allgemeiner deutscher
hochschulsportverband

adh.de

70 Jahre in Bewegung

HOCHSCHULSPORT



Jahresrückblick

adh-Vollversammlung

Winter-Universiade 2019

4|2018



OPEL CORSA

1.4l 66 kW Start/Stop (90 PS)



DEINE KOMPLETTRATE ab mtl. 239 €*

*inkl. Ganzjahresreifen, Kfz-Versicherung, Kfz-Steuer, Überführungs- und Zulassungskosten und 19% MwSt.

ALLE MODELLE, INFOS UND BERATUNG:

ASS Athletic Sport Sponsoring GmbH

0234 95128-40 @ www.ass-team.net

ASS ICH BIN DEIN AUTO

allgemeiner deutscher hochschulsportverband adh

Anzahlung und Schlussrate fallen nicht an. 20.000 km bis 30.000 km Jahresfreilaufleistung (5.000 Mehrkilometer gegen Aufpreis möglich).
Stand: 30.10.2018. Angebot gilt vorbehaltlich etwaiger Änderungen und Irrtümer. Gelieferte Fahrzeuge können von der Abbildung abweichen.

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

ISSN-Nummer
1869-4500

Redaktion und Gestaltung
Julia Frasch
frasch@adh.de
Telefon +49 6071 2086-10

Fotos
adh-Archiv
adobe Stock, CascadeCreatives
adobe Stock, Tierney
EUSA-Archiv
FISU-Archiv
Katrina Friese
André Goerschel
Helge Lamb
W. Möller
Christina Sonnenfeld
Alexander Vogel

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 45. Jahrgang

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

jahresrückblick 4
Geschichten aus dem Hochschulsport 4

nachgefragt 16
adh-Vollversammlung tagte an der Universität Potsdam 16
Der neue adh-Vorstand und seine Schwerpunkte 18
„Der Verband sind wir alle" – Jörg Förster im Gespräch 19
Ehrungen im Rahmen der adh-Vollversammlung 22

marketing 24
Dynamisches Duo: Die Macher hinter der Uni-Liga 24
playfit to go®: Hot-Spots für Outdoor-Fitness 25

gesundheitsförderung 26
Ein Studienalltag, der bewegt? 26

bildung 28
Start für adh-Bildungs- und Personalentwicklungskonzept 28
Tandem-Mentoring 7.0: Was und wer steckt dahinter? 29

wettkampf 32
Triathlet Lars Pfeifer: Studium als Lebensversicherung 32
Winter-Universiade 2019: Wettkampfhöhepunkt im März 34

studentisch 37
Studentisches Engagement im Hochschulsport: Wie läuft´s in Halle? 37

Partner des Hochschulsports
SPORT-THIEME®

Gesundheitspartner
Die Techniker

Fitnesspartner
MATRIX

Gefördert durch:
Bundesministerium des Innern, für Bau und Heimat
Bundesministerium für Bildung und Forschung
Bundesministerium für Familie, Senioren, Frauen und Jugend
dsj DEUTSCHE SPORTJUGEND im DOSB
aufgrund eines Beschlusses des Deutschen Bundestages

Hochschulsport-Jahresrückblick

Auch in diesem Jahr haben uns wieder viele Geschichten aus den Hochschulsporteinrichtungen erreicht. Sie zeigen die Vielfalt der deutschen Hochschulsportlandschaft auf und infomieren über Ereignisse und Entwicklungen des Jahres 2018.

FU Berlin: Campus Run von Studis für Studis

In diesem Jahr hatten Lehramtsstudierende der FU Berlin die Möglichkeit, praxisnah Erfahrungen in der Veranstaltungsorganisation zu sammeln. Woche für Woche erarbeiteten sie, was alles zu einer optimalen Eventdurchführung gehört. Dabei war aber nicht nur Fachwissen gefragt, vor allem ihre Kreativität, ihr Organisationstalent und ihr Zeitmanagement sollten zum Einsatz kommen: Unter der Leitung von Kirsten Stegemann, verantwortlich für die Eventorganisation, den Wettkampfsport und die Öffentlichkeitsarbeit im UniSport-Team, planten, organisierten und evaluierten sie gemeinsam – über das Sommersemester hinweg – den Campus Run 2018. Dabei sollten Praxis und Theorie bestmöglich verknüpft werden. Aus diesem Grund stand vorbereitend ein gemeinsamer Besuch des Berliner Firmenlaufs auf dem Lehrplan. Unter dem Motto „Gemeinsam mehr erreichen!“ stand in diesem Seminar neben der Vermittlung von berufsqualifizierenden Schlüsselqualifikationen ebenfalls der Teamgeist im Fokus. In Kleingruppen planten und organisierten die Studierenden die Bereiche Öffentlichkeitsarbeit, Rahmenprogramm und Streckengestaltung. Sie legten fest, wie sie miteinander arbeiten wollen, wo sie ihre jeweiligen Stärken einbringen können und welche Meilensteine notwendig sind, damit am Tag selbst alles optimal verläuft. Mit diesem Seminar möchte das Team des UniSport einen praxisorientierten Beitrag im Bereich der Allgemeinen Berufsvorbereitung an der FU leisten und nebenbei potenzielle studentische Mitarbeitende für ihre Einrichtung gewinnen.

▪ Kirsten Stegemann



Campus Run-Team der FU Berlin



Simon Happel (Mitte) fuhr bei der DHM für die H-BRS als Siebter ins Ziel

Podestplätze für die HS Bonn-Rhein-Sieg

Die Hochschule Bonn-Rhein-Sieg (H-BRS) blickt auf das erfolgreiche Abschneiden zweier Studierender bei der Studierenden-Weltmeisterschaft Karate sowie bei der Deutschen Hochschulmeisterschaft Rennrad zurück. Jenny Warling holte im Juli 2018 kurz vor Abschluss des Masterstudiums Analytische Chemie und Qualitätssicherung an der H-BRS bei der WUC Karate in Kobe (Japan) die Bronzemedaille. Die Disziplin der luxemburgischen Karateka ist Kumite, ihre Gewichtsklasse -55 kg. Karate-Jenny, wie sie an der Hochschule genannt wird, war in der ersten Runde der späteren WUC-Siegerin Haname Katayama aus Japan unterlegen. Da Katayama im Finale stand, erreichte Jenny Warling die Trostrunde, wo sie sich für das kleine Finale qualifizierte. Im Kampf

um Bronze setzte Karate-Jenny Treffer auf Treffer und kehrte mit der Bronzemedaille an die H-BRS zurück. „Ohne die finanzielle Unterstützung meiner Hochschule hätte ich nicht an der WUC teilnehmen können“, sagte Warling. Iris Groß, als Vizepräsidentin Lehre, Studium, Weiterbildung auch „Sportministerin“ der Hochschule, verwies darauf, dass es für Hochleistungssportlerinnen und -sportler nicht immer einfach sei, Sport und Studium oder Sport und Beruf unter einen Hut zu bringen. „Deshalb unterstützen wir Sportlerinnen und Sportler gerne im Rahmen unserer Möglichkeiten“, sagte Groß. Jenny Warling ist eine heiße Kandidatin für die Teilnahme an den Olympischen Spielen 2020. An der WUC Radsport im Frühjahr 2018 in Portugal konnte Simon Happel altersbedingt nicht mehr teilnehmen. Da studierte der Rennradfahrer noch Maschinenbau an H-BRS. Als frischgebackener Maschinenbau-Ingenieur nutzte Happel im Oktober 2018 die Chance, bei zwei Wettkämpfen in die Pedale zu treten: Für die H-BRS bei der Deutschen Hochschulmeisterschaft Rennrad und in der Bundesliga für seinen Verein. Auf der Autoteststrecke am Bilster Berg rollte er nach 150 km 18 Sekunden nach dem unangefochtenen Sieger von der Uni Bochum und nur eine gute Sekunde nach dem Zweitplazierten (HS Ansbach) über die Ziellinie.

▪ Eva Tritschler

TU Braunschweig: Studentische Gesundheitsförderung

Die Studienzeit verlangt von Studierenden oft ein hohes Maß an Selbstmanagement. Belastungen in der Studienphase ergeben sich aus Leistungsanforderungen, hohem Zeitaufwand sowie fehlenden oder unzureichenden Entspannungs- und Rückzugsmöglichkeiten. Im Rahmen eines innovativen, dreijährigen, vom Sportzentrum der TU Braunschweig initiierten Projekts zum Thema „Studentische Gesundheitsförderung“ werden die Studierenden der TU Braunschweig seit dem Wintersemester 2017/2018 dabei unterstützt, eine aktive gesunde Lebensweise zu führen, Gesundheitskompetenzen aufzubauen oder zu stärken sowie Strategien im Umgang mit Belastungen zu entwickeln. Als Gesundheitspartner des Projekts fungiert die Techniker Krankenkasse. Seit über zwanzig Jahren arbeiten die Mitarbeitenden des Sportzentrums der TU Braunschweig und der Techniker Krankenkasse (TK) erfolgreich zusammen. Die Partizipation der Studierenden spielte bereits im ersten Projektjahr eine wichtige Rolle. Im Rahmen von Fokusgruppen wurden sie dazu befragt, welche Gesundheitsangebote Studierende benötigen, um ihren (Studien-)Alltag erfolgreich zu bewältigen. Weiterhin entwarfen sie das Logo und den Titel „HEALTH4YOU – Gesund durch´s Studium“ und konnten entscheiden, welche Themen im Projekt fokussiert werden. Die Studierenden wünschten sich insbesondere Angebote zu den Schwerpunktthemen Bewegung, Ernährung, Entspannung und Stressbewältigung sowie Selbstmanagement. Im Rahmen der HEALTH4YOU SUMMER WEEK, die erstmalig Ende September 2018 für Studierende der TU Braunschweig angeboten wurde, konnten sie verschiedene Seminare und Workshops zu den Themen Zeitmanagement, Selbstmotivation, Ernährung, Entspannung und Fitness,



HEALTH4YOU SUMMER WEEK – ein voller Erfolg an der TU Braunschweig

Yoga, Pilates und vielen weiteren besuchen. Die Woche war ein voller Erfolg. Aufgrund der schnell ausgebuchten Veranstaltungen wurden kurzfristig weitere Angebote in das Programm aufgenommen. 120 Studierende verschiedener Studiengänge nahmen an den Angeboten teil. Insgesamt konnten 283 Plätze vergeben werden – fast 100 mehr als ursprünglich geplant waren. Die Evaluation der Einzelveranstaltungen fiel sehr positiv aus. Der Lernerfolg wurde als sehr hoch und die Veranstaltungen als sehr gut bewertet. Für die Teilnahme an den HEALTH4YOU-Seminaren und Workshops haben die Studierenden die Möglichkeit, in einer Bonuskarte Punkte zu sammeln und sich so ein Zertifikat als Bewerbungsjoker, Credit Points sowie viele verschiedene Prämien zu sichern. Nach dem erfolgreichen ersten Projektjahr erwarten die Studierenden auch weiterhin vielfältige Angebote, durch welche sie ihre Gesundheitskompetenz – für das Studium, aber auch für das spätere Berufsleben – stärken können.

▪ Cindy Liermann

TU Darmstadt: Uni-Challenge, Internationales und Cross Training

Titelverteidigung geglückt! Im Rahmen der vierten Auflage der Sportabzeichen-Uni-Challenge traten die Uni Hannover, die Uni Leipzig, die TU Braunschweig, die HU Berlin, die Uni Paderborn und die TU Darmstadt zum sportlichen Fernduell an. Bei großartiger Stimmung und bestem Wetter war das Darmstädter Hochschulstadion gut gefüllt. Insgesamt 411 Studierende, Beschäftigte, Professoreninnen, Professoren und Alumni der TU Darmstadt erzielten gemeinsam 3.416 Punkte für die TU. In dem spannenden Wettkampf sorgten Live-Schaltungen zwischen den einzelnen Standorten für Spannung und Identifikation mit der eigenen Uni, die Jonas Naumann, Student der Mechatronik an der TU Darmstadt so zusammenfasste: „Es ist toll, wie alle hier zusammenhalten, um sportliche Höchstleistungen zu bringen." Mit Beginn des Sommersemesters 2014 hat es sich das Unisport-Zentrum der TU Darmstadt (USZ) zur Aufgabe gemacht, die wachsende Gruppe internationaler Studierender und Beschäftigter mit speziell zugeschnittenen Sportangeboten verstärkt für eine nachhaltige Teilnahme am Hochschulsport zu gewinnen. Eine Facility Tour führt in einem zweistündigen Rundgang über die Anlagen und zu den Räumlichkeiten des USZ, um allen internationalen Studierenden einen guten Start in Darmstadt und an der TU zu ermöglichen. In diesem Rahmen wird auch das vielfältige Unisport-Programm inklusive der englischsprachig moderierten Angebote „Test & Taste", „Trips & Tours" sowie „Courses & Tounaments" vorgestellt. Eine besondere Erfolgsgeschichte im Darmstädter Unisport ist das Cross-Training. Im Sommersemester 2016 mit einem Kurs und 16 Teilnehmenden gestartet, sind inzwischen mehr als 250 Teilnehmende in 20 Kursen aktiv. Nachdem im Juni 2017 die zweite Cross-Trainingsanlage im Hochschulstadion entstanden ist, wird im Januar 2019 die dritte Anlage am Campus Stadtmitte eröffnet.

▪ Eva Münstermann und Christian Schulz

Uni Erfurt: Studium und Sport mit Kind

Immer dienstags kommt Tino Edelmann mit seinem dreijährigen Sohn zum Kindersport in die Unisporthalle Erfurt. Der junge Mann hat einen großen Bewegungsdrang – kein Wunder bei dem sportlichen Vater. Der Lehramtsstudent für Musik und Sport hat bis vor zwei Jahren neben seinem Studium erfolgreich Leistungssport betrieben und war unter anderem Weltmeister mit dem Team in der Nordischen Kombination. Jetzt nutzt er gern das Kindersportangebot an seinem Studienort. „In zwölf Gruppen werden Angebote für die verschiedenen Altersgruppen unterbreitet", berichtet Christina Sonnenfeld, Leiterin des Hochschulsports und selbst Übungsleiterin im Kindersport. Jeweils 15 Kinder bewegen sich mit Vater oder Mutter, von denen tagsüber viele an der Universität arbeiten oder studieren, über das Hallenparkett. Los geht es mit dem „Zwergensport", wo die Zwei- bis Vierjährigen begleitet von einem Elternteil turnen. Es schließen sich „Strolchensport" und „Kindertanzen" für die Vier-bis Sechsjährigen an. Für die großen Kinder ab sechs Jahre gibt es verschiedene Spezialisierungsangebote: Eine Sicherheits- und Bewegungsschule, Basketball,



Titelverteidigung der Sportabzeichen-Uni-Challenge glückt im Hochschulstadion Darmstadt



Die studentischen Übungsleitenden Felix Lützkendorf und Julia Schmidt mit Franz Eisenacher beim Sommerfest des Sports an der Uni Erfurt

Trampolin-Springen, eine Spiel- und Ballschule sowie Schach. Die Übungsleitenden sind zum Teil Studierende aus dem Fachgebiet Sport- und Bewegungswissenschaften. In Kooperation mit dem Stadtsportbund können diese Lehrgänge vor Ort besuchen. „Wir fördern den Bewegungsdrang der Kinder und versuchen, ihnen entsprechend ihrer besonderen sportlichen Fähigkeiten Spezialisierungsmöglichkeiten zu bieten“, erläutert Christina Sonnenfeld das Erfurter Konzept. Ein nahtloser Wechsel in die nächste Alterskategorie ist jederzeit gesichert. „Alle Angebote sind inklusiv, Kinder mit einem Handicap oder mit Migrationshintergrund sind herzlich willkommen.“ Zum Sommersfest und beim Campuslauf gibt es besondere Angebote für die Jüngsten. Beim Bambinilauf oder beim Kinderturntest können sie sich messen und erste Medaillen sammeln. Natürlich kommt auch der Weihnachtsmann in die Sporthalle. Ein Höhepunkt in jedem Jahr ist der große Kinderfasching. Nur zum Skifahren liegt in Erfurt meist zu wenig Schnee. Dazu muss Tino Edelmann, der viele Jahre für den SC Motor Zella-Mehlis startete, mit seinem Sohn in den nahegelegenen Thüringer Wald fahren. Die Grundlagen für gute Wintersportlerinnen und -sportler können aber beim Kindersport an der Erfurter Uni gelegt werden.

