesem Zusammenhang wurde auch erörtert, inwieweit es möglich ist, öffentliche Zuschüsse für die Bildungsarbeit der Regionalverbände auf Landesebene zu akquirieren.

Förderbedingungen optimiert

Zentrales Thema war die Frage, wie der adh die Ausrichtung regionaler Bildungsangebote zielführender als bisher fördern kann. Im adh-Haushalt ist bereits ein kleiner Fördertopf eingestellt, der bisher nur wenig in Anspruch genommen wird. Die regionalen Bildungsbeauftragten hinterfragten die aktuellen Förderbedingungen und beschlossen, die finanzielle Unterstützung künftig von der Zustimmung der regionalen Bildungsbeauftragten abhängig zu machen. Auf diese Weise kann im Gegensatz zum alten Verfahren gewährleistet werden, dass die ausrichtenden Hochschulsporteinrichtungen schon vor Beginn der Maßnahmen sichere Förderzusagen erhalten und dass die geförderten Angebote gut in die regionale Bildungsarbeit eingebunden sind.

Zentrale Veröffentlichung von Angeboten

Darüber hinaus wurde vereinbart, dass die Bildungsbeauftragten alle regionalen Bildungsangebote unabhängig von einer finanziellen Förderung an das adh-Bildungsressort melden und diese auf der adh-Website zentral veröffentlicht werden. Dadurch wird die Bildungsarbeit besser vernetzt, einer größeren Öffentlichkeit zugänglich gemacht und die Angebote auch für benachbarte Regionen geöffnet. Die vollständige zentrale Erfassung bringt nebenbei auch einen wesentlichen Vorteil bei der Erstellung der Bildungsrankings.

Mehrwert für zentrale Angebote erwartet

Die angestrebte engere Kooperation zwischen nationalem Dachverband und den regionalen Untergliederungen führt auch zu einer Verbesserung des zentralen Bildungsangebots. So können die Bildungsbedarfe der Einrichtungen vor Ort besser bei der Planung des zentralen Angebots berücksichtigt und eine größere Vielzahl an Hochschulen als Ausrichter von Bildungsveranstaltungen eingebunden werden.

Diskussionsbereit für Partnerschaften

Abschließend wurde die Praxis diskutiert, wie adh-Kooperationspartner in das Bildungsangebot integriert werden können. adh-Bildungsvorstand Moritz Mann hob an dieser Stelle hervor, dass der Hochschulsport auf diese Weise auch vom Wissen und den Erfahrungen der Kooperationspartner profitieren kann, selbst wenn diese kommerzielle Motive verfolgen. Hier wurde die Frage aufgeworfen, inwieweit solche Partnerschaften die Qualität und Unabhängigkeit des adh-Bildungsangebots generell gefährden würden. In diesem Punkt besteht weiterhin Diskussionsbedarf.

Fortsetzung folgt

In Anbetracht des produktiven Austauschs und der vielen Vorteile, die eine Vernetzung der Akteure der Hochschulsport-Bildungsarbeit auf den unterschiedlichen Ebenen mit sich bringt, wurde beschlossen, das Treffen der regionalen Bildungsbeauftragten zu einem festen Bestandteil der jährlichen Vollversammlungen zu machen.

■ Moritz Mann, adh-Bildungsvorstand



allgemeiner deutscher
hochschulsportverband

adh

C | A | U

**Wandel organisieren: adh-Perspektivtagung
21./22. Mai 2015, Uni Kiel**

mentoring im hochschulsport tandem



Die Tandems sind wieder flott gemacht, um jungen engagierten Frauen Starthilfe ins sportliche Berufsleben zu geben: Das adh-Projekt Tandem-Mentoring geht in diesem Sommer in die sechste Runde. Das Projektteam hat alle Vorbereitungen getroffen und die Teams können sich auf eine spannende Tandemfahrt freuen, die 2015/2016 quer durch Deutschland führt.

Kern des Projekts ist die Zusammenarbeit der Tandems, die aus einer erfahrenen Führungskraft und einer Nachwuchskraft bestehen. Mentees und Mentoren gehen im Tandem eine freiwillige, bewusste Partnerschaft mit Zielvorstellungen ein. Sie gestaltet sich je nach Ausgangssituation, Erfahrungen und Zielen in den Tandems unterschiedlich. Ergänzt wird die individuelle Zusammenarbeit durch ein begleitendes Seminar- und Workshop-Programm. Dieses greift Themen auf, die für Führungskräfte im Sport relevant sind. Auch werden immer wieder Räume geschaffen, in denen alle Beteiligten die Möglichkeit haben, von den Erfahrungen und Reflexionen der Anderen zu profitieren.

Betreut werden die Tandems durch ein ehrenamtliches Projektteam. Neben Rieke Zulauf (adh-Jugend- und Bildungsreferentin) und Sylvie Krüger (Mitarbeiterin im adh-Bildungsreferat) engagieren sich im Projektteam vier ehrenamtliche Mitglieder. Dies sind Michaela Werkmann, Promotionsstudentin der Uni Mainz und Mitglied im Ausschuss für Chancengleichheit und Personalentwicklung, sowie die ehemaligen Mentees Maren Schulze (Projekt 2009/2010), Luisa Kosok und Monique Lehmann (beide

Mentoring – Das Projektteam startet mit den Tandems

Ehrenamtliche Mitglieder des Tandem-Projektteams



Luisa Kosok

Ehemalige Mentee, stud. Hochschulsport-Mitarbeiterin der Universität Bielefeld, ehemaliges adh-Vorstandsmitglied

„Die Tandemfahrt 2015/2016 wird uns durch ganz Deutschland führen! Ich freue mich schon auf herausfordernde Berg- und fröhliche Talfahrten!“



Monique Lehmann

Ehemalige Mentee, Mitarbeiterin des Kooperationsverbundes für Gesundheitliche Chancengleichheit

„Die Mentees erwartet ein Jahr, in dem sie sich von engagierten Frauen und inspirierenden Mentorinnen und Mentoren begeistern lassen können.“



Maren Schulze

Ehemalige Mentee, Hochschulsport-Mitarbeiterin der Freien Universität Berlin

„Die Mentees erwartet ein spannendes und vielfältiges Programm, das sie hoffentlich nicht nur beruflich, sondern auch persönlich weiterbringt.“



Michaela Werkmann

ACPE-Mitglied, Promotionsstudentin der Universität Mainz

„Ich freue mich darauf, neue Mentees mit ihren Mentorinnen und Mentoren auf ihrer persönlichen und spannenden Tandem-Fahrt zu begleiten.“

Projekt 2013/2014). Maren Schulze ist seit 2012 hauptamtlich beim Hochschulsport der Freien Universität Berlin tätig und dort unter anderem für die Bildungsarbeit zuständig. Luisa Kosok arbeitet seit 2011 als studentische Mitarbeiterin beim Hochschulsport der Universität Bielefeld und war als Vorstandsmitglied für das Ressort Chancengleichheit und Personalentwicklung im adh verantwortlich. Monique Lehmann hat vor kurzem ihr Studium an der Universität Kiel erfolgreich abge-

schlossen. Sie arbeitet in der Geschäftsstelle des Kooperationsverbundes für Gesundheitliche Chancengleichheit in Berlin.