▪ Jens Panse

Frischer Wind im Hochschulsport Frankfurt

In Frankfurt war das Jahr geprägt von Umstrukturierungen im Team des Zentrums für Hochschulsport (ZfH). Mit Martin Miecke wurde im August 2018 die lange Zeit vakante Position des ZfH-Bereichsleiters wieder besetzt. Zwei Abgängen, altersbedingt und wegen Elternzeit, steht bisher ein Neuzugang gegenüber, eine weitere Stelle soll bis Jahresende besetzt werden. Mit frischem Wind und neuer Kraft waren alle Übungsleitenden kurz vor Semesterbeginn zur Veranstaltung „ZfH meets ZfH“ eingeladen. Beim gemeinsamen Sport und im lockeren Austausch danach konnten sich Übungsleitende und Hauptamtliche kennenlernen und Einblicke in den Aufbau und die Umsetzung von Kursen verschiedenster Sportarten gewinnen. An diesem Abend wurden neue Kontakte geknüpft und Ideen entwickelt. Spikeball, Headis und Forro heißen die neuen Trendsportarten an der Goethe-Universität. Seit diesem Wintersemester können Interessierte an den Kursen teilnehmen und Sportarten testen, die im Vereinssport nur selten anzutreffen sind. Dank der engagierten Trainerinnen und Trainer sind Spaß und Action garantiert. Auch in 2018 sammelten Frankfurter Studierende national und international zahlreiche Erfolge bei Hochschulmeisterschaften. Als Ausrichter der DHM Leichtathletik (Halle) konnte sich das ZfH gemeinsam mit den Studierenden über



Der Hochschulsport Frankfurt bringt „Menschen in Bewegung“

zahlreiche Medaillen und gute Platzierungen freuen. Das sportliche Highlight aber war der dritte Platz der Frauenfußballmannschaft bei den EUSA Games in Coimbra (Portugal). In einem packenden Spiel sicherten sich die Mädels die Bronzemedaille und damit die Qualifikation zur WM 2019 in China. Auch das neue Jahr verspricht erfolgreich zu werden, da sich Studierende der Goethe-Universität für die Europäischen Hochschulmeisterschaften im Beachvolleyball, Karate und Rudern qualifiziert haben.

▪ Luisa Klein

Hochschulsport Fulda bewegt die Region

Der Hochschulsport bringt die Mitglieder der Hochschule in Bewegung und sorgt für einen aktiven Ausgleich im Studien- und Arbeitsalltag. Für den Hochschulsport der Hochschule Fulda hat sich das Arbeitsfeld im Jahr 2018 stark vergrößert: Gemeinsam mit dem Fachbereich Sozialwesen wurde das Projekt RinkA gestartet, mit dem Ziel, inklusive Bewegungs-, Sport-, Gesundheits- und Freizeitangebote in der Region Fulda zu initiieren. RinkA ist damit eins von zehn Projekten unter dem Dach von RIGL, dem regionalen Innovationszentrum für Gesundheits- und Lebensqualität, das im Rahmen der Innovativen Hochschule gefördert wird. Ziel von RinkA ist es, Maßnahmen zu entwickeln, zu vernetzen und zu evaluieren, die von einer möglichst großen und vielfältigen Zielgruppe wahrgenommen werden können. Im Fokus steht dabei der Artikel 30 der UN-Behindertenrechtskonvention, der die Teilnahme behinderter Menschen an Erholungs-, Freizeit- und Sportaktivitäten gleichberechtigt mit anderen Menschen sicherstellt. Gemeinsam mit unterschiedlichsten Praxispartnern aus den Bereichen der Kommunalpolitik, dem Gesundheitssektor, der Wirtschaft und der Zivilgesellschaft

RinkA

Regionale inklusive Bewegungs-, Sport-, Gesundheits- und Freizeitangebote

setzt sich das interdisziplinäre RinkA-Team für Sensibilisierungs- und Schulungsmaßnahmen im Bereich Inklusion ein. Für das Jahr 2019 ist unter anderem eine adh-Fortbildung geplant, in der das Thema inklusiver Hochschulsport aus mehreren Perspektiven beleuchtet wird.

▪ Sarah Heinisch



Uni Gießen: Teilnehmende des „ahs-Tagungsworkouts“ in Bewegung

Uni Gießen feiert Pausenexpress-Jubiläum

Theraband, Brasils und Co. haben vor genau fünf Jahren Einzug in die Büros der Uni Gießen gehalten – der „JLU-Pausenexpress“ feiert Jubiläum: Mit Mobilisations-, Kräftigungs-, Dehnungs- und Entspannungsübungen wurden in den zehn vergangenen Semestern 2.425 Beschäftigte von 72 qualifizierten Trainerinnen und Trainern in 452 Kursen pro Woche bewegt. Neben den regelmäßigen Terminen in den Büros, wurde der JLU-Pausenexpress zur zentralen Uni-Veranstaltungen, wie der Personalversammlung und dem OFFICE DAY, eingeladen. Der Grundgedanke der aktiven Pause ist die Integration von Gesundheitsmaßnahmen direkt in den Arbeitsablauf und die Arbeitswelt der Beschäftigten. Viele JLU-Angehörige haben das gesundheitsförderliche Potenzial längst erkannt und können sich den JLU-Pausenexpress nicht mehr aus ihrem Büroalltag wegdenken. Auch über die Gießener Stadtgrenze hinaus bringt der ahs Bewegung in den Alltag. Bei dem neuen „ahs-Tagungsworkout“ kamen die Teilnehmenden des „Priority Program Meeting“ der Deutschen Forschungsgemeinschaft im Schloss Rauischholzhausen, welches der Arbeitsbereich Trainingswissenschaft (FB 06) ausrichtete, in Schwung. In Teams wurden nach einem kurzen gemeinsamen Warm-up verschiedene Stationen absolviert. So konnte beim Zielwurf die Treffgenauigkeit unter Beweis gestellt werden, bevor die Teamfähigkeit im Tausendfüßlerparcour erprobt wurde. Das Bewegungsprogramm diente zur aktiven Pausengestaltung, die

gleichzeitig die Arbeitsatmosphäre auflockerte, den Teamgeist prägte und das bessere Kennenlernen der Kolleginnen und Kollegen durch das gemeinsame Bewegen sowie Lösen der Aufgaben zum Ziel hatte. Eine gelungene Aktivierung bei strahlendem Sonnenschein und traumhafter Kulisse. Im März 2018 fand die dritte adh-Pausenexpress-Schulung für Multiplikatorinnen und Multiplikatoren unter der Leitung von Lena Schalski in Gießen statt. Im Rahmen der ersten Bildungsveranstaltung im Sommersemester 2018 erhielten die Teilnehmenden umfassende Informationen zum Konzept sowie zum Hintergrund des Pausenexpress. Knapp 20 Personen nahmen an der Schulung teil, welche die nötigen Grundqualifikationen vermittelte, um künftig regionale Schulungsmaßnahmen für angehende Pausenexpresstrainerinnen und -trainer als Referierende durchzuführen.

▪ Rebecca Hofmann-Raufuß und Lena Schalski

Hochschule Harz: Vielfältig in Bewegung



Der Hochschulsport der Hochschule Harz bringt Studierende vielfältig in Bewegung

Der Hochschulsport der Hochschule Harz bietet an seinen zwei Standorten Wernigerode und Halberstadt mit 34 verschiedenen Sportarten ein breites, vielseitiges und abwechslungsreiches Sportangebot an. Durch die tatkräftige Unterstützung und das große Engagement seiner 36 Übungsleitenden animiert der Hochschulsport jährlich 1.500 Studierende zum Sporttreiben. Neben verschiedensten Tanz- und Fitnesskursen, Ball- und Kampfsportarten wurde im Wintersemester 2018/19 das Sportprogramm um die Trendsportarten „Flag Football“ und „Yolates“ erweitert. In diesem Jahr veranstaltete der Hochschulsport im Rahmen der Nachhaltigkeitswoche einen Gesundheitstag für Studierende und Mitarbeitende. Die dort angebotenen Gesundheitsmaßnahmen, wie beispielsweise der Lungenfunktions- oder Balancetest, wurden von allen Teilnehmenden sehr gut angenommen. In einer langen Vorbereitungsphase und mit Unterstützung des Rektorats und des Studierendenrates, konnte der Hochschulsport im Mai 2018 stolz seinen Outdoor-Fitnesspark auf dem Wernigeröder Campus eröffnen. Nicht nur die Calisthenics-Station und die Trimmfit-Trainingszone sind sehr beliebt, sondern auch die Slackline sowie die Federplatte werden sehr gut angenommen. Ein weiterer Schwerpunkt ist das Engagement im Bildungsbereich. Hierzu fand erstmals ein Workshop zum „Faszientraining“ im Oktober statt, der von allen Teilnehmenden als Erfolg angesehen wurde. Natürlich soll Sport und Spaß auch außerhalb der Hochschule und Vorlesungszeit nicht zu kurz kommen. So organisierte der Hochschulsport zum 21. Mal eine Ski- und Snowboardreise. Das positive Feedback der Skiteilnehmenden bescherte dem Hochschulsport eine erneut hohe Anmeldezahl für die nächste Skireise im Februar 2019. Als Gegenstück zur winterlichen Skireise gab es zum dritten Mal in diesem Sommer eine Surfreise an die französische Atlantikküste. Neben den täglichen Surfstunden hatten die Teilnehmenden die Möglichkeit, zahlreiche Aktivitäten zu besuchen. Fast zum Jahresende und zum mittlerweile zehnten Mal findet die legendäre Sportlerparty in Kooperation mit der studentischen Initiative „Sportfreunde“ auf dem Campusgelände der Hochschule Harz statt. Unter dem Motto „Wave Rave“, welches Bezug auf die im Sommer ausgerichtete Surfreise nimmt, gibt es ein buntes Programm mit verschiedenen Tanzgruppen und DJs. Zum Abschluss des Hochschulsportjahrs 2018 wartet noch eine gemeinsame Weihnachtsfeier mit dem Team des Hochschulsports, allen Übungsleitenden und der studentischen Initiative „Sportfreunde“. Beim gemeinsamen Schlittschuhlaufen und anschließendem gemütlichen Beisammensein erfolgt ein Rückblick auf das ereignisreiche Sportjahr 2018 und es werden neue Pläne für das kommende Sportjahr geschmiedet.

▪ Antje Cleve

DHBW Heilbronn: Kung Fu, Drachenboot und Volleyball

Teamevents und die Teilnahme an Mannschaftssport-Wettbewerben sind an der DHBW Heilbronn nicht einfach. Das liegt nicht an der mangelnden Motivation der Studierenden. Schwierig wird es dadurch, dass am kleinsten DHBW-Standort mit knapp 1.300 Studierenden, die Studentinnen

und Studenten in verschiedenen Zyklen und somit nie gleichzeitig vor Ort sind und dass das duale Studium besondere Herausforderungen mit sich bringt. Viele Studierende absolvieren ihre Praxisphase außerhalb Heilbronns und Baden-Württembergs. In der Theoriephase ist der Zeitplan mit Projektarbeiten und Klausuren ebenfalls eng getaktet. Umso erstaunlicher, dass sich gleich zwei Teams der DHBW Heilbronn Anfang Mai 2018 zusammenfanden, um am Deutschen Hochschulpokal Volleyball teilzunehmen. Der Großteil hatte sich für den Tag aus der Praxisphase freigenommen, ein Student nahm sogar extra dafür mehr als 600 Kilometer Anfahrt von Kiel nach Rüsselsheim in Kauf. Der sportliche Erfolg war indes überschaubar: Die anderen Teams – insbesondere von den Bundeswehr-Hochschulen – spielten auf einem deutlich höheren Level, welches über das Niveau des „klassischen" Breiten(Hochschul)sports hinausgeht. Dennoch hatten die DHBW-Studis viel Spaß und möchten auch 2019 wieder teilnehmen. Knapper fiel die Entscheidung beim traditionellen Drachenbootcup auf dem Neckar aus. Hier mussten sich die „DHBW Dragons" in einem engen Finale der Hochschule Heilbronn geschlagen geben. Das Ziel für 2019 ist klar: Endlich wieder den Pokal an die DHBW Heilbronn holen! Neben diesen und weiteren Sportereignissen gab es auch Zuwachs im Hochschulsportprogramm: Orhan Lort, der Anfang des Jahres im ersten Semester zu studieren begann, konnte seine Leidenschaft für Kung-Fu auf die Mitstudierenden übertragen und etablierte die Kampfsportart neu im DHBW-Sportprogramm.

▪ Clemens Weingärtner



DHBW-Dragons holen Silber beim Drachenbootcup



Melderekord und Bestzeiten beim 8. Hofer Campuslauf

Rekordteilnahme am Hofer Campuslauf

Insgesamt zählten die Verantwortlichen 175 Teilnehmende beim 8. Hofer Campus-Lauf, der im Rahmen des Sommerfests der Hochschule für den öffentlichen Dienst am 12. Juli 2018 veranstaltet wurde. Nicht nur bei der Teilnehmendenzahl wurde ein Rekord aufgestellt. Auch auf den angebotenen Strecken gab es neue Bestzeiten. Die 9 km-Strecke bei den Männern gewann Daniel Eckardt in einer Bestzeit von 32:44,3 Minuten. Die Damenwertung gewann Louisa Ott (SC/TV Gefrees), ebenfalls in einer Bestzeit von 37:31,3 Minuten. Paul Schönberger (IfL Hof) holte mit einer neuen Bestzeit von 21:48,8 Minuten über 6 km Gold. Mia Langheinrich (IfL Hof) entschied die Damenwertung für sich in 26:30,4 Minuten. Allen Siegerinnen und Siegern, Platzierten und Teilnehmenden herzlichen Glückwunsch zu ihren Erfolgen und Leistungen. Die IfL Hof stellte mit 15 Startenden die stärkste Gruppe unter den Walkern und Nordic Walkern. Hauptverantwortlich für die Organisation waren Stefan Oesterle, Peter Raithel und Gerhard Ried. Weiterhin ein Dank an die vielen Partner und die fleißigen Helferinnen und Helfer der Diplomgruppe. Viele Aktive ließen den Abend in angenehmer Atmosphäre ausklingen. Mit dieser Veranstaltung zeigten Sportlerinnen, Sportler und Gäste ihre Verbundenheit mit dem Hochschulleben auf dem Campus – mit Sicherheit auch wieder in 2019!

▪ Gerhard Ried

Uni Konstanz: Gut Kick 2.000 ungeschlagen

Das Konstanzer Studierendenteam fährt als Deutscher Uni-Liga-Meister zum internationalen Finale nach Athen – und kommt mit dem Weltmeistertitel nach Hause! Dabei hatte alles so klein begonnen – und zwar im Sommer 2016. Getreu dem Motto „Sommer-Semester ist Uni-Liga-Semester“ wird in Konstanz jeder sonnige Mittwoch zum Turniertag. Und auch „Gut Kick 2.000“ wollte dabei sein. Es dauerte eine gute Woche, bis Team-Gründer Maximilian Schätzle seine Hobby-Fußballmannschaft zusammengestellt hatte. „Alle sind Studierende der Universität Konstanz, die sich auch im Sommer auf das Studium konzentrieren müssen. Die Uni-Liga Konstanz gibt uns wöchentlich den Anlass, während des Semesters den Kopf frei zu bekommen und mit Freunden die Sonne und die frische Luft auf dem Bolzplatz zu genießen“ sagt Schätzle. Sobald der Ball an der Old Mainau Road rollt, ist der Semesterstress nebensächlich. Die Organisation der Uni-Liga Konstanz ist großartig. Als einer der kleineren Standorte hat sich die hochschulinterne Sommerliga in Konstanz mit über 40 Mannschaften und 500 Fußballerinnen und Fußballern inzwischen zur drittgrößten Liga in Deutschland entwickelt. Der Turniermodus findet wöchentlich statt. „Das haben wir vor allem dem HiWi-Team des Hochschulsports Konstanz zu verdanken. Das Umfeld, die Ausstattung, die Koordination und die Stimmung auf dem Platz ist bemerkenswert“, erklärt Schätzle. Petra Borchert als Leiterin des Hochschulsports Konstanz sieht den Erfolg vor allem in der hohen Beteiligung von Studierenden in der Organisation der Uni-Liga Konstanz. „Wir hatten uns in den letzten Jahren von den Deutschen Hochschulmeisterschaften im Fußball komplett zurückgezogen, weil sich ein Team einfach nicht aufstellen ließ. Phantastisch, dass es so gut funktioniert und noch dazu überaus erfolgreich ist, wenn die Studierenden ihre Teams einfach selber bilden können,“ stellt die begeisterte Ballsportlerin fasziniert fest. Nach Startschwierigkeiten in der ersten Saison 2016 war es für Gut Kick 2000 im zweiten Anlauf, im Sommer 2017, dann endlich soweit: Der Henkelpott der Uni-Liga Konstanz in den eigenen Händen. Als Belohnung für ein zwölfwöchiges Turnier, das nicht einfach zu spielen war, folgte die Deutsche Meisterschaft in Braunschweig. Beim nationalen Finale trafen zum Ende des Sommersemesters 2018 die besten Mannschaften der deutschen Uni-Liga-Hochschulen aufeinander. Gut Kick 2.000 setzte hier das dickste Ausrufezeichen und gewann trotz längster Anreise aller Teilnehmenden im Finale gegen das Team aus der Uni-Liga Vechta. Im gesamten Turniermodus haben dieses Jahr über 600 Mannschaften teilgenommen. Die Spieler von Gut Kick 2.000 können es immer noch kaum fassen: Das Team hat nicht nur die Uni-Liga-Königsklasse gewonnen und darf sich nun ein Jahr lang Deutscher Meister nennen, sondern konnte sich auch im internationalen Vergleich in Athen durchsetzen. Nach Spielen gegen Palästina und Zypern folgte der direkte Finaleinzug, in dem die Mannschaft auch den bis dato ungeschlagenen Gastgebern aus Griechenland überlegen war. Ein unglaubliches Jahr geht damit zu Ende.

▪ Christian Schöpf



Gut Kick 2.000 der Uni Konstanz national und international ungeschlagen

Hochschulsport Leipzig feiert 25-jähriges Jubiläum

Der Hochschulsport der Universität Leipzig hat im Jahr 2018 allen Grund zum Feiern. Das Zentrum für Hochschulsport ist 25 Jahre alt geworden! Anlässlich des Jubiläums war auch das Motto von Veranstaltungen und Projekten in diesem Jahr besonders und einzigartig. Diesjähriger Höhepunkt war die alljährliche Hochschulsportgala, seit Jahrzehnten ein Klassiker unter den ZfH-Events. Doch zum 25-jährigen Jubiläum sollte der Evergreen um einen Programmpunkt erweitert werden: Zugunsten des gemeinnützigen Vereins Urban Souls e.V. wurde das soziale Projekt „Everybody Dance – Everybody Welcome“ unterstützt. Die Reichweite des ZfH ist groß, also warum diese nicht für einen guten Zweck nutzen? So wurde aus der



Spendenübergabe zur Benefizgala an Urban Souls e.V.

Hochschulsportgala die erste Benefizgala in der Geschichte des Hochschulsports. Der Erlös betrug am Ende des Abends über 500 Euro. Eine Nummer größer als bisher war dieses Jahr auch das Unisommer-Sportfest auf den Sportanlagen des ZfH. Unter dem Jubel vieler Zuschauerinnen und Zuschauer wurden die Unimeisterschaften und das Mitarbeitenden-Fußballturnier als Human-Table-Beachsoccer-Turniere ausgetragen. Die Vielfalt der Wettkämpfe, von Beachvolleyball über Fußball bis hin zu Tennis, lässt erahnen, welche Meisterleistungen die Leipziger Studierenden erbracht haben. Eine weitere Attraktion waren die niegelnagelneuen Jumping-Fitness-Geräte. Zu fetten Beats kamen die Teilnehmenden ordentlich ins Schwitzen. Als Geburtstagsgeschenk zum 25-Jährigen hat der Hochschulsport seinen knapp 300 Übungsleiterinnen und Übungsleitern mit einer Jubiläums-Kollektion für ihr Engagement gedankt. Seit Jahren in Rot, haben sie nun schwarze Hoodies und T-Shirts im neuen Corporate Design der Uni Leipzig erhalten. Wir freuen uns auf 25 weitere sportliche, erfolgreiche und spannende Jahre!

▪ Rieke Bruns

Uni Paderborn: Es geht rund

Der Paderborner Hochschulsport war 2018 facettenreich unterwegs. Den Anfang machte die Deutsche Hochschulmeisterschaft Badminton. Gespielt wurden Einzel- und Doppel-Partien. Dabei gab es reine Frauen- und Männer-Wettbewerbe aber auch Mixed-Spiele. Die sportliche Hauptrolle spielte 2018 aber eindeutig das Fahrrad. Gleich zwei Deutsche Hochschulmeisterschaften hat der Paderborner Hochschulsport rund um das Rad ausgerichtet. Den Anfang machte die DHM Mountainbike auf der Marathon-Distanz. „Wir freuen uns, das Thema Fahrrad im Hochschulsport auf hohem Leistungsniveau begleiten zu dürfen“, sagt Uli Kussin, Leiter des Paderborner Hochschulsports. Auch die DHM Rennrad auf der Auto-Teststrecke Bilster Berg in der Nähe von Bad Driburg wurde vom Hochschulsport Paderborn ausgerichtet. „Das war eine mehr als runde Veranstaltung“, lobte adh-Disziplinchef Martin Wördehoff, die Meisterschaft. Auch uniintern drehte sich viel um das Fahrrad. Das Studentische Gesundheitsmanagement mein beneFIT@upb.de hat einen neuen Baustein mit dem Namen recharge@upb.de installiert, der die Studierenden zu mehr Bewegung animieren soll. Dazu gehört auch das recharge-Bike. Dieses Lastenfahrrad ist randvoll mit kleinen Sportgeräten und aufblasbaren Ruhekissen. Es hält in den Mittagspausen an verschiedenen Stellen auf dem Campus und lockt die Pausierenden, sich zu bewegen oder einen Moment der Entspannung zu erleben. Zu recharge@upb.de gehören auch Bewegungspausen in der Universitätsbibliothek, Wiesen- oder Teppichyoga sowie das After-Study Workout im AStA-Stadtcampus. Eine neue App gibt es auch: Sie bündelt alle Bausteine und Leistungen rund um die studentische Gesundheit, was beim Studentischen Gesundheitsmanagement mein beneFIT@upb.de zu mehr Dynamik führt. Die digitale Transformation ist im Paderborner Hochschulsport in vollem Gange.

▪ Dennis Fergland



Das recharge-Bike animiert an der Uni Paderborn zu Bewegung und Entspannung



Hochschulsport Potsdam: „Eimer für alle und alle für Eimer“

Aktion PUTZdam

Anfang März 2018 hatten überfüllte Abfallbehälter in den Potsdamer Parks für eine rege Debatte in den sozialen Medien gesorgt. Dazu kam der skandinavische Trend „Plogging“, bei dem die Jogger den Müll auflesen und somit ihre Heimatstadt sauber halten. Wir Hochschulsportlerinnen und -sportler wollten wissen, ob das an unserem Studienstandort ebenso ein Thema ist. „Eigentlich wirken die Grünflächen am Sportplatz sauber und gepflegt“, dachten wir leicht naiv. Der Rundgang zeigte ein anderes Ergebnis: Eine Tüte voller Abfall war das Ergebnis eines achtminütigen Tests, inklusive eines Teppichrests, der einfach achtlos im Wald entsorgt worden war. Danach riefen wir das Motto „Eimer für alle und alle für Eimer“ aus und organisierten die Aktion zusammen mit dem Naturschutzorganisation BUNDjugend, dem Studentenwerk und der Stadtentsorgung Potsdam. Autoreifen, ein altes Kinderbett, Glasscherben und vor allem jede Menge Zigarettenstummel: Ende April sammelten wir mit rund 80 Freiwilligen bei unserer Müllbekämpfungsaktion „PUTZdam“ den Abfall auf Potsdams Straßen ein. Mit Greifzangen, blauen Mülltüten und Handschuhen bewaffnet, liefen sieben Gruppen unter anderem vom Campus Am Neuen Palais, dem Luisenplatz oder vom Lustgarten aus los. Es wurde alles eingesammelt, was nicht niet- und nagelfest war. Vieles lag in den Büschen und in den urbanen Grünanlagen der Stadt. Zusätzlich fischten einige Gruppen auf Surfbrettern und in Kajaks jede Menge Müll aus der Havel. Zielpunkt war für alle Fleißigen das Havelufer in der Kastanienallee beim SUP-Trip. Dort wartete ein riesiger Container der Stadtwerke Potsdam, der seinen Schlund für unzählige Mülltüten öffnete. Für alle Freiwilligen gab es als Belohnung für den Einsatz Gegrilltes und Getränke. Natürlich achteten wir dabei selbst penibel auf Müllvermeidung. Die Fleischerkisten wurden vom Metzger geholt, das Gemüse auf dem Markt gekauft und Teller und Besteck vom Studentenwerk bereitgestellt. Grillen ist auch ohne unnötigen Abfall möglich. Auch der am Vorabend des Müllsammelns gehaltene Vortrag stieß auf reges Interesse. Die Teilnehmenden wurden unter anderem über die verschiedensten Müllvermeidungsstrategien informiert und darüber, welche Verpackungen die geringsten Umweltbelastungen mit sich bringen. Uns ist wichtig, dass das Thema Müll und Nachhaltigkeit wahrgenommen wird und endlich ein Umdenkprozess stattfindet. Auch im Büro des Hochschulsports hat die Aktion PUTZdam voll eingeschlagen. Es wird noch genauer auf Mülltrennung geachtet, aus Glasflaschen getrunken und Mehrwegbecher für das Fitnessstudio goFit und unsere Veranstaltungen gekauft. Also sagt dem Plastik den Kampf an und „Eimer für alle und alle für Eimer“!

▪ Felix Thoß

Uni des Saarlandes: 25 Jahre Uni in Bewegung

In diesem Herbst 2018 feierte Uni in Bewegung sein 25-jähriges Bestehen. Es begann im April 1993 mit sechs Kursen aus dem Bereich der Präventiven Ausgleichsgymnastik und mit insgesamt 52 Teilnehmenden. Ziel war und ist heute noch die Förderung der Bewegung und Gesundheit der auf dem Campus der Universität arbeitenden Bediensteten. Im Herbst des Jahres 2018 angekommen, hat Uni in Bewegung das Vierteljahrhundert seines Bestehens vollendet. Schon lange hat das Angebot seinen anfänglichen Projektcharakter hinter sich gelassen und ist zu einem stabilen Bereich des Hochschulsportzentrums gewachsen. Hinter uns liegen nun 608 Kursstaffeln mit insgesamt 11.120 Kurseinheiten. In dieser Zeit konnten 7.938 Anmeldungen zu den einzelnen Kursstaffeln registriert werden. Die Zahl der Kurse stieg bis zum Jahr 2011 auf zehn Kurse, die von rund 100 Bediensteten besucht wurden. Mit der Inbetriebnahme des Multifunktionsraums und des Fitnessstudios Uni-Fit im November 2012 konnten weitaus



Jubiläum für die bewegte Gesundheitsförderung an der Uni des Saarlandes

mehr Kurse und mehr Teilnehmendenplätze zur Verfügung gestellt werden. An nun 15 bis 16 Kursen nahmen rund 300 Personen teil. Aktuell bietet Uni in Bewegung insgesamt 20 Kurse und hat mit 400 Teilnehmenden einen neuen Höchststand erreicht. Einen besonderen Service bietet das HSZ mit den sogenannten Flexikursen. Das bedeutet, dass man sich zu einem Kurs fest anmeldet, innerhalb einer Woche aber in einen anderen Kurs wechseln kann, wenn man kurzfristig verhindert ist. Im vergangenen Jahr wurde in über 900 Fällen von diesem Service Gebrauch gemacht. Durch die kontinuierliche Förderung der Bewegung im Alltag und am Arbeitsplatz stellt Uni in Bewegung einen wichtigen und nachhaltigen Bestandteil des Betrieblichen Gesundheitsmanagements der Universität des Saarlandes dar.

■ Rolf Schlicher



allgemeiner deutscher
hochschulsportverband

adh



WIR WÜNSCHEN EINEN SCHWUNGVOLLEN RUTSCH IN EIN GESUNDES UND ERFOLGREICHES JAHR 2019!

Ein für den adh und seine Mitgliedshochschulen sehr bewegtes und ereignisreiches Jahr 2018 geht dem Ende zu. Allen, die zum Gelingen der vielen nationalen und internationalen Veranstaltungen sowie zur Stärkung des Hochschulsports in Deutschland beigetragen haben, danken wir herzlich.

adh-Vollversammlung tagte an der Universität Potsdam

Am 18. und 19. November 2018 fand an der Universität Potsdam die 113. adh-Vollversammlung statt. Delegierte von 89 Hochschulen diskutierten Anträge, wählten den adh-Vorstand sowie die Gremienmitglieder und gaben den Startschuss für ein Bildungs- und Personalentwicklungskonzept des Verbands (s. S. 28). Außerdem sprachen sie sich für die Prüfung einer deutschen Universiade-Bewerbung aus. Zahlreiche Rahmenveranstaltungen rundeten das Programm ab.

Hochschulsport ist unverzichtbar

Burkhard Exner, Bürgermeister der Stadt Potsdam, und Prof. Dr. Robert Seckler, Vizepräsident der Universität Potsdam, begrüßten die Delegierten. Seckler hob die Leistungen des Hochschulsports Potsdam hervor und erläuterte, „dass das studentische Sporttreiben als weicher Standortfaktor nicht hoch genug eingeschätzt werden kann und unverzichtbar für jeden anspruchsvollen Hochschulstandort ist".

Rückblick 2018

Der Vorstandsvorsitzende Jörg Förster (Uni Hamburg) und Juliane Bötel (HafenCity Universität Hamburg) eröffneten die Vollversammlung. Sie blickten auf das Jahr 2018 und einige Höhepunkte – wie die Initiative „Bewegt studieren – Studieren bewegt!", die gemeinsam mit der Techniker Krankenkasse durchgeführt wird, oder die Studierenden-Weltmeisterschaft Beachvolleyball 2018 in München zurück. Einen besonderen Dank richtete Jörg Förster an das



Die Vertreterinnen und Vertret

Bundesministerium des Innern (BMI). „Das BMI war im zurückliegenden Wettkampfjahr ein verlässlicher Partner des studentischen Leistungssports. Wir freuen uns über die Unterstützungszusage für eine Ausrichtung einer Universiade in Deutschland und auf die weitere vertrauensvolle und konstruktive Zusammenarbeit“, so Förster.

Verabschiedungen

Dass der Hochschulsport ein breites Spektrum an inhaltlicher Arbeit leistet, wurde bei den Verabschiedungen der langjährigen und verdienten Hochschulsportleiter Bernd Lange (Uni Kiel), Ralf-Ulrich Mayer (HS für Musik Dresden), Klaus Mehnert (HS Mittweida) und Gerd Blömeke-Rumpf (Uni Kassel), deutlich. Mit großem Applaus und herzlichem Dank für ihr umfassendes Engagement verabschiedeten Juliane Bötel und Dirk Dödtmann (Uni Göttingen) die studentischen Sportreferentinnen und -referenten Michèle Pergande (Uni Halle), Sophie Weigand (Uni Göttingen), Alexander Kilian (Uni Konstanz) und Tobias Manß (Uni Kassel) aus der „adh-Familie“.



er der adh-Mitgliedshochschulen an der Universität Potsdam

Positive Entwicklungen

Im anschließenden Berichtsteil ergänzte zunächst Jörg Förster den Lagebericht des Vorstands aus dem Antragsheft und bat die Mitgliedschaft um Unterstützung für eine mögliche Bewerbung um eine Universiade-Ausrichtung, die „für die Wahrnehmung und Bedeutung des Hochschulsports in Deutschland große Chancen und Potenziale beinhaltet“. Darüber hinaus ging er auf die strategische Weiterentwicklung im Bereich der Dualen Karriere, der Bildungs- und Personalentwicklung sowie der Gesundheitsförderung ein. Die Wettkampfkommission, der Sportbeirat sowie der Beirat Bildung und Entwicklung berichteten anschließend aus der Gremienarbeit der vergangenen zwölf Monate. Deutlich wurde dabei, dass die Reform der Verbandsstruktur greift und die inhaltliche Arbeit der Gremien und Projektgruppen sehr umfangreich ist, aktuelle Fragestellungen aufnimmt und zukunftsgerichtete Konzepte für den Verband und den Hochschulsport entwickelt. Die Studierenden rundeten den Berichtsteil mit der Vorstellung der Diskussionen und Ergebnisse aus dem Seminar „Potenziale und Perspektiven des studentischen Engagements“ ab.