Durch ihre vielfältigen eigenen Erfahrungen im Projekt haben die Mitglieder des Projektteams ein maßgeschneidertes Konzept für die Tandems entwickelt. Maren Schulze erläutert: „Ende Januar 2015 haben wir den aktuellen Projektdurchlauf geplant. Wir haben Abläufe, Leitfäden, PR-Strategien und Finan-

zen festgelegt und die ersten Veranstaltungen des Projekts datiert. Mit Abschluss der Bewerbungsphase heißt es jetzt für uns, für die ausgewählten Mentees das passende Pendant zu finden, damit die Tandems ab Juni 2015 kräftig in die Pedale treten können. Wir freuen uns über den erfolgreichen Start in die sechste Projektrunde!“

■ Maren Schulze, Tandem-Projektteam

Gleichstellung: Ein Thema für alle im Hochschulsport

Gleichstellungsarbeit ist ebenso vielfältig wie vielschichtig. Wie alle komplexen Themen kann und sollte sie deshalb aus unterschiedlichen Perspektiven betrachtet werden und bedarf je nach Ausgangssituation verschiedener Ansätze und Schwerpunkte. Dieser Artikel soll im Folgenden darstellen, wie wir – die Autorinnen – Gleichstellung für uns definieren und aus diesem Verständnis heraus bereits einige Veränderungen im Hochschulsport Göttingen angestoßen und umgesetzt haben.

Gleichstellung ist doch Frauenförderung, oder?

Begegnet uns, egal in welchem Zusammenhang, das Wort „Gleichstellung“, so denken viele wohl immer noch an laute, feministische Stimmen von Frauen, die hartnäckig für ihre Rechte kämpfen, dabei „kein Blatt vor den Mund nehmen“ und Männer nur selten leiden können. Es wird die Gleichberechtigung von Frauen gegenüber Männern

sowohl in politischen und sozialen als auch in wirtschaftlichen Kontexten gefordert. Gleichzeitig soll kulturell ein Bewusstsein für bestehende Ungleichheiten zwischen den Geschlechtern geschaffen werden, indem immer wieder Kritik an bestehenden Geschlechterklischees (siehe Abbildung 1) geübt wird, geschlechtsbezogene Rollenerwartungen infrage gestellt und Konsequenzen aus eben diesen aufgezeigt werden.



Frauen	Männer
abhängig	unabhängig
emotional	rational
schwach	stark
unsicher	selbstsicher
angepasst	durchsetzungsfähig

Abb. 1: Beispielhafte Darstellung geschlechtsstereotyper Eigenschaften innerhalb der Zweigeschlechtlichkeit

Um gesellschaftlich anerkannt und akzeptiert zu werden, muss sich jeder Mensch auch heute noch den zwei Geschlechterkategorien (entweder Frau oder Mann) unterordnen und einem der beiden Rollenbilder entsprechen. Bereits während der Schwangerschaft wird die künftige Mutter durch die regelmäßige Frage: „Wird es ein Mädchen oder ein Junge?“ mit der Geschlechtszugehörigkeit ihres Nachwuchses konfrontiert. Spätestens aber mit der Geburt wird das Geschlecht des Kindes eindeutig benannt und es beginnt die geschlechtsspezifische Sozialisation als Mädchen oder als Junge.



Dieser ursprünglich feministische Ansatz, der nach wie vor auf bestehende Ungleichheiten zwischen Frauen und Männern hinweist, ist und bleibt ein wichtiger Teil heutiger Gleichstellungsanliegen. Dennoch stellt er nur einen kleinen Teil der Bandbreite dar, die Gleichstellung im hochschulpolitischen Alltag mit sich bringt. Es geht beim Thema Gleichstellung nicht nur um das Aufzeigen von Ungleichheiten der gesellschaftlich etablierten Zweigeschlechtlichkeit, sondern auch um das Sichtbarmachen weiterer biologischer





und kultureller Geschlechter. Doch ebenso geht es um das Aufheben von Ungleichheiten bezüglich anderer soziodemografischer Faktoren, wie nationale und ethnische Herkunft, Alter, Glaubenszugehörigkeit, Bildung, Gesundheit, soziale Stellung oder Sexualität. Dieser Gleichstellungsansatz, den wir als inklusiv bezeichnen, geht davon aus, dass alle Menschen in der Gesellschaft als gleichberechtigt, selbstverständlich und selbstbestimmt gelten und anerkannt werden.

Was möchte Gleichstellungsarbeit bewirken?

Kategorien, bezogen auf die oben genannten Faktoren, formen und strukturieren die Gesellschaft. Sie geben Sicherheit und helfen uns bei der Orientierung in einer komplexen und sich schnell ändernden Umwelt.

Bedingt durch unsere Sozialisation werden bestehende Kategorien in der Regel nicht als solche wahrgenommen, sondern als selbstverständlich angesehen und unhinterfragt akzeptiert. Genau an diesem Punkt setzt für uns Gleichstellungsarbeit an: Sie hilft, bestehende und scheinbar in Stein gemeißelte Strukturen zu erkennen, näher zu betrachten, sie zu evaluieren und neu zu denken. Gleichstellungsarbeit sensibilisiert für Ungleichheiten und dient deren Aufhebung. Sie macht sich stark für das Sichtbarwerden menschlicher Vielfalt in unserer Kultur. Durch die Förderung des Ideals der Gleichberechtigung aller, werden Denkansätze und Veränderungen initiiert und die daraus resultierenden Entwicklungsprozesse begleitet, evaluiert und weiterentwickelt. Gleichstellungsarbeit hinterfragt bestehende Strukturen, will bewusst anecken und wachrütteln, um aktuelle Gegebenheiten, die Ungleichheiten produzieren, zu verändern.



Wie kann Gleichstellungsarbeit im Hochschulsport aussehen?

Um in einer Hochschulsporteinrichtung Umdenk- und Entwicklungsprozesse in eine gleichstellungsorientierte Richtung anzustoßen, bedarf es nicht nur der Berufung einer informierten und engagierten Person in das Amt der Gleichstellungsbeauftragten. Vielmehr benötigen alle Angestellten der Hochschulsporteinrichtung eine generelle Offenheit gegenüber der Thematik, denn erfolgreiche Gleichstellungsarbeit ist immer Teamwork.



Im ersten Schritt wird gemeinsam eine Position entwickelt, die sowohl durch die Leitungsperson(en) der Einrichtung, als auch vom gesamten Team nach innen und außen vertreten werden kann. Nach der Positionierung geht es im zweiten Schritt darum, bestehende Strukturen, die zu Ungleichheiten führen oder führen können, zu verorten und zu benennen. Im dritten Schritt steht das Team vor der entscheidenden Aufgabe, Strategien zu entwickeln, um diese Strukturen zu verändern. Dazu stehen den Hochschulsporteinrichtungen verschiedene Möglichkeiten zur Verfügung, die in der Regel an den oben genannten Kategorien wie Geschlecht, Alter, Gesundheit, Sexualität und ähnlichem ansetzen.

Um zum Beispiel in der Darstellung die Gleichberechtigung im Umgang mit biologischen und kulturellen Geschlechtern herbeizuführen, kann die Implementierung einer gender-sensiblen Sprache die gängige Verwendung des generischen Maskulinums ablösen. Eine gender-sensible Sprache ist versucht, auf die sprachlichen Vorgaben bezüglich Geschlechts- und Identitätskategorien zu verzichten beziehungs-



weise diese anders (mit Binnen-I, Unterstrich oder Asterisk/Sternchen) darzustellen. Dies betrifft in der Umsetzung sowohl den E-Mail- und Schriftverkehr als auch die Texte und Darstellungen auf der Website, in Pressemitteilungen, in Magazinen und Social Media. Ebenfalls betrifft dieser Ansatz die Einteilung des Kursniveaus in (grammatisch maskuline) „Anfänger, Einsteiger und Köhner“. Durch eine Umstrukturierung in ein Stufen- oder Levelsystem erfährt diese übliche Ausschreibungsart eine Loslösung von der grammatischen Kategorie des generischen Maskulinums. Zusätzlich können Kurse als „Kurse für alle“ ausgeschrieben werden, anstatt sich auf die Identitäten von zwei Geschlechtern, nämlich „für Frauen und Männer“ zu beschränken.



Ein gut aufeinander abgestimmtes Team, das sich mithilfe einer gleichstellungsbeauftragten Person auf eine zeitgemäße Position einigt, hat innerhalb einer Hochschulsporteinrichtung unzählige Möglichkeiten, Strukturen neu zu gestalten. Denn Gleichstellung geht alle etwas an!



- Cathrin Cronjäger, Mitarbeiterin und Gleichstellungsbeauftragte des Hochschulsports Göttingen
- Laura Hofsommer, Mitarbeiterin und stellv. Gleichstellungsbeauftragte des Hochschulsports Göttingen, ACPE-Mitglied

Literaturhinweise zum Thema Gleichstellung gibt es unter: adh.de



Winter-Universiade 2015: Ergebnisse für's Geschichtsbuch



„Endlich habe ich den Medallensatz komplett“, jubelte Selina Jörg (HfAM Erding) am Ende ihrer dritten Universiade-Teilnahme bei den diesjährigen Weltspielen der Studierenden im spanischen Granada. Ihr Ziel, erneut den Sprung auf das Treppchen zu schaffen, erreichte die 26-jährige Studentin der Wirtschaftspsychologie auf beeindruckende Art und Weise. Dabei war sie nicht die Einzige, die im deutschen Team zu überzeugen wusste. Mit insgesamt acht Medaillen und weiteren fünf Top-Acht-Platzierungen erzielte die deutsche Studierenden-Nationalmannschaft ihr bestes Universiade-Ergebnis der Geschichte.

Erfolgreichste Winter-Universiade

Die Universiade-Tage von Granada (4. bis 14. Februar 2015) werden nicht nur Selina Jörg in ganz besonderer Erinnerung bleiben. Zusammen mit dem ersten Teil der diesjährigen Winter-Universiade, die vom 24. Januar bis 1. Februar 2015 in Štrbské Pleso (Slowakei) stattfand, wurden es unvergessliche drei Wochen für die insgesamt 40 deutschen Delegationsmitglieder. 20 deutsche Athletinnen und Athleten maßen sich mit rund 1.570 Aktiven aus 41 Nationen. Garniert mit dem erfolgreichsten Abschneiden eines deutschen Teams bei einer Winter-Universiade, erlebten die Teilnehmenden 20 Tage der internationalen Begegnung, des kulturellen Austauschs und des Messens auf höchstem internationalen Sportniveau.

Rang Sieben im Medallenspiegel

Das deutsche Team war in sieben von elf Sportarten (Skilanglauf, Skisprung, Nordische Kombination, Eiskunstlauf, Freestyle Skiing, Ski Alpin und Snowboard) vertreten. Insgesamt erzielte die deutsche Mannschaft acht Medaillen: Drei Mal Gold, vier Mal Silber und einmal Bronze. Dies bedeutete Rang Sieben in der Nationenwertung und einen neuen Allzeit-Rekord des deutschen Teams.

„Wir sind mit dem Ergebnis der diesjährigen Winter-Universiade mehr als zufrieden. Dass es für das deutsche Team sportlich äußerst erfolgreich lief, zeigen neben acht

Medaillen auch fünf weitere Top-Acht- und drei Top-Zwölf-Platzierungen“, resümiert adh-Sportdirektor Thorsten Hütsch. Damit haben 70% aller Aktiven eine Finalplatzierung und sogar 90% aller Aktiven eine Anschlussplatzierung erreicht. „Diese Kennzahlen bewegen sich auf höchstem Niveau und sind kaum zu steigern“, so Hütsch. Den Erfolg des deutschen Teams macht Hütsch an mehreren Faktoren fest: „Ein hauptsächlich Grund liegt sicherlich im vergleichsweise höheren Altersdurchschnitt (23,8 Jahre) und der größeren Erfahrung der Aktiven. Ein weiterer Aspekt ist die zum Teil sehr gute Zusammenarbeit mit den Fachverbänden der einzelnen Sportarten. Dadurch ist es gelungen, sehr leistungsstarke Aktive der zweiten und punktuell sogar der ersten Reihe auf die Universiade zu orientieren. Hier sind insbesondere die Sportarten Eiskunstlauf, Freestyle Skiing, Nordische Kombination und Snowboard zu nennen.“

Gänsehaut-Momente

Der Olympia-Teilnehmer Peter Liebers von der Beuth Hochschule Berlin, der sich den Universiade-Titel im Eiskunstlauf sicherte, zeigte sich schwer beeindruckt vom Universiade-Flair. Sein Bruder, der bei der Universiade 2009 in Harbin gestartet war, hatte ihm Lust auf das Event gemacht: „Martin hatte mir natürlich die Bilder von Harbin gezeigt und mir von der tollen Stimmung und dem ganzen Drumherum erzählt. Diese besondere Atmosphäre der Wettkämpfe unter Studis wollte ich auch einmal live miterleben“, erzählt Peter Liebers.