Abstimmung von Anträgen

Die Delegierten diskutierten und stimmten über drei Anträge zum Reuegeld, zur Startberechtigung von Teilnehmenden verschiedener Hochschulen in den Wettbewerben der Sportart Hockey ohne Vorliegen einer Wettkampfgemeinschaft sowie über die Aufnahme von Inhalten der Datenschutzgrundverordnung in die adh-Satzung ab. Der Antrag zum Reuegeld wurde einstimmig angenommen. Dies bedeutet, dass die Höhe des Reuegelds künftig von der Disziplinchefin oder dem -chef in Abstimmung mit der ausrichtenden Hochschule festgelegt wird und einer meldenden Hochschule bei Nichtantreten in Rechnung gestellt werden kann. Darüber hinaus kann der Vorstand auf Antrag der Disziplinchefin oder des -chefs weitere Sanktionen erlassen. Vertagt wurde hingegen der Antrag zur Startberechtigung im Hockey. Hier soll eine grundsätzliche Überarbeitung der Wettkampfordnung bezüglich des Starts von hochschulübergreifenden Teams erfolgen und im Rahmen der nächsten Vollversammlung diskutiert und verabschiedet werden. Den dritten Antrag zur Datenschutzgrundverordnung entschieden die Delegierten wie vorgelegt.

Vorstands- und Gremienwahlen

Nach der Verabschiedung des Haushaltsabschlusses 2017 und des -plans 2019, dem Bericht der Rechnungsprüfenden und der Entlastung des Vorstands waren Neuwahlen für den adh-Vorstand und die adh-Gremien an der Tagesordnung. Den Delegierten wurde die Entscheidung nicht leicht gemacht. Es standen zahlreiche studentische und hauptamtliche Kandidatinnen und Kandidaten zur Wahl, die ihre Ziele engagiert und umfangreich präsentierten. Auch darin zeigte sich, dass der adh gestärkt aus dem Strukturprozess hervorgegangen ist. Wer die Stimmen der Delegierten erhielt, zeigen die Gremienübersichten auf der adh-Website.

Dank an den Hochschulsport Potsdam

Ein besonderer Dank für die hervorragende Ausrichtung der Vollversammlung und der Rahmenveranstaltungen geht an das Hochschulsportteam Potsdam um Dr. Petra Bischoff-Krenzien. Außerdem geht der Dank an adh die adh-Partner und Sponsoren für ihre umfangreiche Unterstützung.

▪ Julia Frasch, adh-Öffentlichkeitsreferentin

Der neue adh-Vorstand und seine Schwerpunkte



Der neugewählte adh-Vorstand mit Dirk Kilian, Maren Schulze, David Storek, Johanna Becker, Jörg Förster, Miriam Lange, Christoph Edeler und Dr. Christoph Fischer (v.l.)

Auf der adh-Vollversammlung wählten die Delegierten den neuen adh-Vorstand. Schwerpunkte der Vorstandsarbeit werden unter anderem die Prüfung einer deutschen Universiade-Bewerbung, die Förderung der Bildungspotenziale des Hochschulsports, die Förderung studentischen Engagements sowie die Entwicklung von Nachhaltigkeitskonzepten für den Hochschulsport sein.

Die Vorstandsmitglieder

Die studentischen und hauptamtlichen Hochschulsportvertreterinnen und -vertreter bestätigten den Geschäftsführer des Hochschulsports Hamburg, Jörg Förster, als adh-Vorstandsvorsitzenden. Ebenso im Amt bestätigt wurden Dirk Kilian (HS Darmstadt) und David Storek (Uni Lüneburg). Nach dem Ausscheiden von Dr. Melanie Haag (Uni Stuttgart) wurde Maren Schulze (FU Berlin) als neues Vorstandsmitglied für Finanzen gewählt. Darüber hinaus erhielten Johanna Becker (Uni Mainz) und Miriam Lange (HS Coburg) die Stimmen der Delegierten. Sie übernehmen die Vorstandspositionen von Juliane Bötel (HafenCity Universität Hamburg) und Nikola Franic (Uni Marburg), die nicht wieder zur Wahl standen.

Politische Unterstützung für Universiade-Ausrichtung

Förster freute sich über das entgegengebrachte Vertrauen und die Bestätigung der bisherigen Arbeit des adh-Vorstands. „Wir haben als Verband in den letzten Jahren und sieben Jahrzehnten viel bewegt. Darauf können wir stolz sein. Nun hat der adh in seinem Jubiläumsjahr eine historische Chance erhalten“, so Förster. Erstmals wurde eine Universiade in einem Regierungsprogramm als eine auszurichtende Großveranstaltung für Deutschland aufgeführt.

Im Rahmen des feierlichen adh-Jubiläumsabends betonten die Gäste aus Politik und Sport, Beate Lohmann, Abteilungsleiterin Sport im Bundesinnenministerium des Innern und Alfons Hörmann, Präsident des Deutschen Olympischen Sportbunds, eine deutsche Universiade-Bewerbung nachdrücklich zu unterstützen.

„Das Bundesministerium des Innern will den Hochschulsport noch sichtbarer machen. Unser Ziel ist es, attraktive Veranstaltungen nach Deutschland zu holen, die internationale Begegnungen fördern und einen wichtigen Beitrag für Verständnis und Toleranz leisten“, so Lohmann. Sie hob hervor, dass der adh im Bereich der Spitzensportförderung und Dualen Karriere mehr als nur eine Schnittstellenfunktion zwischen Sport und Bildung habe. „Der Allgemeine Deutsche Hochschulsportverband wird zu Recht als Mit- und Ausgestalter wahrgenommen. Wir prüfen gerne, wie wir mit dem adh eine Sommer-Universiade in Deutschland ausrichten können.“ Hörmann ergänzte: „Sportdeutschland würde ohne den adh nicht dort stehen, wo es heute ist. Wir stehen in Sachen Universiade an Ihrer Seite und sind mit Ihnen unterwegs.“ Diese Unterstützungszusagen gelte es nun zu nutzen, knüpfte Förster daran an.

Weitere Schwerpunkte der Vorstandsarbeit

Förster hob hervor, dass gleichzeitig die Förderung der Bildungs- und Gesundheitspotenziale des Hochschulsports vorangetrieben werden solle. Dabei spiele eine intensivierte Lobbyarbeit in der Bildungspolitik sowie in der Hochschullandschaft eine bedeutende Rolle. Weitere Schwerpunkte der Vorstandsarbeit sollen in den nächsten beiden Jahren die Förderung studentischen Engagements sowie die Entwicklung von Nachhaltigkeitskonzepten für den Hochschulsport und deren Transfer in die Hochschullandschaft sein.

▪ Julia Frasch, adh-Öffentlichkeitsreferentin

„Der Verband sind wir alle“ – Jörg Förster im Gespräch

Jörg Förster (Uni Hamburg) engagiert sich seit 20 Jahren ehrenamtlich für den adh. Seit 2013 ist er Mitglied des adh-Vorstands, seit 2017 begleitet er den adh als Vorstandsvorsitzender. Im Interview spricht er über den Verband und seine Besonderheiten, Herausforderungen und Ziele.

Jörg, Du bist seit zwei Jahrzehnten mit dem adh eng verbunden. Welche drei Stichworte kennzeichnen für Dich den Verband?
Vielfalt, Engagement, Nachhaltigkeit: Vielfalt, weil der Verband aus der Vielfalt seiner Mitgliedshochschulen, den vielfältigen Organisationsformen vor Ort und den vielen handelnden Personen sein großes Potenzial bezieht. Engagement, weil der Verband in seiner DNA das Prinzip breiter Partizipation trägt, sich durch das Engagement der Angehörigen seiner Mitgliedshochschulen immer wieder neu erfinden und verändern kann. Nachhaltigkeit, weil das, was der Verband tut, in die Zukunft gerichtet ist und eine nachhaltige Wirkung an den Mitgliedshochschulen entfalten kann, zur Verbesserung des Hochschulsports als einem wichtigen Bestandteil von Hochschulleben.

In diesem Jahr feiert der adh sein 70-jähriges Bestehen. Was wünschst Du dem adh?
Wir kennen heute vermutlich 90% der Berufe und der dafür von der nächsten Generation benötigen Qualifikationen noch gar nicht. Außerdem ist die Wirkung der Digitalisierung für die Hochschulen nur ansatzweise erfasst. Genau deswegen glaube ich, dass das Thema, ein bewegtes und bewegendes Leben zu führen in dieser – im Kern bewegungsarmen – Zukunft eine zentrale Rolle spielen wird. Ich wünsche mir daher für den adh, dass er es schafft, den besonderen Wert, den das Sporttreiben neben beziehungsweise während der akademischen Ausbildung hat, noch stärker ins hochschul- und sportpolitische Bewusstsein zu rücken. Das Themenfeld der Vermittlung „Individueller Gesundheitskompetenzen“ ist ein Bereich, der besondere Potenziale zur Weiterentwicklung bietet. Gleichzeitig wünsche ich mir, dass wir gemeinsam über internationale Wettkampfveranstaltungen unter Beweis stellen können, dass großartiger Sport keinen Gigantismus braucht und der Wissenschaftsstandort Deutschland dabei mit intelligenten Konzepten seine Leistungsfähigkeit und Attraktivität darstellen kann.

Wenn wir auf Deine Amtszeit als Vorstandsvorsitzenden zurückblicken gab es zahlreiche Erfolge für den adh, aber auch Entwicklungen, die bisweilen kritisch bewertet werden. Was waren Höhepunkte und welche Tiefschläge gab es aus Deiner Sicht?
Ein großer Erfolg ist ohne Zweifel die Umsetzung der Strukturreform, die dafür gesorgt hat, dass wir unserem Anspruch an partizipative Prozesse unter Beteiligung aller Statusgruppen noch besser gerecht werden können. Das sorgt dafür, dass wir das zuvor angedeutete „Schwarmwissen“ zur Weiterentwicklung des Hochschulsports besser nutzen können. Davon profitieren letztendlich die einzelnen Standorte, weil noch mehr Hochschulsportangehörige durch das „sich Einbringen“ auch Wissen und Know-how für den eigenen Standort mit nach Hause nehmen können. Dennoch bleibt die Akquise von ehrenamtlichen Funktionsträgerinnen und -trägern im und für den Verband eine immer wiederkehrende Zukunftsfrage, für die wir noch bessere Lösungen finden müssen. Als Höhepunkte sind insofern die Positionspapiere zu den Themen „Duale Karriere“ und „Ausrichtung einer Universiade“ zu bezeichnen. Eindeutig emotional weit vorne war für uns alle der Parlamentarische Abend des Hochschulsports in Berlin, der uns mit Menschen aus der adh-Gründergeneration in Kontakt gebracht hat, die mit ihrem Engagement die Grundlage für unsere Arbeit heute gelegt haben. Die Erwähnung der Universiade als



Jörg Förster stellt bei der Vollversammlung seine Ideen und Ziele vor

eine Zielveranstaltung für Deutschland im Koalitionsvertrag und dann die Rede des Parlamentarischen Staatssekretärs beim Bundesministerium des Innern, Stephan Mayer, mit der Aufforderung, diese ganz besondere Veranstaltung in einer sehr überschaubaren Zukunft in Deutschland zu realisieren, war dann zugegebenermaßen das Sahnehäubchen auf der ersten Jahreshälfte.

Als Tiefschläge würde ich es nicht bezeichnen. Aber immer dann, wenn unseren Kreis jemand verlässt, ist das ein Verlust für den Verband. Egal ob es sich um hauptamtliches Personal in der Geschäftsstelle handelt, Kolleginnen und Kollegen an den Standorten oder Studierende, die sich nach Studienende neuen Herausforderungen zuwenden. Im Verband haben in der Vergangenheit viele Menschen ihren Weg in das Berufsfeld Sport gefunden und das wird in der Zukunft auch so sein. Meine Erfahrung aus vielen Gesprächen ist aber: Den adh verlässt man niemals so ganz. Unsere Tür ist immer offen, was man an den vielen Weggefährtinnen und -gefährten sieht, die uns immer wieder besuchen oder Gäste auf unseren Veranstaltungen sind.

Welche Ziele hast Du dir für die neue Amtszeit gesteckt?
Als Vorsitzender verstehe ich meine Rolle vor allem darin, den Weg zu den von der Mitgliedschaft artikulierten Zielen gemeinsam mit den anderen Vorstandsmitgliedern zu konkretisieren. Dazu ist es notwendig, die schon erfolgreiche Arbeit der neuen Gremien weiter zu stärken und auch sichtbar zu machen. Wenn wir im Herbst 2020 in Sachen Durchführung einer Universiade in Deutschland zusätzlich ein breites Committment in der Politik, der Wissenschaft und der Wirtschaft haben und dazu einen Standort, der in der Lage und motiviert ist, sich dieser Herausforderung zu stellen, dann haben wir mehr erreicht, als wir uns alle noch vor einem Jahr vorstellen konnten.

Wie haben sich durch die 2015 verabschiedete Strukturreform die Arbeit und die Aufgaben des Vorstands und damit auch dessen Selbstverständnis verändert?
Der Vorstand kann in stärkerem Maße als bisher auf die Expertise aus der Mitgliedschaft zurückgreifen. Das erleichtert die vielfältige und manchmal komplexe Entscheidungsfindung und damit die Arbeit des Vorstands. Gleichzeitig werden die Themen und Entscheidungen in den verbandlichen Themen auf einer breiteren Basis legitimiert und gegenüber der Mitgliedschaft vertreten. Der Vorstand ist dadurch in der Lage, mehr an den hochschul(-sport)politischen Leitlinien zu arbeiten, was in den zahlreichen Positionspapieren und tiefergehenden Befassung mit grundlegenden Fragestellungen zum Ausdruck kommt.

Gibt es noch Optimierungsbedarf im Hinblick auf die Vorstands- oder Gremienarbeit?
Offensichtlich, und das ist ja als berechtigte Anregung aus der Mitgliedschaft im Rahmen der Vollversammlung erneut formuliert worden, müssen wir die Arbeit der Gremien sichtbarer machen. Das dient einerseits einer verbesserten Transparenz der zu bearbeitenden Themen in den Verband hinein und andererseits auch der „Akquise“ weiterer Mitwirkender für die verschiedenen Arbeits- und Projektgruppen, ohne deren Engagement dieses Element der Partizipation an den verbandlichen Prozessen nicht funktionieren würde.

Studierende sind traditionell in die Entscheidungen auf allen Ebenen des Verbands eingebunden. Welche Weichen müssen gestellt werden, damit der adh weiterhin vom studentischen Engagement profitieren kann?
Der neue Vorstand ist in jeder Hinsicht paritätisch aufgestellt und das zeigt, dass wir vielleicht auch etwas richtig machen in der Art und Weise, wie wir versuchen, Nachwuchs zu gewinnen. Die Notwendigkeit von echten Wahlen bei der Vollversammlung 2018 durch die Zahl der zur Verfügung stehenden Kandidatinnen und Kandidaten ist ein weiterer Beleg dafür. Zusätzlich haben wir eine Projektgruppe ausgeschrieben, die sich genau diesem Thema widmen soll und in der die Impulse aus dem Studierendenseminar bei der Vollversammlung aufgenommen und diskutiert werden sollen.

Welche Themen sind neben der Engagementförderung aus Deiner Sicht in den nächsten Jahren für den adh und den Hochschulsport von besonderer Bedeutung?
Aus meiner Sicht sind das die Themen Studentisches Gesundheitsmanagement in Verbindung mit Kompetenzvermittlung durch den Hochschulsport, eine intensive Auseinandersetzung mit Fragen von Nachhaltigkeit und ressourcenschonendem Umgang bei der Weiterentwicklung von Hochschulsportangeboten und -sportstätten, Leistungssportförderung an den Hochschulen und Duale Karriere-Förderung sowie die Vorbereitung einer Universiade in Deutschland.

Welche Potenziale bringt eine Universiade-Bewerbung bundesweit für den Hochschulsport mit sich? Welche Schritte sind jetzt noch erforderlich, um eine Bewerbung anzustoßen und zum Erfolg zu führen?
Die Universiade als zweitgrößte Multisportveranstaltung nach den Olympischen Spielen hat für den Wissenschafts- und Wirtschaftsstandort Deutschland unserer Ansicht nach ein riesiges Potenzial. Denn die Teilnehmenden sind die sogenannten „upcomig opinion leader“ in ihren Heimatländern. Diese zukünftigen Führungskräfte und Entscheider lernen durch eine Universiade das Gastgeberland kennen, bauen Freundschaften und Beziehungen zu diesem Land auf, die Entscheidungen zum Beispiel im Hinblick auf eine Wissenschafts- oder Berufskarriere nicht unwesentlich beeinflussen können. Wir streben an, eine unabhängige Machbarkeitsstudie zu realisieren, die eben auch die nachhaltigen Effekte dieser





Engagementförderung und die Prüfung einer deutschen Universiade-Bewerbung sind zwei der adh-Kernthemen

Veranstaltung herausarbeiten soll. Angesichts der weltumspannenden Kritik am Gigantismus von Sportgroßveranstaltungen, gerade wieder deutlich geworden am Rückzug Calgarys als Kandidatenstadt für Olympische Winterspiele, wird es aber auch darum gehen, sich dieser Kritik zu stellen, sie ernst zu nehmen und Antworten zu finden.