Ein unbeschreibliches Erlebnis, das bereits bei der Eröffnungsfeier des ersten Teils der Universiade in Štrbské Pleso zu spüren war. Im ehrwürdigen nordischen Skistadion von Štrbské Pleso zauberten über 10.000 Zuschauer einen stimmungsvollen Rahmen. Die Eröffnung der „Olympischen Spiele für Studierende“ durch den slowakischen Staatspräsident Andrej Kiska verdeutlichte



darüber hinaus auch den hohen politischen Stellenwert der Universiade, welche durch eine umfangreiche Fernsehübertragung mit über 50 Stunden bei Eurosport und Eurosport II auch von einem breiten Publikum verfolgt werden konnte.

Sowohl die Nordischen Wettbewerbe in Strbské Pleso wie auch die Veranstaltung in Spanien bestachen durch die Herzlichkeit der Gastgeber sowie die hohe Professionalität der Organisatoren. So gab es getragen vom Publikum an beiden Standorten viele unbeschreibliche Gänsehaut-Momente. „Ich war wirklich positiv überrascht, wie stark das Publikum mitgegangen ist und uns Sportler unterstützt hat“, freute sich Sevan Lerche (FU Hagen) über den großen Zuspruch, den er und seine Eistanz-Partnerin Jennifer Urban (IST-Hochschule für Management) bekamen. Beflügelt vom Publikum bot das neu-formierte Paar nach gerade einmal sechs gemeinsamen Monaten auf dem Eis eine starke Leistung und zeigte mit dem achten Endrang, dass nicht nur Medaillen Anlass zur Freude geben können: „Wir haben das gebracht, was wir uns in den Trainingsstunden der letzten Wochen erarbeitet haben und sind deshalb sehr zufrieden“, resümiert Lerche.

David Welde – Laufwunder aus Mittelsachsen

Nicht nur das Publikum, sondern auch sich selbst, überraschte David Welde (HS Mittweida). In allen drei Wettbewerben der Nordischen Kombination lief der Deutsche auf das Podest. Vor allem in der Loipe bewies Welde dabei seine Klasse und kam in den beiden Einzelwettbewerben jeweils auf den Silberrang. „Ich wusste, dass die Form zurzeit stimmt. Dass es aber so gut lief, hat mich allerdings selbst überrascht“, gab der zweifache Silbermedaillen-Gewinner nach dem Rennen zu. Mit der Goldmedaille im Teamwettbewerb krönte der Student des Wirtschaftsingenieurwesens seine erste



Selina Jörg und Daniel Weis (beide HfaM Erding) hielten im PGS die deutsche Fahne hoch



Bei drei Medaillen allen Grund zum Strahlen – Kombinierer David Welde (HS Mittweida)

Universiade-Teilnahme und bescherte Johannes Wasel (HS Furtwangen) bereits das zweite Edelmetall nach Silber 2013.

„Die Universiade ist immer etwas ganz Besonderes!“

Den Weg auf das Podium kennt auch Selina Jörg durch ihre insgesamt drei Universiade-Medaillen nur zu gut. Doch nicht nur wegen ihrer absolut positiven Bilanz bei den studentischen Weltspielen wird sie die Veranstaltung in guter Erinnerung behalten: „Alle drei Spiele, die ich erlebt habe, waren tolle

Ereignisse. Die Rahmenbedingungen waren jedes Mal perfekt. Es ist immer wieder schön mit so vielen Studierenden Wettkämpfe bestreiten zu können, weil es noch einmal etwas ganz anderes als im Weltcup ist. Deshalb ist es wirklich ein Traum, dreimal dabei gewesen zu sein“, so Selina Jörg. Ein Traum, der sicherlich nicht nur in ihrem persönlichen Geschichtsbuch einen Ehrenplatz bekommen wird.

■ Paulus Johannes Mocnik,
adh-Öffentlichkeitsreferent

Henri Junghänel: Von der Schießbude in die adh-Hall of Fame

Der adh-Sportler des Jahres 2014, Henri Junghänel, unterstrich in den letzten Jahren konstant sein Potenzial als Schütze. Mittlerweile ist der Maschinenbau-Student der Hochschule Darmstadt fester Bestandteil der Herren-Nationalmannschaft des Deutschen Schützen-Bundes. Im Interview spricht er über Studium und Sport, seine bisherigen Erfolge und sein Ziel, Olympia 2016.

Du warst Vize-Europameister, Studierenden-Weltmeister und mehrfacher Weltcup-Sieger. Was bedeutet es Dir, dass Du im November als adh-Sportler des Jahres 2014 ausgezeichnet wurdest?

Natürlich freut mich diese Auszeichnung sehr. Es ist etwas Besonderes, wenn man aus einer Menge großartiger Sportler aller Sportarten ausgewählt wird.



Henri Junghänel: Erfolgreich am Schießstand und im Studium an der Hochschule Darmstadt

Schon mit zehn Jahren hast Du mit dem Schießsport begonnen. Warum hast Du Dich gerade für diese Sportart entschieden?

In meinem Heimatort findet alle zwei Jahre ein historischer Markt statt. Bei diesem historischen Markt hat der ansässige Schützenverein, mein Heimatverein SV Rai-Breitenbach, immer eine Schießbude aufgebaut. An eben dieser Schießbude habe ich dann als kleiner Junge im Alter von neun Jahren etliche Stunden verbracht. Im Anschluss an den historischen Markt wollte ich dann den Schützenverein besuchen, bin beigetreten und bis heute dabei geblieben.

Was macht für Dich den Reiz des Sportschießens aus?

Als Konzentrationssportart liegt der sportliche Reiz vor allem darin, über einen langen Zeitraum immer wieder auf den Punkt konzentriert zu sein und dabei Körperschwankungen, Nervosität und mentale Ablenkungen durch die Optimierung der technischen Abläufe zu besiegen.

In den vergangenen Jahren bist Du zu einem der erfolgreichsten Schützen Deutschlands geworden. Im Dezember 2013 hast Du als erster deutscher männlicher Schütze die Weltrangliste im Kleinkalibergewehr 60 Schuss angeführt. Was ist Deine Motivation, immer weiter nach vorne zu blicken und hart zu trainieren?