Welchen Einfluss kann eine Universiade-Bewerbung auf die Weiterentwicklung der Förderung der Dualen Karriere haben?
Eine Universiade-Bewerbung rückt den studentischen Leistungssport neu in den öffentlichen Fokus. Denn das Veranstaltungsformat und die Leistungen der Teilnehmenden werden in Europa nicht in dem Maße wahrgenommen, wie das in Asien oder Nord- und Südamerika der Fall ist. Der Spitzensport ist dort stärker an das Bildungssystem gekoppelt, was auch einen anderen Zugang zum Nebeneinander einer Karriere im Sport und bei der Ausbildung begründet. Mit der Durchführung einer Universiade in Deutschland entsteht die Chance, das Thema „Duale Karriere im Leistungssport und der akademischen Ausbildung“ nicht nur hochschulpolitisch, sondern auch sportpolitisch im Interesse der Athletinnen und Athleten positiv zu bewegen. Die gesamtgesellschaftliche Verantwortung für die bestmögliche Entwicklung dieser Zielgruppe mit besonderen Talenten könnte im Rahmen des begleitenden Wissenschaftskongresses in den Fokus genommen werden, denn auch die FISU ist sich inzwischen der Bedeutung dieses Themas bewusst.

Neben der Förderung von studentischem Spitzensport ist auch die Gesundheitsförderung ein wichtiges Anliegen des adh. Welche Rolle spielt das Thema Gesundheitsförderung im Hochschulalltag?
Durch das Projekt „Bewegt studieren – Studieren bewegt!“, das der adh gemeinsam mit der Techniker Krankenkasse initiiert hat, ist die Gesundheitsförderung zu einem Zukunftsthema für den Hochschulsport geworden. Er kann hier seine besonderen Stärken und Kompetenzen wie keine andere Hochschuleinrichtung einbringen. Der Hochschulsport bekommt damit eine weitere Aufgabe, die ihn auch in einer neuen Weise zum Anbieter von studienbegleitender oder studienergänzender Qualifikation macht. Das Thema Kompetenzvermittlung in der Studieneingangsphase ist ganz eng an studentisches Gesundheitsmanagement gekoppelt. Denn wenn man den Zukunfts- und Arbeitsmarktforschern und den wissenschaftlichen Auseinandersetzungen auf EU-Ebene oder der WHO Glauben schenkt, wird die sogenannte „Individuelle Gesundheitskompetenz“ den Rang einer Schlüsselqualifikation erhalten. Wo kann die besser vermittelt werden als im konkreten Erleben und damit Theorie-Praxis-Transfer im Sport selbst, also auch dem Hochschulsport?

Was wünschst Du Dir für die nächsten zwei Jahre für Deine Vorstandsarbeit?
Eine kritisch konstruktive Begleitung und Unterstützung unserer gemeinsamen Arbeit, denn der Verband sind wir alle, und Entwicklung der Verbandsziele geht nur durch viele einzelne Beiträge aus der Breite des Hochschulsports, womit wir wieder bei dem eingangs erwähnten „Schwarmwissen“ wären.

Vielen Dank für das Gespräch!

▪ Das Interview führte adh-Öffentlichkeitsreferentin Julia Frasch

Ehrungen im Rahmen der adh-Vollversammlung

Der adh hat während seiner Vollversammlung am 18. November 2018 die Hochschulsportlerin und den Hochschulsportler sowie das Team des Jahres 2018 für besondere Leistungen in Studium und Spitzensport ausgezeichnet. Außerdem hat er die Hochschule des Jahres 2018 gekürt und einen Ehrenpreis vergeben.

Hochschulsportlerin des Jahres ist die Leichtathletin Hanna Klein (FernUni Hagen), Hochschulsportler des Jahres ist der Triathlet Lars Pfeifer (TU Berlin). Für ihren Erfolg bei der Studierenden-Weltmeisterschaft Beachvolleyball 2018 in München wurden die beiden Teams Dan John (Uni Tübingen) und Eric Stadie (HU zu Berlin) sowie Bennet und David Poniewaz (beide FH Kiel) geehrt. Die Auszeichnung für die Hochschule des Jahres 2018 ging an den Zentralen Hochschulsport München für bemerkenswertes Engagement



Hanna Klein trainiert hart für ihren Erfolg

im Wettkampfbereich. Mit einem Ehrenpreis zeichnete der adh-Vorstand die Leichtathletin Denise Krebs aus.



Gold und Silber für die Deutsche Studierenden-Nationalmannschaft Beachvolleyball (Herren) 2018

Hochschulsportlerin des Jahres

„Einer der schönsten Momente meiner Karriere“, freute sich die Psychologie-Studentin Hanna Klein über ihren Goldlauf über 5.000 Meter bei der Sommer-Universaide in Taipeh 2017. Im selben Atemzug schwärmt sie von der speziellen Atmosphäre der studentischen Wettbewerbe, die sie als sehr motivierend empfindet: „Bei internationalen Wettkämpfen im Hochschulbereich ist das Gemeinschaftsgefühl für mich viel stärker, als bei anderen internationalen Einsätzen.“ Auch auf nationaler Ebene wusste die Leichtathletin zu überzeugen. Ihren Titel bei der Deutschen Hochschulmeisterschaft 2017 über 1.500 Meter konnte sie dieses Jahr erfolgreich verteidigen.

Hochschulsportler des Jahres

Etwas ganz Besonders ist die Ehrung für Triathlet Lars Pfeifer: „Die Auszeichnung zum Hochschulsportler des Jahres ist eine sehr große Ehre für mich. Ich bin stolz darauf, dass ich aus den anderen international erfolgreichen Hochschulsportlern in diesem Jahr besonders hervorstechen konnte.“ Bei der Studierenden-Weltmeisterschaft (WUC) Triathlon 2018 im schwedischen Kalmar gewann Lars Pfeifer neben der Goldmedaille im Einzelwettbewerb auch die Bronzemedaille im Staffelwettbewerb. „Die Atmosphäre bei der WUC war deutlich offener als bei allen anderen internationalen Rennen“, schwärmte auch er vom Flair studentischer Wettkämpfe. Dass die Duale Karriere große Herausforderungen mit sich bringt und klare Priorisierungen erfordert, weiß der Elektrotechnik-Student aus seinem Alltag. Spitzensport ohne Studium kann er sich dennoch nicht vorstellen: „In meinem Studium sehe ich die Lebensversicherung für mein gesamtes Leben.“

Mehr über Lars Pfeifer erfahren Sie im Interview ab Seite 32.

Team des Jahres

Für ihre herausragenden Leistungen bei der diesjährigen WUC Beachvolleyball 2018 in München wurden Dan John, Eric Stadie sowie Bennet und David Poniewaz als Team des Jahres geehrt. In einem packenden Finale sicherte sich das Duo John/Stadie vor den Poniewaz-Zwillingen die Goldmedaille. Trotz der Niederlage im Finale fiel das Resümee von Bennet Poniewaz positiv aus: „Die Studenten-WM war das Highlight der Saison. Das Turnier war super organisiert und hat unheimlich viel Spaß gemacht. Die Unterstützung des ganzen Umfelds war zu spüren und hat uns viel Kraft gegeben."

Hochschule des Jahres

Der Münchner Hochschulsportleiter Michael Hahn nahm gemeinsam mit dem Vizepräsidenten der Technischen Universität München (TUM), Dr. Hans Pongratz, die Auszeichnung für die Hochschule des Jahres 2018 entgegen. Mit der Ehrung würdigt der adh-Vorstand insbesondere das starke Engagement des Hochschulsports im Wettkampfbereich, welches sich seit Jahren durch Top-Platzierungen im Wettkampfranking widerspiegelt. „Die Vielzahl von in München ausgerichteten Deutschen Hochschulmeisterschaften auf höchstem organisatorischen sowie sportlichen Niveau und eine überdurchschnittliche Beteiligung von Münchner Studierenden an nationalen und internationalen Studierenden-Wettkämpfen stellt die besondere Leistungsfähigkeit des Zentralen Hochschulsports München unter Beweis", begründet der adh-Vorstandvorsitzende Jörg Förster die Entscheidung. Der Höhepunkt des Münchner Wettkampfjahrs 2018 war die sehr erfolgreiche Ausrichtung der Studierenden-Weltmeisterschaft Beachvolleyball. Das Tagesgeschäft des ZHS besteht darin, für die Studierenden, Alumni und Mitarbeitenden der Münchner Hochschulen ein attraktives Sportprogramm zu erstellen. Unter dem Motto „ZHS – The Spirit of Sports" bietet er jährlich 1.400 Kurse in mehr als 100 verschiedenen Sportarten an. „Der Hochschulsport München ist eine wichtige, zentrale Einrichtung in der Münchner Studienlandschaft und ein Ort der Begegnung für viele Studierende, Alumni und Mitarbeitende diverser Hochschulen. Wir sind sehr stolz auf die Auszeichnung und sehen sie als Bestätigung der langjährigen guten Arbeit", so Michael Hahn. Für die Zukunft avisiert Hahn einen weiteren Ausbau des Sport-Angebots. Bis 2022 entsteht am TUM Campus im Olympiapark für 135 Millionen Euro ein moderner Neubau. „Der Neubau wird uns weitere Möglichkeiten geben, auch künftig ein exzellentes Programm anzubieten", freut sich Hahn.



Das Team des Hochschulsports München freut sich mit Prof. Dr. Pongratz über die Auszeichnung



Magischer Universiade-Moment von Denise Krebs 2011

adh-Ehrenpreis

Eine besondere Auszeichnung erhielt die Mittelstreckenläuferin und Absolventin der Hochschule Ansbach, Denise Krebs. Bei der Universiade 2011 belegte sie Rang fünf, doch in der Zwischenzeit wurden alle vor ihr platzierten Läuferinnen des Dopings überführt. Obwohl der Wettkampf schon lange zurück liegt, war die Freude über den adh-Ehrenpreis 2018 riesig: „Ich bin über diesen Preis sehr glücklich, denn dadurch honoriert der adh meine Leistung noch einmal." Ein wichtiger Aspekt, der mit dieser Auszeichnung einhergeht, ist für Denise Krebs „dass Fairness im Sport auch nach so einer langen Zeit einen besonderen Stellenwert hat."

▪ Marcel Rath und Julia Frasch, adh-Öffentlichkeitsreferat

Dynamisches Duo: Die Macher hinter der Uni-Liga



Christoph Köchy, Thomas Müller und Marc Müller (v.l.n.r.)

Erst Göttingen, dann Bochum, nun Braunschweig – wie aus einstigen Rivalen auf dem Platz die Macher der Uni-Liga wurden, verrät Projektleiter Marc Müller.

Lok Lazarett versus Weißes Ballett

Als Christoph Köchy 2005 in Göttingen die erste Uni-Liga an den Start brachte, spielte er selbst natürlich auch mit. Als Spielgestalter im Team von „Lok Lazarett“ ging er auf Titeljagd. Im Jahr 2008 wurde das Projekt mit dem adh als Kooperationspartner auch national ausgerollt – Köchy war bereits der Kopf der Uni-Liga Deutschland, schnürte aber immer noch in der Heimatliga die Schuhe. Im selben Jahr startete Marc Müller mit dem „Weißen Ballett“ seine Uni-Liga-Laufbahn. Man kannte sich flüchtig, doch richtig bekannt machten sich die beiden erst auf dem Platz: Im Finale der Göttinger Uni-Liga 2008 standen sie sich mit ihren Teams gegenüber.

Drei Jahre und ein paar Pokalübergaben später fing die gemeinsame Zeit hinter den Kulissen der Uni-Liga an. Müller – klassisch gestartet als Praktikant – lernte in Göttingen unter den Fittichen von Köchy, der mittlerweile sechs Jahre Uni-Liga und die Gründung einer eigenen Eventagentur in Bochum auf dem Buckel hatte.

Neue Liga-Maßstäbe mit Thomas Müller

Erneut drei Jahre später zog es dann 2014 auch die Uni-Liga-Zentrale in eben jenes Bochum, wo die Liga zu einem nationalen Großprojekt wurde. Köchy als Geschäftsführer, Müller mittlerweile als Projektleiter. Gemeinsam erweiterten sie das Netzwerk, entwickelten das Projekt und setzten 2016 mit der Partnerschaft zwischen Gillette und Thomas Müller und der Uni-Liga Deutschland neue Maßstäbe. Aber auch auf dem Platz wussten sie zu performen: In der Uni-Liga Bochum gingen sie zusammen im Trikot der „POTTers“ auf Torejagd und sicherten sich den Titel.

Heimatglück und Ersti-Jagd

Anfang 2018 gab es den nächsten Schritt und womöglich den letzten Umzug der Uni-Liga -Zentrale. Sie ist wieder in der niedersächsischen Heimat angekommen, ebenso wie Köchy und Müller. Mittlerweile hat die Uni-Liga Deutschland ihren Sitz in der Löwenstadt Braunschweig, von wo nun alle Geschicke geleitet werden. Natürlich weiterhin mit Köchy/Müller als dynamischem Duo. Und nicht nur hinter den Kulissen wird weiter fleißig am Erfolg gearbeitet – auch in diesem Jahr sind die beiden wieder auf dem Platz aktiv und versuchen in der Uni-Liga Braunschweig den 18-jährigen Erstsemester-Studierenden Paroli zu bieten. Genug Uni-Liga Erfahrung haben sie zumindest.

Zur Uni-Liga Deutschland

Die Grundidee ist, Hochschulen in Deutschland bei der Planung, Organisation und Durchführung einer Freizeit-Fußball-Liga für Studierende zu unterstützen und diesbezüglich ein Rahmenkonzept zur Verfügung zu stellen. Der adh ist seit 2008 als Kooperationspartner in das Projekt eingebunden, dadurch werden bestimmte Leitlinien und die generelle Philosophie des adh und seiner Mitgliedshochschulen sowie deren Wünsche, Bedürfnisse und Voraussetzungen berücksichtigt.

Sie haben Interesse? Das Orga-Team der Uni-Liga Deutschland ist gerne für Sie da!
E-Mail: christoph.koechy@uni-liga.de
E-Mail: marc.mueller@uni-liga.de
Tel.: +49 (0) 531 38725170

▪ Carina Christoph,
Projektleiterin Gillette Uni-Liga

playfit-to-go®: Hot-Spots für Outdoor-Fitness

Der playfit-to-go®-Hot-Spot ist ein aktiv betriebener und zum Teil betreuter Outdoor-Fitnessbereich, der aus einer Kombination von unterschiedlich aufeinander abgestimmten Angeboten besteht. Dazu zählen der playfit®-Bewegungsparcours mit Calisthenics-Anlage, ein Start- und Zielpunkt für Lauftreffs in Verbindung mit modernen und professionell konzipierten Laufstrecken sowie ein innovatives mobiles Outdoor-Fitnessstudio.

Mehr Fitness für Körper und Kopf

Immer häufiger fragen Studierende nach Bewegungsparcours und Outdoor-Fitness-Angeboten. Sie sind nicht nur Orte der Bewegung, sondern auch der interaktiven Kommunikation unter freiem Himmel. Das Design, die hohe Qualität und Funktionalität der robusten playfit®-Geräte sorgen für einen hohen Aufforderungscharakter.