Nachdem ich 2012 die Olympia-Qualifikation leider knapp verpasst hatte, war es relativ schnell klar, wieder nach vorne, in Richtung 2016, zu schauen. Somit habe ich mir das Ziel gesetzt, mich die nächsten vier Jahre bestmöglich vorzubereiten, um in Rio erfolgreich an den Start gehen zu können.

Wie sieht Dein Trainingsalltag aus? Wie viele Stunden verbringst Du am Schießstand?

Im Durchschnitt bin ich, je nach Saisonzeitpunkt und Arbeitsaufwand für die Uni, vier bis sechs Mal die Woche zu je drei bis vier Stunden am Schießstand. Beim Training am

Schießstand wird viel mit technischen Elementen experimentiert, um diese zu verfeinern und zu automatisieren. Zudem trainiere ich wöchentlich noch drei bis vier Mal im Ausdauerbereich.

Neben dem Sport studierst Du Maschinenbau an der Hochschule Darmstadt. Wie verbindest Du Studium und Spitzensport?

Leider ist es weniger ein Kompromiss zwischen täglichem Training, Wettkämpfen und Studium als vielmehr ein Sport um den Studienalltag. Auch wenn der Dekan, der Sportbeauftragte der Hochschule und der Prüfungsausschussleiter des Fachbereichs von meinen sportlichen Tätigkeiten angetan sind und versuchen, mich zu unterstützen, würde ich mir eine noch stärkere Informationsweitergabe an die jeweiligen Professoren und vor allem externen Lehrbeauftragten wünschen. So bräuchte ich mir keine Sorgen zu Prüfungsverlegungen und Anwesenheitszeiten mehr machen. In dieser Hinsicht sehne ich mich nach meinen drei Jahren Studium in den USA zurück, wo sportliche Fehlzeiten für 95% der Dozenten eine Selbstverständlichkeit waren und ich für Nachschreibetermine, zu viele Fehlzeiten oder Ähnliches keine offiziellen Wege gehen musste. So war die Vereinbarkeit von Spitzensport und Studium einfacher.

Welche Tipps würdest Du persönlich einem Leistungssportler, der in diesem Jahr sein Studium beginnt, mit auf den Weg geben?

Wenn jemand nur ein wenig Interesse an einem Auslandsstudium hat und die Sportart von der NCAA (National Collegiate Athletic Association) angeboten wird, dann wäre mein Tipp, für ein oder mehrere Jahre in die USA zu gehen. Eine bessere Erfahrung in persönlicher, sportlicher und sprachlicher Hinsicht kann man kaum machen. Außerdem sollte es schwer werden, auch nur annähernd so gute Bedingungen, um Studium und Sport unter einen Hut zu bringen, irgendwo anders vorzufinden.

Sportschießen ist in Deutschland eine Randsportart. Höchstens zu den Olympischen Spielen werden Entscheidungen von den Medien im großen Stil aufgegriffen. Wie bewertest Du dies?

Das mediale Schattendasein des Sportschießens hat mich in den ersten Jahren gestört, in denen ich international unterwegs war. Die mangelnde Aufmerksamkeit hat unter anderem auch geringe finanzielle Mittel zur Folge. Somit ist ein Leben als Profi nur in Form der Sportfördergruppen der Bundeswehr und Polizei möglich, was natürlich nicht für alle Aktiven reizvoll ist. Also habe ich mich dafür entschieden, zu studieren und den Sport als Semi-Profi zu betreiben. Dies hat dazu geführt, dass ich mittlerweile nicht mehr ganz unglücklich über das mediale Schattendasein des Sportschießens bin, welches Fluch und Segen zugleich ist. Schließlich absolviere ich zur Zeit meinen Master im Maschinenbau, der mir eine interessante und aussichtsreiche Zukunft verspricht.

Welche Ziele verfolgst Du mit Deinem Studium im Maschinenbau?

Ich möchte im Frühjahr 2016 mit einem guten Abschluss mein Masterstudium beenden, um dann im Anschluss an die Olympischen Spiele einen interessanten Job im konstruktiven Bereich zu finden.

Du bist schon bei vielen internationalen studentischen Wettkämpfen gestartet. Was macht für Dich deren Reiz aus?

Der Reiz, an internationalen studentischen Veranstaltungen teilzunehmen, ist vielseitig. Zum einen handelt es sich um sportlich anspruchsvolle Wettkämpfe, bei denen man Wettkampferfahrung sammeln kann. Außerdem ist es natürlich schön, studentische Bekannte aus aller Welt zu treffen und in einer doch lockeren Atmosphäre das Miteinander zu genießen. Zudem finden manche dieser Wettkämpfe an Orten statt, an die man ohne den Sport kaum reisen würde.

2014 warst Du Teil der erfolgreichen Studierenden-Nationalmannschaft Sportschießen bei der WUC in den Vereinigten Arabischen Emiraten. Mit welchen Gefühlen blickst Du auf die Zeit am Persischen Golf zurück?

Die Gefühle sind positiver Natur. Abgesehen von der etwas ungewöhnlichen Organisation vor Ort war es ein angenehmer Wettkampf, der sehr viel Spaß gemacht hat. Hinzu kommt, dass er sportlich gesehen, mehr als zufriedenstellend war.

Du hast je eine Bronze-, Silber- und Goldmedaille im Team sowie eine Silbermedaille in der Einzelwertung gewonnen. Damit hast Du die Ergebnisse von 2008 noch einmal übertroffen. Hat Dich Deine Leistung bei der WUC überrascht?

Im Luftgewehr war ich von meiner ausgezeichneten Tagesform ein wenig überrascht, in den Kleinkaliber-Disziplinen kann man die Leistung als durchaus durchschnittlich bezeichnen. Beim Saisonhöhepunkt, der WM in Granada, konnte ich zwar nur den 20. und 23. Platz in den Kleinkaliber-Disziplinen erreichen, war aber jeweils einer der drei besten Studenten in einem Feld voller Profisportler. Außerdem muss man bedenken, dass mit den Chinesen und den Russen zwei der stärksten Studenten-Teams leider nicht in den Vereinigten Arabischen Emiraten waren. Somit kann man nicht zwangsläufig von einer überraschenden Leistung reden.

Was sind Deine nächsten Ziele im Sport?

Die sportlichen Ziele für die nächste Zeit sind, einen Quotenplatz in der Weltcup-Saison 2015 zu gewinnen und anschließend eine erfolgreiche Teilnahme an den Olympischen Spielen 2016.

Vielen Dank für das Gespräch!