Diese Art der apparategestützten Bewegung macht viel Spaß und spricht Studierende und Hochschul-Mitarbeitende mit unterschiedlichen Ambitionen und Fähigkeiten an, denn die Leistungsintensität kann individuell bestimmt und schrittweise gesteigert werden. Bewegungsunerfahrene Menschen können durch gerätegesteuerte Fitnessübungen im Freien etwas für ihre Gesundheit tun. Bewegungs- und Fitnesstreffs lassen sich mit den playfit®-Geräten zu einem Hot-Spot junger Menschen an unterschiedlichen Orten organisieren, um gemeinschaftlich und mit Spaß zu trainieren. Die playfit®-Geräte sind dabei auch für zukünftige Aktivitäten der Sportstudierenden im Berufsleben attraktiv, um beispielsweise als Trainerin oder Trainer „Couch-Potatoes“ zur Aktivität zu motivieren.

playfit®-Rundum-Service

playfit® unterstützt und berät Sie gerne mit folgenden Dienstleistungen:

- Individuelle Planung und Beratung für playfit®-Bewegungsparcours
- Beratung in der Konzeption von playfit-to-go®-Hotspots für Bewegungsareale
- Hilfe bei individuellen Kurskonzepten
- Support bei der Findung von lokalen Kooperationen zwischen Kommune, Hochschule und Vereinen hinsichtlich Investition und Betrieb

Erweiterungen des playfit®-Systems

playfit®/Runnersfun-Bewegungsarena

Die playfit®/Runnersfun-Bewegungsarena ist eine optimale Ergänzung zu den playfit®-Bewegungsparcours. Die Basis sind vermessene und beschilderte Lauf- und Walkingstrecken. Die Geräte stehen entweder an den Startpunkten oder in Abständen – ähnlich den bekannten Trimmpfaden. Die Auswahl des Streckennetzes erfolgt gemeinsam mit den „Kennern“ vor Ort. Playfit bietet GPS-Vermessung in Länge, Profil, Untergründe und Kartographie bis hin zur fertigen Anlage.

playfit® und der GainCube

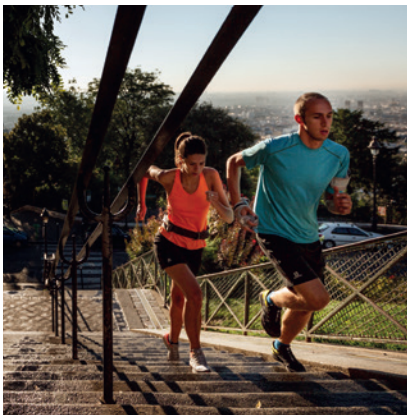
Durch die Verbindung aus stationären, sicheren und hochfunktionellen Geräten von playfit® und dem mobilen, portablen GainCube ist es jetzt möglich, an unterschiedlichen Hochschulsportplätzen Fitnesssport der neuen Generation zu erleben. Diese „Outdoor-Mikrostudios“ sind witterungsbeständig und verfügen über neuestes und innovatives Sportequipment zur Durchführung von präventiven Bewegungsformen bis hin zu Functional-Training-Einheiten – und dies bei einer Trainingsfläche von rund 30 Quadratmetern, auf der bis zu 20 Personen gleichzeitig trainieren können.

Weitere Informationen erhalten Sie unter playfit.de oder Tel. +49 (0)40 375 035 19.

▪ Margit Budde, Playfit GmbH



playfit®-Bewegungsparcours





playfit®/Runnersfun-Bewegungsarena und playfit® Gain-Cube



Ein Studienalltag, der bewegt?

Die World Health Organisation (WHO) empfiehlt, mindestens 2,5 Stunden pro Woche körperlich aktiv zu sein. Die aktuelle Studie „Gesundheit Studierender in Deutschland 2017“ geht der Frage nach, ob sich die Bevölkerungsgruppe der Studierenden ausreichend bewegt. In ihrem Beitrag erläutern die Autorinnen die Hintergründe und Ergebnisse der Studie. Außerdem gehen sie auf Konzepte zur Bewegungsförderung ein, die speziell für Studierende ausgelegt sind und deren Gesundheitsressourcen fördern.

Zu wenig Bewegung in Deutschland

Die Menschen in Deutschland bewegen sich zu wenig. Vor allem in den Industrieländern steigt der Anteil der Inaktiven in den letzten Jahrzehnten stetig an. Dieses zeigt die ganz aktuell publizierte weltweite Studie zur körperlichen Aktivität der WHO auf (Guthold, Stevens, Riley & Bull, 2018).

Die Studie führt zu dem Ergebnis, dass mehr als ein Viertel der Erwachsenen weltweit nicht ausreichend körperlich aktiv sind. Zwischen 2001 und 2016 hat sich diese Zahl kaum verändert. Zwischen den Geschlechtern zeigt sich ein Unterschied: 31,7 Prozent der Frauen waren 2016 nicht ausreichend körperlich aktiv und 23,4 Prozent der Männer.

Im Rahmen der Studie konnte dargestellt werden, dass doppelt so viele Erwachsene aus Ländern mit hohem Einkommen nicht ausreichend körperlich aktiv sind (36,8 Prozent) im Gegensatz zu Erwachsenen aus Ländern mit geringem Einkommen (16,2 Prozent). Außerdem wurde deutlich, dass diese Zahl zwischen 2001 und 2016 in Ländern mit hohem Einkommen gestiegen und in Ländern mit geringem Einkommen gleich geblieben ist.

Deutschland gehört laut Studie zu den Ländern mit dem höchsten Wachstum dieser Zahl. Zwischen 2001 und 2016 ist die Anzahl der Erwachsenen in Deutschland, die sich nicht ausreichend bewegen, um mehr als 15 Prozent gestiegen.

Die Techniker Krankenkasse (TK) zeigte in ihrer Bewegungsstudie (2016) auf, dass 40 Prozent der Berufstätigen ihre berufliche Tätigkeit hauptsächlich im Sitzen ausführen. Weitere 24 Prozent haben eine berufliche Tätigkeit mit mäßiger Bewegung. Aber auch die Freizeit verbringt ein Großteil der Bevölkerung im Sitzen, was nicht zuletzt am wachsenden Medienkonsum liegt (TK, 2016). Doch was ist mit den Studierenden in Deutschland? Leiden sie auch unter Bewegungsmangel?

Studie zum Gesundheitsverhalten von Studierenden

Die TK hat in Kooperation mit dem Deutschen Zentrum für Hochschul- und Wissenschaftsforschung (DZHW) und der Freien Universität Berlin (FU Berlin) eine deutschlandweite Studie zur Gesundheit und zum Gesundheitsverhalten von Studierenden sowie zu Anforderungen und Ressourcen im

Studium durchgeführt (Grützmacher et al., 2018). „Gesundheit Studierender in Deutschland 2017“ liefert aktuelle repräsentative Daten unter anderem zur körperlichen und sportlichen Aktivität von Studierenden.

An der Befragung haben knapp 6.200 Studierende aus ganz Deutschland teilgenommen. Der Befragungszeitraum lag zwischen dem 12. Juni und dem 23. August 2017. Die Studierenden wurden über das HISBUS-Studierendenpanel des DZHW befragt (www.hisbus.de). Dieses Panel umfasst eine Gruppe von 30.000 Studierenden, die methodisch kontrolliert rekrutiert wurden. Nach Durchführung der Befragung wurde eine Gewichtung der Stichprobe nach soziodemografischen und studienspezifischen Merkmalen durchgeführt, damit die Ergebnisse auf die Grundgesamtheit übertragbar und somit aussagekräftig und belastbar sind.

Die Ergebnisse der Studie können unter www.fu-berlin.de/gesund-studieren eingesehen werden. Der folgende Auszug aus den Studienergebnissen informiert zum Themenfeld „Körperliche und sportliche Aktivität“.

Körperliche und sportliche Aktivität bei Studierenden

Bezüglich der Bewegungsformen der Studierenden wurde sowohl nach körperlicher als auch nach sportlicher Aktivität gefragt. „Körperliche Aktivität“ umfasst Tätigkeiten, bei denen Personen ins Schwitzen oder außer Atem geraten. Damit diese Aktivität als „Sportliche Aktivität“ bezeichnet wird, ist erforderlich, dass die Tätigkeit geplant, strukturiert und mit dem Ziel verbunden ist, die körperliche Leistungsfähigkeit zu steigern oder zu erhalten.

Die Studie zeigt auf, dass 26,7 Prozent der Studierenden der WHO-Empfehlung nachkommen, mindestens 2,5 Stunden pro Woche körperlich aktiv zu sein. Folglich sind fast drei Viertel der Studierenden nicht ausreichend körperlich aktiv. Auch bei den Studierenden sind, wie auch in der WHO-Studie, Frauen weniger aktiv als Männer. Während von den männlichen Studierenden 29,1 Prozent der WHO-Empfehlung nachkommen, sind es bei den weiblichen Studierenden nur 24 Prozent.

Bezüglich der sportlichen Aktivität zeigt sich, dass 40,5 Prozent der Studierenden regelmäßig mindestens zwei Stunden pro Woche sportlich aktiv sind. Von den männlichen Studierenden sind es 44,1 Prozent und von den weiblichen Studierenden 37,1 Prozent.

Förderbedarf von Bewegung als Gesundheitsressource

Betrachtet man diese Ergebnisse, wird auch hier die hohe Relevanz der Bewegungsförderung deutlich, da sich auch Deutschlands Studierende zu wenig bewegen. Dabei kann Bewegung sowohl während des Studiums, als auch darüber hinaus, eine wichtige physische und psychische Gesundheitsressource darstellen und somit zum Wohlbefinden und zur eigenen Leistungsfähigkeit beisteuern.

Bewegt studieren – Studieren bewegt

Um diese entscheidende Gesundheitsressource zu fördern und dem Bewegungsmangel der Studierenden entgegen zu wirken, wurde die gemeinsame Initiative „Bewegt studieren – Studieren bewegt!“ vom Allgemeinen Deutschen Hochschulsportverband (adh) und der TK ins Leben gerufen. Bundesweit werden seit 2017 durch diese Initiative 31 Projekte zur Bewegungsförderung von Studierenden durchgeführt. Ziel der Projekte ist es, gemeinsam mit Studierenden, Ideen für einen bewegten Studienalltag zu entwickeln, umzusetzen und die erforderlichen Rahmenbedingungen an der Hochschule zu schaffen.

Betrachtet man die Lehr- und Lernsituationen, so sind diese an vielen Hochschulen noch primär durch hohe Sitzzeiten in den Vorlesungen, Seminaren, Mensapausen und Lernphasen in der Bibliothek geprägt. Diesem wird mit Hilfe von innovativen Konzepten entgegengewirkt. Es werden mehr Bewegungsmöglichkeiten geschaffen und die Studierenden für ein verändertes Bewegungsverhalten und -bewusstsein im Alltag sensibilisiert.

Rückenwind bekommt die Thematik durch das Projekt „Studentisches Gesundheitsmanagement“, welches von der TK, der Landesvereinigung für Gesundheit und Akademie für Sozialmedizin Niedersachsen (LVG & AFS Nds.) und dem bundesweiten Arbeitskreis Gesundheitsfördernde Hochschulen (AGH) durchgeführt wird. Im Rahmen des Projekts wird anhand von Werkstätten, Seminaren und Erfahrungen verschiedener Hochschulen im Sinne von Best-Practice-Beispielen ein Leitfaden zur Umsetzung von Studentischem Gesundheitsmanagement (SGM) erstellt. Dieser soll den Aufbau eines SGM analog zum Betrieblichen Gesundheitsmanagement (BGM) an Hochschulen mit Fokus auf den Spezifika der Zielgruppe der Studierenden unterstützen.

Eine Seminarreihe „SGM – Wie geht denn das?“ wird zur Qualifizierung zu diesem Thema im Rahmen des SGM-Projekts durchgeführt. Der nächste Termin ist am KIT Karlsruhe am 25. und 26. April 2019.

▪ Dr. Brigitte Steinke, Sabine König und Bianca Dahlke (Techniker Krankenkasse), Ines Niemeyer (Freiberufliche Mitarbeiterin der Techniker Krankenkasse)

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



Intensiver Austausch prägte das adh-Forum Bildung

Start für adh-Bildungs- und Personalentwicklungskonzept

Beim adh-Forum Bildung, das am 19. November 2018 im Rahmen der adh-Vollversammlung in Potsdam stattfand, stand die künftige Bildungs- und Personalentwicklungsarbeit des Verbands im Fokus. Das Forum Bildung – ausgestaltet durch den Beirat Bildung und Entwicklung und das adh-Bildungsreferat – bot Gelegenheit zum Austausch und zur Partizipation der adh-Mitgliedshochschulen.

Personalentwicklung – Warum?

Die Auseinandersetzung des Verbands mit dem Thema „Bildung und Personalentwicklung“ besitzt eine lange Tradition. Gesellschaftliche und hochschulpolitische Rahmenbedingungen prägten und prägen diese seit jeher in hohem Maße.

Prof. Dr. Marcel Crisand (SRH Heidelberg) verdeutlichte in einem Impulsvortrag zunächst, welche Rolle die Frage nach dem „Warum“ innerhalb moderner Personalentwicklung spielt.

Diese zentrale Frage sollte ein Konzept im Kern beantworten, um Sinnhaftigkeit, strategische Orientierung und kompetente Umsetzung sicherzustellen. Hierbei von Bedeutung ist aus seiner Sicht das adh-Leitbild. Dieses soll neben der übergeordneten Haltung, Profil nach innen und außen zeigen und somit die Eckpfeiler für die Konzeption setzen. Als herausfordernd schätzt Crisand die komplexen Ausgangsbedingungen im adh ein: Neben der Heterogenität der adh-Mitgliedschaft nannte er hierzu die politische Verbandsarbeit sowie die digitale Transformation.

Der gemeinsame Weg zum Konzept

Im Anschluss erläuterte Tim Fischer (Uni Hannover) die bisherigen Überlegungen und Ziele des Beirats Bildung und Entwicklung für die Konzeption. Er verwies darauf, dass die Ergebnisse und Leitziele des adh-Strukturprozesses in die Entwicklung des Konzepts einfließen sollen. Darüber hinaus machte er deutlich, dass das künftige Bildungs- und Personalentwicklungskonzept als ein „lebendiges“ und im Sinne eines „lernenden“ Konzepts zu verstehen sei, das für Veränderungen offen zu halten ist. Die Teilnehmenden des Forums bekamen die Möglichkeit, in einer Workshop-Phase zu zentralen Themen in den Austausch zu treten sowie Erwartungen und Wünsche zu äußern. Nach einer Darstellung des Status Quo stellten Moderationstandems zentrale Leitfragen zur Diskussion und nahmen anhand der Rückmeldungen konkrete Impulse für die weitere Gestaltung der Konzeption auf. Das Forum Bildung schloss mit einer Zielgruppenpriorisierung ab, bei der es deren Bedeutung für die künftige Qualifizierungsarbeit des adh zu bewerten galt. Das Ergebnis zeigt, dass die Sportreferentinnen und -referenten sowie die studentischen Mitarbeitenden, die Hauptamtlichen und die Übungsleitenden im lokalen Hochschulsport als die drei wichtigsten Zielgruppen zu berücksichtigen sind.

„Das oberste Ziel ist es, eine mehrwertstiftende Konzeption für die adh-Mitgliedschaft zu gestalten. Der Auftakt ist gelungen. Der nächste Schritt erwartet uns bei der adh-Perspektivtagung am 16. und 17. Mai 2019 in Essen. Auch hier möchten wir zur Partizipation ermuntern und einladen. Ziel ist es, das Konzept bei der Vollversammlung 2019 in Hamburg zu verabschieden", so adh-Vorstandsmitglied Dirk Kilian .

▪ Benjamin Schenk,
adh-Jugend- und Bildungsreferent

Tandem-Mentoring 7.0: Was und wer steckt dahinter?

Am 20. und 21. Oktober 2018 fiel der offizielle Startschuss zum siebten Durchgang des adh-Projekts Tandem-Mentoring in Hannover. Die Ziele der acht Tandems sind formuliert, jetzt beginnt die gemeinsame Fahrt.

Individuelle und strukturelle Entwicklung

Die individuelle Arbeit zwischen Mentee und Mentorin beziehungsweise Mentor bildet den Kern des Mentoring-Projekts. Diese gestaltet sich je nach Ausgangssituation, Erfahrungen und Zielen in den Tandems sehr unterschiedlich. Alle Tandems haben darüber hinaus die persönliche Weiterentwicklung der Mentees im Blick. So soll ihr Potenzial zur Übernahme von Führungsaufgaben im organisierten Sport, sowohl im ehrenamtlichen als auch hauptamtlichen Bereich, gefördert werden. Langfristig hat sich der adh mit diesem Projekt die Erhöhung des Frauenanteils in Führungspositionen der Hochschulsporteinrichtungen sowie in adh-Gremien zum Ziel gesetzt. Außerdem möchte der Verband eine paritätische Verteilung beider Geschlechter auf allen Ebenen erreichen. Der Fokus des adh-Projekts liegt klar auf dem Hochschulsport, allerdings werden immer wieder Kontakte und Vernetzungsmöglichkeiten in andere Sportorganisationen gesucht. Damit erhofft sich der Verband, positiv auf die Gesamtentwicklung des Frauenanteils innerhalb des organisierten Sports Einfluss zu nehmen.