■ Das Interview führten
Paulus Johannes Mocnik und Moritz Belmann,
adh-Öffentlichkeitsreferat

Blickpunkt Europäische Hochschulmeisterschaften 2015

Mit den Europäischen Hochschulmeisterschaften (EUC) stehen in diesem Jahr neben den Universiaden 19 weitere internationale Wettkampfveranstaltungen auf dem Programm. Die EUC bieten Hochschulen eine großartige Möglichkeit, sich auf internationalem Wettkampfparkett zu präsentieren. Denn im Gegensatz zu den Universiaden starten die Studierenden nicht für Nationalteams, sondern für ihre Hochschulen.

Europäische Hochschulmeister in 19 Sportarten gesucht

Die EUC, die immer in den ungeraden Jahrgängen ausgetragen werden, finden in

diesem Jahr in 14 unterschiedlichen Ländern statt. Vor allem in den Individual- und Kleinteamsportarten (Badminton, Beachvolleyball, Bridge, Golf, Judo, Karate, Rudern, Schach, Sportklettern, Taekwondo, Tennis, Tischtennis) wird Studierenden durch die EUC eine Möglichkeit geboten, sich auf internationaler Ebene zu messen. Weiterhin werden Europäische Hochschulmeister in den Teamsportarten Basketball, Fußball, Handball und Volleyball gesucht sowie im Golf, Futsal und Rugby. Auch Deutschland ist 2015 ausrichtende Nation: Im September kämpfen die studentischen Ruderer in Hannover um die Platzierungen. Die Qualifikation der Teilnehmenden erfolgt in der Regel

durch das Erreichen einer Podestplatzierung bei den Deutschen Hochschulmeisterschaften des Vorjahres.

Mehrwert für Aktive und Hochschulen

Sowohl bei den Sportlerinnen und Sportlern als auch bei den Hochschulen hat der Stellenwert der EUC in den vergangenen Jahren kontinuierlich zugenommen. adh-Sportdirektor Thorsten Hütsch begründet dies unter anderem mit dem Mehrwert, den die EUC für beide Seiten bieten: „Aufgrund der guten Wettkampfbedingungen und des internationalen Charakters der Veranstaltungen, stellen die EUC eine attraktive, sportliche Plattform mit hohem Erlebnischarakter dar.“ Für die Studierenden ist die Teilnahme an den EUC oft der Saisonhöhepunkt oder sogar der Höhepunkt ihrer sportlichen Karriere. Im Gegenzug wirkt sich die Teilnahme der Athletinnen und Athleten identifizati-

EUC mit deutscher Beteiligung

16.-21.06.2015

Beach-Volleyball, Larnaca (CYP)

19.-23.06.2015

Tischtennis, Genf (SUI)

20.-27.06.2015

Basketball, Koper (SLO)

19.-26.07.2015

Volleyball, Camerino (ITA)

21.-28.07.2015

Fußball, Oskijek (CRO)

22.-25.07.2015

Rugby 7s, Godollo (HUN)

23.-26.07.2015

Karate, Podgorica (MNE)

23.-26.07.2015

Basketball 3x3, Kragujevac (SRB)

27.07.-02.08.2015

Tennis, Wroclaw (POL)

02.-09.08.2015

Futsal, Poznan (POL)

02.-09.08.2015

Handball, Braga (POR)

05.-09.08.2015

Sportklettern, Katowice (POL)

31.08.-09.09.2015

Badminton, Warschau (POL)

09.-12.09.2015

Rudern, Hannover (GER)

15.-19.09.2015

Golf, St. Gallen (SUI)

06.-11.10.2015

Schach, Yerevan (ARM)

08.-11.10.2015

Judo, Paris (FRA)

10.-13.11.2015

Taekwondo, Rijeka (CRO)



Auch 2015 wieder im europäischen Wettbewerb am Ball – die Damen der TU München

onsstiftend für die entsendenden Hochschulen aus. „Innerhalb der Hochschule kann dadurch ein verstärktes Zusammengehörigkeitsgefühl ausgelöst werden. Nach außen können sich diese zudem als sportfreundliche Hochschule von anderen Einrichtungen abheben“, erläutert Hütsch.

Anzahl deutscher Teilnehmender steigt

Die Attraktivität der EUC scheint sich auch an den deutschen Hochschulen und bei den Aktiven herumgesprochen zu haben. Im Vergleich zu den EUC 2011 ist die Anzahl deutscher Teilnehmender im Jahr 2013 um knapp 11% gestiegen. Für die diesjährigen Wettkämpfe ist eine ähnlich gute Resonanz zu erwarten. Die Anmeldeprozesse sind derzeit noch nicht abgeschlossen, viele Hochschulen, Athletinnen und Athleten erteilen dem adh jedoch bereits ihre Zusage.

Titelverteidiger am Start

Darunter befinden sich auch Einrichtungen, die bereits in den vergangenen Jahren durch ihre Erfolge bei den EUC und EUSA-Games auf sich aufmerksam machen konnten. Generell blickt der adh auf eine überaus erfreuliche Medaillenbilanz bei den vergangenen EUC zurück. 2013 gewannen deut-

sche Athletinnen und Athleten insgesamt 47 Medaillen (elf Mal Gold, 15 Mal Silber, 21 Mal Bronze). Nach den EUC 2013 belegte Deutschland im EUSA-Ranking Platz zwei, hinter Frankreich und vor Russland. Zu welchen Leistungen deutsche Athletinnen und Athleten in der Lage sind, unterstrichen diese auch im vergangenen Jahr bei den EUSA-Games, wo sie die Nationenwertung sogar für sich entscheiden konnten.

Auch in diesem Jahr darf man auf das Abschneiden der deutschen Hochschulen gespannt sein. So wird bei der diesjährigen EUC Badminton beispielsweise erneut die Uni Duisburg-Essen, die 2013 zweimal Gold und einmal Silber gewann, an den Start gehen. Ebenfalls dabei ist mit der WG München die titelverteidigende Hochschule in der Teamsportart Volleyball. Berechtigte Medaillenhoffnungen bestehen auch in den Ruderwettkämpfen. 2013 holten allein die Ruderinnen und Ruderer 18 der insgesamt 47 deutschen Medaillen.

Finanzierung als Hürde

Für viele Aktive und Teams stellt die Finanzierung der Teilnahme bereits im Vorfeld eine große Herausforderung dar. „Die Deckung der Teilnahmekosten wird in den

meisten Fällen durch eine Mischfinanzierung hergestellt. Die Teilnehmenden selbst und die entsendenden Hochschulen tragen dabei den Hauptteil der Kosten. Teilweise erhalten die Aktiven auch Unterstützung durch die Fachverbände oder suchen sich eigenständig Sponsoren“, benennt adh-Sportdirektor Thorsten Hütsch die Hürden, welche die Athletinnen und Athleten noch vor den Wettkämpfen nehmen müssen.