Begleitendes Rahmenprogramm

Die Arbeit im Tandem wird durch ein festes, begleitendes Seminar- und Workshop-Programm ergänzt. Dieses greift Themen auf, die für Führungskräfte im Sport relevant sind und der Prozessreflexion sowie dem gegenseitigen Austausch dienen. Während des gesamten Projektzeitraums werden die Tandems durch ein ehrenamtliches Projektteam betreut, das die Rahmenveranstaltungen koordiniert und den Tandems beratend zur Seite steht. Zu Beginn und zum Abschluss des Tandem-Projekts werden die Tandems von einem Coach betreut. Dieser hilft den Mentees, ihre Ziele konkret zu formulieren und über den Projektverlauf fokussiert zu bleiben. Auch die Mentorinnen beziehungsweise die Mentoren profitieren von den Coachinggesprächen. Mentorinnen und Mentoren brauchen keine spezielle Ausbildung, um ihre Rolle im Tandem auszufüllen. Sie beraten ihre Mentee durch ihre eigene Lebens- und Führungserfahrung. Ein Coach kann hier helfen, Erwartungen beider Seiten unter einen Hut zu bekommen und gemeinsame Projekte und Ziele zu definieren.



Katrin Bührmann und Monika Teuber planen ihre Tandem-Fahrt

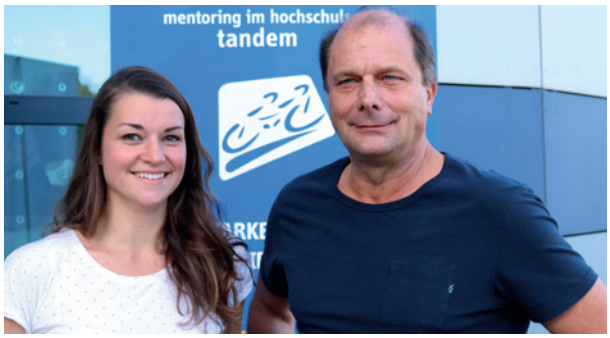
Erfolgreicher Start

Bei der Tandem-Auftaktveranstaltung lernten sich Mentees, Mentorinnen und Mentoren kennen und hatten die Möglichkeit, sich zu vernetzen. Außerdem diskutierten die Tandems verschiedene Karrierewege im Sport. Mit welchen Zielen, Erwartungen und Vorstellungen die Tandems in das Projekt starten, verraten sie in ihren Steckbriefen.

mentoring im hochschulsport
tandem

▪ Anna-Lena Fahl und Sylvie Krüger, Tandem-Projektteam

Die Tandems 2018/19 im Portrait



Johanna Becker | Thomas Woll

Mentee: Sportwissenschafts-Studentin, Uni Mainz
Mentor: Hochschulsportleiter, TU Kaiserslautern
Statement von Johanna Becker: Dadurch, dass ich einem so erfahrenen Menschen wie Thomas Woll über die Schulter schauen darf, erhalte ich Einblicke in die Hochschulsport-Welt, die sonst nicht möglich wären. Ich freue mich auf die gemeinsame Tandem-Zeit im kommenden Jahr und bin sicher, viel lernen zu können.



Miriam Lange | Jörg Verhoeven

Mentee: Studentin Integrative Gesundheitsförderung, HS Coburg
Mentor: Hochschulsportleiter, Uni Münster
Gemeinsames Statement: Wir möchten uns wechselseitig Einsichten in die jeweiligen beruflichen Aktivitäten verschaffen. Ziele dabei sind für Jörg, „studentische" Positionen optimal nachvollziehen zu können und für Miriam, intensive Einblicke in die Führung und Struktur einer großen Hochschulsporteinrichtung zu bekommen.



Valerie Lorbeer | Dr. Marc Samson-Baudisch

Mentee: Hochschulsport-Mitarbeiterin, DHBW Stuttgart
Mentor: Hochschulsportleiter, Uni Bielefeld
Gemeinsames Statement: Für unsere Tandemfahrt möchten wir besonders das Thema Bildung im und durch den Hochschulsport an der DHBW Stuttgart erarbeiten und die Weiterentwicklung des Hochschulsports vorantreiben. Zudem stehen die Stärkung der Persönlichkeit und die berufliche Genese im Fokus.



Beatrice Ludwig | Christian Mundhenk

Mentee: Projektmitarbeiterin, Uni Hannover
Mentor: Hochschulsportleiter, FU Berlin
Gemeinsames Statement: Als Projektziele setzen wir uns die Ausgestaltung und Umsetzung eines Bildungskonzepts für Übungsleitende im Hochschulsport Hannover sowie den Aufbau eines Netzwerks und das Kennenlernen verschiedener Hochschulsporteinrichtungen durch Hospitationen, Interviews und Shadowing.





Felicitas Merker | Sarah Seidl

Mentee: Stadtsportbund Köln, Referentin für Inklusion
Mentorin: Spitzensportbeauftragte, Uni Mannheim
Statement von Felicitas Merker: Zwischen Sarah Seidl und mir hat gleich die Chemie gestimmt, weil wir beide Leistungssporterfahrungen haben. Im Rahmen unserer Tandemfahrt werden wir uns mit den Themenfeldern Duale Karriere, berufliche Orientierung und Netzwerk-Erweiterung beschäftigen.



Isabel Sturm | Maik Vahldieck

Mentee: Sport- und Lebensstil-Studentin, Uni Oldenburg
Mentor: Leiter des Segelsportzentrums, Uni Kiel
Gemeinsames Statement: Wir konzentrieren uns auf Isabels Berufseinstieg. Dazu optimieren wir die Bewerbungsunterlagen und bringen möglichst viele Bewerbungen auf den Weg. Ein weiterer Schwerpunkt ist der Aufbau eines Netzwerks sowie die Schärfung des persönlichen Profils durch Praktika und Hospitationen.



Monika Teuber | Katrin Bührmann

Mentee: Promotionsstudentin, Uni Tübingen
Mentorin: Hochschulsportleiterin, Uni Wuppertal
Gemeinsames Statement: Wir haben die Themenschwerpunkte der studentischen Gesundheitsförderung, der Eventplanung und des Promovierens ins Auge gefasst. Durch einen regen Austausch über aktuelle Projekte an unseren Standorten möchten wir weitere Tätigkeitsfelder für das spätere Berufsleben identifizieren.

n.n. | Dr. Nanette Erkelenz

Mentee: Sportwissenschafts-Studentin, Uni Jena
Mentorin: Hochschulsportleiterin, Uni Ulm
Gemeinsames Statement: Das Projekt bietet uns die Möglichkeit eines wechselseitigen und zukunftsorientierten Austauschs. Regelmäßige persönliche Treffen, Telefonate und E-Mails überbrücken die große Distanz zwischen Ulm und Jena. Ziel unseres einjährigen Projekts ist die berufliche und persönliche Weiterentwicklung.



Triathlet Lars Pfeifer: Studium als Lebensversicherung

Bei der Studierenden-Weltmeisterschaft (WUC) Triathlon 2018 gewann Lars Pfeifer neben der Goldmedaille im Einzel- auch die Bronzemedaille im Staffelwettbewerb. Für seine Leistungen in Studium und Spitzensport zeichnete ihn der adh-Vorstand als Hochschulsportler des Jahres 2018 aus. Im Interview spricht er über seine Erfolge, die Duale Karriere und seine Ziele.

Hochschulsportler des Jahres 2018 – Was bedeutet die Auszeichnung für Dich?
Die Auszeichnung ist eine sehr große Ehre für mich. Ich bin stolz darauf, dass ich aus den anderen international erfolgreichen Hochschulsportlern in diesem Jahr besonders hervorstechen konnte.

Wie bist Du zum Triathlon gekommen?
Während meines Bachelor-Studiums in Ilmenau habe ich in der Schwimmgruppe den Teamkapitän der zweiten Bundesligamannschaft Weimar kennengelernt. Da ich parallel auch schon recht erfolgreich im Laufschritt unterwegs war, entschied ich mich 2014, die Sportart Triathlon auszuprobieren.

Was fasziniert Dich an dieser Sportart?
Ich mag vor allem die Abwechslung. Im täglichen Training und im Wettkampf ist das Tempo, kombiniert mit dem ständigen Einstellen auf neue Situationen, faszinierend. Zudem muss man immer hochkonzentriert sein, schon eine verlorene Sekunde beim Wechsel kann jede Chance auf den Sieg kosten.

Bei der Studierenden-Weltmeisterschaft (WUC) Triathlon 2018 hast Du neben der Bronzemedaille im Staffelwettbewerb auch den Weltmeistertitel im Einzel geholt. Was für ein Gefühl war das?
Das war wahnsinnig toll. Vor allem, weil es im Triathlon manchmal ordentlich drunter und drüber geht. Beim Schwimmen dachte ich kurz, dass eine vordere Platzierung nicht mehr möglich ist. Den Gedanken habe ich jedoch schnell verworfen, mich fokussiert und kontinuierlich nach vorne gearbeitet. Meine Belohnung war der Moment, in dem ich – in Führung liegend – auf das Zielbanner zulaufe. Einfach toll.

In der Staffel hatte ich mir nach der guten Vorarbeit von Michelle Braun, Jan Stratmann und Lina Völker vorgenommen, eine Medaille zu sichern. Es war zwar leider nur die Bronzemedaille, trotzdem war es ein sehr befriedigendes Gefühl, das restliche Team hinter der Ziellinie jubeln zu sehen und den Erfolg gemeinsam feiern zu können!

Wie hast Du die WUC und das deutsche Team erlebt und wahrgenommen?
Die WUC hatte schon eine ganz andere, offenere Atmosphäre als alle anderen internationalen Rennen. Alle Aktiven waren im gleichen Hotel untergebracht, wir sind uns oft über den Weg gelaufen und dadurch ins Gespräch gekommen. Schön war zudem, dass wir nicht nur über sportliche, sondern auch über akademische Themen sprechen konnten. Da ich die anderen deutschen Aktiven schon länger kenne, war am Team selbst nichts neu für mich. Hingegen sind die Betreuer Bernd Lange und Christoph Edeler neue Gesichter für mich gewesen, die gemeinsam mit Roland Knoll einen super Job gemacht haben – vielen Dank dafür nochmal!

Die WUC war Dein erster internationaler studentischer Wettbewerb. Welchen Stellenwert haben studentische Wettkämpfe für Dich?
Ich finde es toll, so den Alltag aus Sport und Studium zu vereinen und sich mit anderen Sportlerinnen und Sportlern darüber austauschen zu können. Daher hat gerade eine WUC einen sehr hohen Stellenwert für mich. Ansonsten sind studentische Wettkämpfe ein schönes Umfeld, um sich sportlich zu messen und auch viel Spaß mit seinen Kontrahenten abseits des Wettkampfs zu haben. Hier denke ich vor allem gerne an die Thüringische Hochschulmeisterschaft und die Deutsche Hochschulmeisterschaft Schwimmen zurück, an denen ich zwischen 2012 und 2014 teilgenommen habe.

Neben der WUC hattest Du eine vollgepackte Saison. Was war für Dich der schönste Moment des vergangenen Jahres?
Der schönste Moment war der Zieleinlauf auf Platz fünf beim Europacup eine Woche nach der WUC. Hier konnte ich auf drei sehr erfolgreiche Wochenenden zurückblicken. Eine Woche vor der WUC wurde ich Zweiter bei einem Europacup.

Was sind Deine Ziele für die Saison 2019?
Ich möchte mich wie in den vergangenen Jahren weiterentwickeln und habe mir als besonderes Ziel gesetzt, in der Weltmeisterschaftsserie zu starten.

Welchen Stellenwert hat Dein Studium?
In meinem Studium sehe ich die Lebensversicherung für mein gesamtes restliches Leben. Trotzdem steht es aktuell etwas hinter dem Stellenwert des Sports, da ich den Sport nur jetzt auf diesem sehr hohen Niveau ausüben kann.

Du hast mittlerweile viel Erfahrung mit der Verbindung von Studium und Spitzensport gesammelt. Was würdest Du Leistungssportlerinnen und -sportlern, die jetzt anfangen zu studieren, mit auf den Weg geben?
Man muss sich zuallererst ein klares Ziel und Prioritäten setzen. Nach meiner Erfahrung ist es im Studienalltag wichtig, gegenüber den Dozentinnen und Dozenten sowie den Kommilitoninnen und Kommilitonen klar zu kommunizieren, was man neben dem Studium macht. Nur so können sie verstehen, warum man öfter fehlt oder hinterherhängt. Wenn das geklappt hat, habe ich im Studienumfeld überwiegend gute Erfahrungen sammeln können. Schlussendlich muss man in der Lage sein, gemeinsam mit seinem sportlichen Umfeld, gewisse Kompromisse einzugehen, da das universitäre Umfeld trotz allem manchmal recht starr ist.

Wie nimmst Du das Projekt „Partnerhochschule des Spitzensports“ wahr?
Seit meinem Umzug nach Potsdam 2016 und meinem Studium an der TU Berlin, habe ich festgestellt, welche Möglichkeiten sich durch das Studium an einer Partnerhochschule des Spitzensports ergeben. Dennoch ist es manchmal schwierig, bei den Professorinnen und Professoren auf Verständnis zu stoßen und Nachsicht zu erlangen. Schlussendlich bestimmen sie die Lehre und die Abläufe in ihren Fachgebieten.

Spitzensport ist nicht immer Rampenlicht und Großveranstaltung – wie schaffst Du es, Dich Tag für Tag zum Training zu motivieren?
Gerade im Winter, in der Dunkelheit und der Kälte, ist es manchmal sehr schwer. Aber am Ende des Tages mache ich diesen Sport für mich und er ist eine Passion. Wenn diese Worte nicht ausreichen, rufe ich mir erfolgreiche Erinnerungen aus der vergangenen Saison und meine Ziele für die kommende Saison ins Gedächtnis. Dadurch finde ich zu frischer Motivation.

Wie sieht eine normale Trainingswoche bei Dir aus?
Eine Trainingswoche in der Vorbereitungsphase sieht in etwa so aus, dass wir montags und freitags einen Entlastungstag mit Kraft- und Schwimmtraining haben. An den anderen Tagen stehen dann meist alle drei Disziplinen in verschiedenen Intensitäten an. So komme ich im Schnitt auf 25 bis 35 Trainingsstunden in dieser Phase.

Was sind die größten Herausforderungen, die Du täglich meistern musst?
Die größte Herausforderung ist die knappe Zeit. Training, Regeneration, Kochen, Haushalt und Uni müssen unter einen Hut gebracht werden. Und ganz ehrlich, das Lernen bekommt meistens am wenigsten Zeit ab.

Wenn Du drei Wünsche für die Zukunft hättest, was wären diese?
Mehr Zeit wäre nicht verkehrt, aber selbst die wäre schnell ausgefüllt. Ich wünsche mir, dass ich den Winter über gesund bin, in der Uni gut mitkomme und sämtliche Module schaffe. Sportlich wünsche ich mir, dass mein Ziel für kommende Saison in Erfüllung geht.

Vielen Dank für das Gespräch!

- Das Interview führten die adh-Öffentlichkeitsreferentinnen Julia Frasch und Malin Hoster

Winter-Universiade 2019: Wettkampfhöhepunkt im März

Die 29. Winter-Universiade wird vom 2. bis 12. März 2019 in Krasnojarsk (Russland) ausgerichtet. Das Organisationskomitee der ostsibirischen Millionenmetropole sowie der Internationale Hochschulsportverband FISU sind sehr gut vorbereitet und freuen sich auf über 3.000 studentische Sportlerinnen und Sportler aus rund 50 Nationen. Auch die Verantwortlichen der adh-Geschäftsstelle haben alle vorbereitenden Schritte eingeleitet und warten nun gespannt auf die Qualifikationswettbewerbe, bei denen voraussichtlich rund 30 Aktive aus fünf Sportarten die Qualifikation für die Weltspiele der Studierenden erzielen werden.

Sport- Kultur- und Studierenden-Stadt Krasnojarsk

Krasnojarsk ist die Hauptstadt der gleichnamigen Region, welche die zweitgrößte Region der Russischen Föderation darstellt.