Höhepunkt: EUC Rudern in Hannover

Mit besonderer Spannung wird die diesjährige EUC Rudern erwartet, die vom 10. bis 12. September 2015 auf dem Maschsee in Hannover stattfindet. Um den Teilnehmenden und Gästen einen reibungslosen Ablauf und ein einzigartiges Sportevent zu ermöglichen, laufen die Vorbereitungen auf dieses internationale Ereignis bereits seit 2013 auf Hochtouren. Nach den großartigen Erfolgen deutscher Ruderinnen und Ruderer in den vergangenen Jahren ist die Vorfreude auf die EUC Rudern in der Niedersächsischen Landeshauptstadt besonders groß.

- Jeannette Rau und Thorsten Hütsch, adh-Wettkampferferat

Sportreferate in Deutschland – Wie läuft's in Jena?

Kerstin Genderjahn studiert an der Friedrich-Schiller-Universität Jena Soziologie. Ihre Leidenschaft ist Sport – und so lag es für sie fast auf der Hand, sich während des Studiums ehrenamtlich als Sportreferentin für den Hochschulsport zu engagieren. Im Interview verrät sie mehr über ihre Arbeit, ihre Motivation und aktuelle Problemstellungen, für die sie Lösungen erarbeitet.

Wie bist Du ins Sportreferat gekommen?

2012 habe ich eine Anzeige des Studierendenrats für diese Position entdeckt. Da Sport schon seit dem Kindesalter meine Leidenschaft ist, ich Spaß am Organisieren und Koordinieren habe und – zugegeben – mein Studium mich nicht hundertprozentig erfüllt, habe ich mich beworben und wurde als eine von zwei Sportreferentinnen gewählt.

Ist Deine Arbeit ehrenamtlich oder bezahlt?

Ich bekomme eine geringe Aufwandsentschädigung. Sicherlich wäre es für mich persönlich schön, wenn die Aufgabe als Job entlohnt würde. Dann würde ich vermutlich keinem anderen HiWi-Job nachgehen und hätte noch mehr Zeit und Energie für die Tätigkeit als Sportreferentin. Dennoch kann ich beides gut vereinen.

Kerstin, was sind Deine Aufgaben?

In erster Linie bin ich Ansprechpartnerin für alle Studierenden in Fragen rund um das Thema Wettkampfsport. Ich melde interessierte Studierende zu adh-Wettkämpfen und rechne deren Auslagen beim Studierendenrat ab. Dort versuche ich, möglichst regelmäßig bei den wöchentlich sechsstündigen Sitzungen anwesend zu sein. Jedes Jahr veranstaltet das Sportreferat, das zurzeit nur

aus mir besteht, zudem eine Sportlehrung im Beisein des Rektors. Sehr viel Freude bereitet mir außerdem die Organisation von adh-Wettkämpfen, wie der DHM Ju-Jutsu im letzten Jahr. Diese Tätigkeit gehört jedoch nicht in meinen definierten Aufgabenbereich. In diesem Jahr möchte ich mich an der Organisation der adh-Vollversammlung im November beteiligen.

Welche Rolle spielt das Sportreferat im Studierendenrat?

Da das Sportreferat nur beratendes Mitglied im Studierendenrat ist, habe ich kein Stimmrecht. Diese Tatsache ist bisweilen frustrierend. Es gibt keine Lobby für den Sport und es ist sehr schwer, Mehrheiten zu finden. Dies wirkt sich gerade in den Haushaltssitzungen aus. Wie in vielen anderen Referaten wurden die Mittel für den Sport in den letzten Jahren sukzessive um mehr als die Hälfte gekürzt. Aktuell sieht die Situation noch kritischer aus. Die momentan vorgesehenen Gelder würden nicht mehr ausreichen, um allen Teilnehmenden an Hochschulmeisterschaften lediglich eine symbolische Unterstützung von zehn Euro zuzusichern. Das wäre politisch ein schlechtes Signal. Nur dank der finanziellen Unterstützung durch den Hochschulsport sind wir derzeit handlungsfähig. Perspektivisch müssen wir eine bessere finanzielle Lösung herbeiführen.

Haben Studis der Uni Jena letztes Jahr trotzdem an adh-Wettkämpfen teilgenommen?

Aber sicher. Ich versuche, allen Interessierten durch die finanzielle Unterstützung die Möglichkeit einer Teilnahme einzuräumen. Dennoch haben wir im letzten Jahr einen Teilnehmerrückgang erlebt, vermutlich auch aufgrund des steigenden Eigenanteils.



**Sportreferat
Uni Jena**

FactBox zum HSP der Uni Jena

Hochschulsportleiterin:
Dr. Andrea Altmann
Zahl der Studierenden: 19.664
Anzahl der Sportarten: > 100
Anzahl der Übungsleitenden: 170
Kapazität der Hochschulsportkurse:
25.000 Plätze

Wie bist Du als Sportreferentin auf den adh aufmerksam geworden?

Mein Vorgänger hat mich zum Amtseintritt sehr gut eingewiesen und verdeutlicht, wie wichtig und gewinnbringend der Kontakt zum adh ist. Die Teilnahme am Sportreferateseminar in Münster 2013 war für mich die erste Gelegenheit, Kontakte zu knüpfen und neues Wissen im Bereich Eventmanagement in meine Arbeit im Referat einfließen zu lassen. Weil ich den adh als Verband sehr schätze, habe ich mich entschieden, für den Wettkampfausschuss zu kandidieren. Dadurch bin ich noch näher dran am Geschehen, bin bemüht, studentische Interessen zu vertreten und mich fachlich und persönlich weiterzuentwickeln. Ich denke, das kommt wiederum meiner Uni zugute.

Nutzt Du selbst die Angebote des adh?

Ja, ich bin regelmäßig auf adh-Bildungsveranstaltungen und natürlich der Vollversammlung. Die Teilnahme an einer DHM steht allerdings noch aus.



Ausgleich zur Hochschulsport-Arbeit am Schreibtisch ist für Kerstin Genderjahn Sport in den unterschiedlichsten Facetten

Welche Sportarten treibst Du am liebsten in Deiner Freizeit?

Triathlon, wobei das Laufen gesundheitsbedingt schon viel zu lange nicht so funktioniert, wie es eigentlich sollte. Deshalb betreibe ich aktiv vorwiegend Rennrad, Mountainbike und Schwimmen. Zudem spiele ich im Rahmen des Hochschulsports gerne Tischtennis und Badminton.

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

Ich bin ein Mensch, der Energie aus Aufgaben zieht. Faul sein zählt nicht zu meinen Stärken. Mein Soziologiestudium lässt viel Raum für andere Dinge. Deshalb besuche ich Veranstaltungen anderer Fakultäten, kann Zeit in das Sportreferat, den Wettkampfausschuss und die Strukturkommission investieren, arbeiten, selbst trainieren und Freunde treffen. Mehr Aufgaben sollten es dann aber nicht sein! Dann würde die Qualität leiden.

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

Sehr viel! Die ehrenamtliche Arbeit zeigt mir Optionen für meine berufliche Zukunft auf. Ich habe gelernt, was mir Spaß macht, wo meine Stärken liegen, aber auch, wo ich noch Defizite habe. War ich bis dahin eher im Hintergrund aktiv, fällt es mir mittlerweile leichter, diesen bei Bedarf zu verlassen und proaktiv zu handeln.

Was sind Deine Ziele für den Rest der Legislaturperiode?

Ich möchte die bisherige Arbeit in der gleichen Qualität fortsetzen. Die Zusammenarbeit mit dem Hochschulsport funktioniert sehr gut, die mit dem Studierendenrat sollte verbessert werden. Ich erhoffe mir neben der Sicherstellung einer akzeptablen finanziellen Basis, die insbesondere vielen Studierenden eine Teilnahme an adh-Ver-

anstaltungen ermöglicht, eine bessere Serviceleistung für die Studierenden. Außerdem möchte ich einen motivierten Nachfolger finden. Diesen möchte ich gut einarbeiten, um im September 2015 – mit meinem Studienabschluss in der Tasche – das Amt in vertrauensvolle Hände übergeben zu können.

In welchem Berufsfeld möchtest Du dann gerne tätig werden?

Das habe ich noch nicht eindeutig entschieden. Ich sehe meinen Studienabschluss herbei, möchte endlich arbeiten und suche nach einer Aufgabe, in der ich aufgehen kann. Ich könnte mir das für die Bereiche Sportmanagement, Sportverwaltung und Personalmanagement vorstellen.

Vielen Dank für das Gespräch!

■ Das Interview führte Sarah Schulz, Mitglied des Sportreferateausschusses



WETTKAMPF- PROGRAMM

DHM
DHP



adh-Open
adh-Trophy

Klick rein!
adh.de

[www.facebook.com/
hochschulsportverband](http://www.facebook.com/hochschulsportverband)

[www.twitter.com/
@adhGER](http://www.twitter.com/@adhGER)

Gefördert durch:



Bundesministerium
des Innern



Auswärtiges Amt

aufgrund eines Beschlusses
des Deutschen Bundestages.

Unsere Partner:



DHM Karate
11.04.2015
Uni Halle

adh-Open Floorball
08.05.2015
Uni Mannheim

DHM Sport- und Bogenschießen
08.-10.05.2015
Uni Göttingen

DHM Marathon/Halbmarathon
10.05.2015
Uni Mainz

DHM Leichtathletik
13./14.05.2015
Uni Münster

DHM Fechten Einzel/Team
22.-25.05.2015
Uni Heidelberg

adh-Open Wellenreiten presented by FIREFLY
23.-30.05.2015
HS Darmstadt/Seignosse

DHM Tischtennis
29.-31.05.2015
Uni Hamburg

DHP Volleyball (Mixed)
30.05.2015
HS RheinMain/Rüsselsheim

DHM Badminton
04.-07.06.2015
RWTH Aachen

adh-Open Schach
04.-07.06.2015
Uni Augsburg

adh-Open American Football
05.-07.06.2015
HSU/Uni BW Hamburg

DHM Judo
06./07.06.2015
Uni Rostock

DHM Fußball (Frauen/Großfeld)
06./07.06.2015
Uni Marburg

DHM Gerätturnen
12./13.06.2015
KIT Karlsruhe

DHM Mountainbike (Cross Country)
14.06.2015
TU Dortmund/Haltern am See

DHM Tennis (Einzel)
15.-18.06.2015
Uni Konstanz

DHP Fußball (Männer/Endrunde)
16./17.06.2015
PH Schwäbisch-Gmünd

DHM Schwimmen
19.-21.06.2015
Uni Magdeburg

DHM Rudern
19.-21.06.2015
TU München/Oberschleißheim

DHM Volleyball (Endrunde)
20./21.06.2015
TU München

DHP Handball (Mixed)
20./21.06.2015
HS RheinMain/Wiesbaden

DHM Ultimate Frisbee
20./21.06.2015
TU Chemnitz

DHM Handball (Endrunde)
26.-28.06.2015
Uni Stuttgart

DHM Mountainbike (Enduro/Marathon)
27.06.2015
TU Dresden/Altenberg

DHM Taekwondo
27./28.06.2015
HS Esslingen

DHM Basketball (Männer/Endrunde)
27./28.06.2015
Uni Münster

DHM Fußball (Frauen/Kleinfeld)
27./28.06.2015
HS RheinMain/Wiesbaden

adh-Open Lacrosse
03.-05.07.2015
FH Würzburg-Schweinfurt

DHM Triathlon
02.08.2015
Uni Tübingen

adh-Open Faustball
25.-27.09.2015
Uni Leipzig

Außerdem geplant:

DHM Orientierungslauf/Herbst 2015/Uni Stuttgart

Die Termine sowie die ausrichtenden Hochschulen der **DHM Basketball Endrunde Frauen**, **DHM Fußball Endrunde Männer** und der **DHM Tennis Endrunde Team** werden nach den Vor- und Zwischenrunden bekanntgegeben. Informationen finden Sie auf den Plattformen des adh.

Alle Veranstaltungen unter Vorbehalt!
Weitere Infos und aktuelle Termine auf adh.de



DEIN ADAM
1.4L, 64 KW (87 PS)

für mtl. **229 €***

OPTIONAL: GANZJAHRESREIFEN, OHNE AUFPREIS!

DEIN GLA 4MATIC
2,1 L CDI; 125 KW (170 PS), 7G-DCT (AUTOMATIK)

für mtl. **375 €***

OPTIONAL: EXTRA SATZ WINTERKOMPLETTRÄDER, MTL. 10 €



**MONATLICHE
KOMPLETTRATE**
Inklusive Versicherung
und Steuern.



**KEINE
KAPITALBINDUNG**
Anzahlung und
Schlussrate entfallen.



**MINIMIERUNG
FOLGEKOSTEN**
Ständig greifende Hersteller-
garantie. Z.B. Kein TÜV.



**12-MONATS-
VERTRÄGE**
Hohe Planungssicherheit.
Mit Verlängerungsoption.



**JÄHRLICHER
NEUWAGEN**
Zahlreiche Modelle
verschiedenster Hersteller.

www.ass-team.net



**GEFÄLLT MIR!
Jetzt Fan werden.**

ICH BEI DEINAUTO ASS
ASS Athletic Sport Sponsoring
Tel.: 0234 95128-40, www.ass-team.net