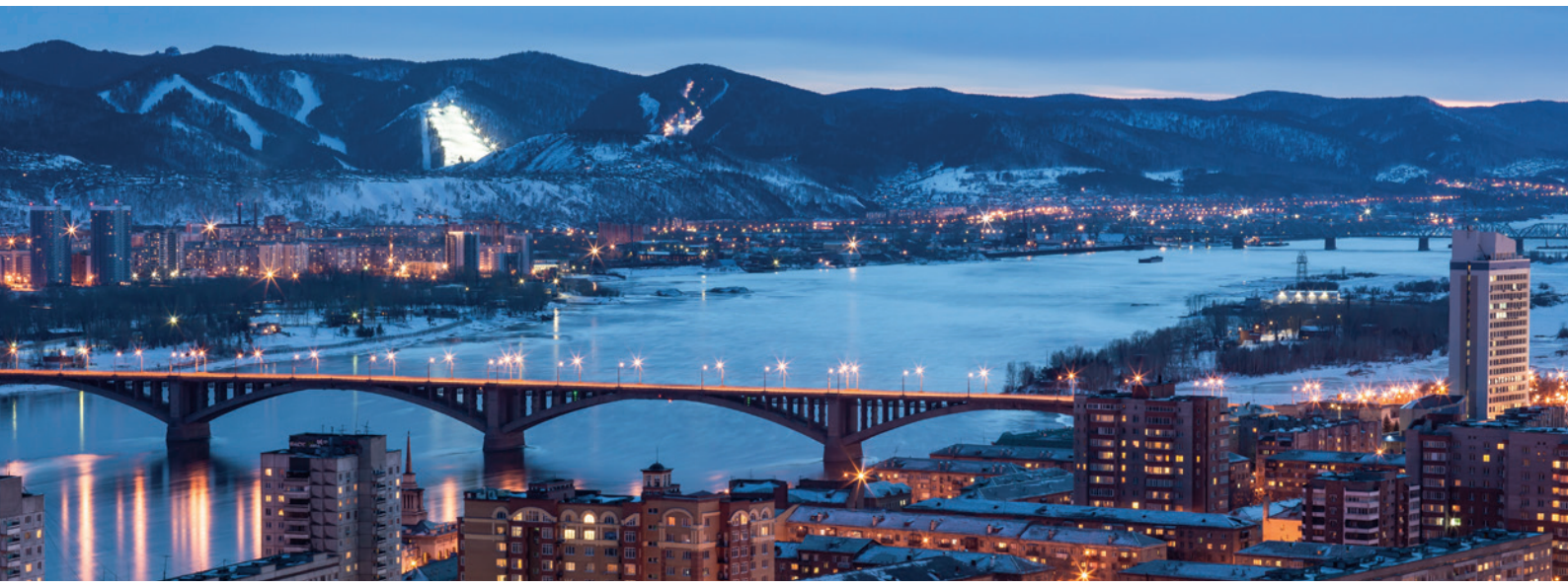
KRASNOYARSK 2019
29TH WINTER UNIVERSIADE

Die Stadt hat knapp über eine Million Einwohner und ist sowohl das wirtschaftliche Zentrum als auch Wissenschafts- und Kulturhauptstadt Ostsibiriens. Das äußere Erscheinungsbild der Stadt wird geprägt vom Jenissei-Fluss und seinen Inseln. Dort spielt sich das Leben der Millionenmetropole ab. Viele Freizeiteinrichtungen und vor allem öffentliche Sportanlagen garantieren hohe Lebensqualität und Bewegungsangebote.

Dem Ruf als Studierenden-Stadt wird Krasnojarsk in jeder Hinsicht gerecht. Insgesamt studieren dort rund 100.000 Studentinnen und Studenten aus 39 unterschiedlichen Nationen an neun Hochschulen. Die größte und bedeutendste Universität in Krasnojarsk, die Sibirian Federal University, ist durchaus vergleichbar mit der Lomonosov Universität Moskau.

Darüber hinaus ist Krasnojarsk auch eine Sport-Stadt. In der Region Krasnojarsk arbeiten rund 2.000 Trainerinnen und Trainer, um über 60.000 Sportschülerinnen und -schüler zu trainieren. Weiterhin sind sieben Profiteams unterschiedlicher Sportarten in der Region angesiedelt.

Die Einwohnerinnen und Einwohner Krasnojarsks sehen in der Winter-Universiade eine große Chance für die Stadt, sich einem jungen internationalen Publikum zu präsentieren. Die Innenstadt rund um die



„Real Winter“ in Krasnojarsk bei bis zu Minus 40 Grad Celsius





Gut geschulte Volunteers, modernste Wettkampfstätten und das Universiade-Dorf stehen für die Winter-Universiade bereit

Hauptverkehrs- und Einkaufsstraße „Mira“ glich in den vergangenen Monaten einer einzigen Baustelle. Viele Bauwerke und öffentliche Plätze wurden renoviert und bilden eine sehr schöne Kulisse, auf die sich alle Teilnehmenden sowie Zuschauer der Winter-Universiade 2019 freuen dürfen.

Kurze Wege und modernste Wettkampfstätten

Neben zahlreichen Universitätseinrichtungen, die in historischen Gebäuden der Innenstadt beheimatet sind, verfügt die Sibirian Federal University über einen hoch modernen Campus am Stadtrand. Dort ist auch das Universiade-Dorf, welches in fünf Hochhausblocks eine Kapazität von über 3.400 Betten bereithält, integriert. Die Aktiven und Offiziellen werden in kleinen Wohneinheiten mit je zwei Schlafzimmern für drei Personen untergebracht sein. In unmittelbarer Nähe zu den Unterkünften befinden sich zahlreiche Serviceeinrichtungen wie eine Info- und Servicestelle, eine Polyklinik, eine Bank, ein Fitness-Zentrum sowie eine Mensa.

Die Wettkampfstätten der Sportarten Biathlon, Freestyle Skiing und Langlauf befinden sich in direkter Nähe zum Universiade-Dorf und können mit den Shuttlebussen des Organisationskomitees in wenigen Minuten erreicht werden. Weltweit einzigartig ist die unmittelbare Nähe aller Wettkampfstätten in einem Umkreis von weniger als 30 Minuten Fahrzeit vom Dorf. Sehr beeindruckend ist die neu erbaute Platinum Arena, in der die Eröffnungsfeier am 2. März 2019 sowie die Abschlussfeier am 12. März 2019 stattfinden. Darüber hinaus werden dort die Eiskunstlaufwettbewerbe ausgetragen. Die Arena fasst über 7.500 Sitzplätze und wurde seit ihrer Eröffnung durch Russlands Präsident Putin im Mai 2018 bereits bei mehreren nationalen Eissportwettbewerben getestet.

Aus deutscher Sicht sind vor allem die neu erbauten Freiluft-Wettkampfstätten der Sportarten Skilanglauf und Ski Alpin sowie Freestyle Skiing und Snowboard interessant. Das komplett neu erbaute Raduga Cluster, das sich nur acht Kilometer vom Universiade-Dorf entfernt befindet, wird Schauplatz der Skilanglaufwettbewerbe sein. Die deutschen Freestyle-Skier werden ihre Wettkämpfe zusammen mit den Snowboarderinnen und Snowboardern im Sopka Cluster austragen. Diese ebenfalls neu erbaute und weltweit einzigartige Wettkampfstätte beheimatet alle Free-Ski und Snowboardwettbewerbe an einem Berg und liegt nur wenige hundert Meter vom Universiade-Dorf entfernt. Alle Serviceeinrichtungen sind sehr großzügig dimensioniert und darauf ausgelegt, künftig große internationale Wettbewerbe wie Welt-Cups und Weltmeisterschaften durchzuführen. Das Skigebiet „Funpark Bobrovy Log“ liegt direkt am Rande der Stadt in unmittelbarer Nähe zur Platinum Arena und dem Jenissei-Fluss. Das kompakte Ressort, in dem die alpinen Skiwettbewerbe stattfinden, weiß aber nicht nur durch seine Lage zu überzeugen, sondern auch durch sehr gute Technik- und Serviceeinrichtungen. Insgesamt dürfen sich alle deutschen Sportlerinnen und Sportler, deren Trainerinnen und Trainer sowie die Serviceleute auf weltweit einzigartige Sportanlagen und kurze Wege freuen.



Bei den bisherigen Testevents überzeugte die neu erbaute Raduga Cluster

Eine große Herausforderung für die deutsche Delegation stellen sicherlich die klimatischen Bedingungen in Ostsibirien dar. Die Durchschnittstemperatur im März beträgt –5,7 Grad Celsius. In den Wintermonaten werden zum Teil aber auch Temperaturen von unter -40 Grad erreicht.

Die Deutsche Studierenden-Nationalmannschaft

Die Deutsche Studierenden-Nationalmannschaft wird voraussichtlich in fünf von elf Sportarten an den Start gehen. Aktuell plant der adh, mit rund 30 Aktiven und 15 Offiziellen in den Sportarten Skilanglauf, Eiskunstlauf, Freestyle Skiing, Ski Alpin und Snowboard an den Jenissei-Fluss zu reisen. Eine genaue und verbindliche Einschätzung kann erst ab Mitte Januar 2019 gegeben werden. Dann werden die meisten Qualifikationswettbewerbe abgeschlossen sein, so dass der adh-Vorstand in der zweiten Januarhälfte das deutsche Team für die Winter-Universiade in Krasnojarsk nominieren kann.

Skilanglauf

Sehr gut sind die Prognosen für das deutsche Skilanglaufteam. Schon vor zwei Jahren in Almaty (Kasachstan) ist die deutsche Mannschaft mit einem sechsköpfigen Herren-Langlaufteam am Start gewesen. Für die Winter-Universiade 2019 stellen sich gleich acht männliche und vier weibliche Aktive den Qualifikationskriterien. Darunter auch Christian Friedrich von der TU München, der in Almaty mit einem zehnten Platz über die 30 km überzeugen konnte. Weiter ist es das Ziel des adh, in diesem Winter auch eine Frauenstaffel im Skilanglauf ins Rennen zu schicken.

Eistanz

Mit großen Erwartungen treten auch Katharina Müller und Tim Dieck die Reise nach Krasnojarsk an. Die beiden Eistänzer der Ruhr-Universität Bochum zählen zu den besten deutschen Eistanz-Paaren und freuen sich auf ihren zweiten Universiade-Auftritt. Vor zwei Jahren belegten sie noch den undankbaren vierten Platz bei der Winter-Universiade in Almaty. Das soll sich 2019 ändern. Dafür trainieren Katharina Müller und Tim Dieck unter anderem in Moskau und bereiten sich in dieser Saison schwerpunktmäßig auf die Universiade vor.

Freestyle Skiing

Im Freestyle Skiing sind Einsätze deutscher Starterinnen und Starter in den Disziplinen Moguls, Aerials, Slopestyle und Ski Cross geplant. Svenja Redeker von der Hochschule Ansbach hat bereits einen achten (Moguls) und sechsten (Dual Moguls) Platz von der Universiade 2017 im Gepäck. Sie wird in der Buckelpiste von Krasnojarsk sicherlich alles riskieren, um ganz vorne mit dabei zu sein.

Infos und Ergebnisse

- **adh.de**
- **facebook.com/hochschulsportveband**
- **instagram.com/adh.de**

▪ Thorsten Hütsch, adh-Sportdirektor

Studentisches Engagement im Hochschulsport: Wie läuft's in Halle?

Michèle Pergande studiert im fünften Fachsemester an der Uni Halle Parlamentsfragen und Zivilgesellschaft (Politikwissenschaft) im Masterstudium. Seit 2016 engagiert sich die 24-jährige fußballbegeisterte Yoga-Sportlerin ehrenamtlich als Sportreferentin. Im Interview spricht sie über ihr Ehrenamt, ihre Ziele und Wünsche an den adh.

Wie bist Du mit dem Hochschulsport in Berührung gekommen?
Bereits während meines Bachelorstudiums in Rostock habe ich die Aktivitäten des Hochschulsports wahrgenommen und natürlich auch bei meiner Einschreibung in Halle direkt einen Blick auf die Hochschulsport-Webseite geworfen.

Wie kam es, dass Du im Sportreferat angefangen hast? Was hat Dich dafür qualifiziert?
Ich wurde im Oktober 2016, an meinem ersten Tag als Studentin der Universität Halle, zur Referentin gewählt. Da ich mich bereits an meiner alten Uni als Referentin für Kultur engagiert hatte, brachte ich genug Wissen mit, um die Tätigkeit als Sportreferentin auszuüben. Als ehemalige Kulturreferentin war ich außerdem mit dem Studierendenwerk vertraut, sodass ich dessen Strukturen kannte, was besonders für die Zusammenarbeit im Gesundheitsbereich wichtig ist.

Was sind Deine konkreten Aufgaben?
Ich fungiere in meiner Funktion als Schnittstelle zwischen dem Universitätssportzentrum sowie dem Studierendenwerk und der Studierendenschaft. Ich achte darauf, dass wir ein attraktives Sportprogramm bieten, welches durch Bildungsangebote aufgestockt wird. Dazu wird mir vom Studierendenrat ein Budget zur Verfügung gestellt. Außerdem versuche ich, den Begriff Sport ein wenig weiter zu fassen und mich auch aktiv in andere Projekte der Studierendenschaft einzubringen.



Michèle Pergande, Referentin für Hochschulsport und Gesundheit

Wie gestaltet sich dein Stundenumfang? Wirst Du vergütet?
Leider ist das in Halle ein sehr strittiges Thema. Ich werde vom Studierendenrat für vier Wochenstunden mit einer Ehrenamtspauschale vergütet. Das bedeutet für mich am Ende des Monats knapp 98 Euro. Ich glaube, dass die wenigsten Studierenden mit dem Verdienst aus einem solchen Ehrenamt finanziell über die Runden kommen. Auch ich nicht. Deshalb übe ich seit 1,5 Jahren einen Nebenjob neben dem Masterstudium aus. Es wird definitiv nicht einfach, zukünftig eine Nachfolgerin beziehungsweise einen Nachfolger zu finden.

Welchen Stellenwert hat das Sportreferat bei Euch im AstA und an der Hochschule?
Leider wird es nicht wahrgenommen, dass die aktive Betätigung als Sportreferentin nicht nur ein kleines Ehrenamt neben dem Studium darstellt. Im Gegenteil: Ich merke immer wieder, dass meine Aufgaben zahlreich sind und meine Stunden beziehungsweise eine Person dafür nicht ausreichen.

Wie arbeitest Du mit dem Hochschulsport-Team zusammen?
Ich wurde vom ganzen Team des Universitätssportzentrums herzlichst empfangen und insbesondere der Hochschulsportleiter, Detlef Braunroth, steht mir immer beratend zur Seite. Gerade durch die kleine Anzahl an Mitarbeitenden sind wir auf ein loyales Miteinander angewiesen, was ich auch sehr zu schätzen weiß.

Welche Vorteile ergeben sich für Dich als Sportreferentin und den Hochschulsport durch die Zusammenarbeit?
Von besonderem Vorteil ist, dass wir immer unsere Standpunkte miteinander vergleichen können, sodass wir grundsätzlich auf Augenhöhe zusammenarbeiten.

Was waren besondere Höhepunkte Deiner bisherigen Tätigkeit im Sportreferat?
Für mich persönlich war es die Erhöhung des Budgets von 15 Cent auf 30 Cent pro Studierendem pro Semester. Ansonsten bin ich gerne ein Teil der Großveranstaltungen des Hochschulsports, beispielsweise des Universitätssportfests oder des Winterballs. Außerdem habe ich gerade, unter anderem mit interessierten Studierenden, einen eigenen Sportverein in Halle gegründet. Wir wollen mit dem Sportverein aktiv die Bereiche aufstocken, die in Halle noch nicht ausreichend

bedient werden können. Mein persönlicher Wunsch wäre, auch eine offizielle Kooperation mit dem Universitätssportzentrum aufzubauen, aber das ist bisher Zukunftsmusik.

Hast Du bestimmte Ziele oder Ideen, die Du perspektivisch umsetzen möchtest?
Ich möchte die Rücklagen für innovative Ideen und wichtige Investitionen einsetzen, um vor allem langfristig ein nachhaltiges Referat aufzubauen. Leider ist auch meine Studienzeit begrenzt.

Wie bist Du auf den adh aufmerksam geworden?
Durch einen Flyer, der auf das erste Forum Studis 2017 am Edersee aufmerksam gemacht hat. Damals hatte ich mich gerade mit meinem Kollegen Fabius an der Universität Leipzig vernetzt und festgestellt, dass es einiges zu tun gibt.

Was wünschst Du Dir vom adh?
Ich würde mich freuen, wenn sich der Verband mehr im Sinne der Solidarität engagierte. Gerade die neuen Bundesländer brauchen noch mehr Unterstützung, da insgesamt die Strukturen sehr weit auseinandergehen. Wie soll hier beispielsweise ein fairer Wettkampf möglich sein, wenn schon die Sportreferate kaum deckungsgleich sind?

Was sind aus Deiner Sicht weitere wichtige Themen, mit denen sich der neue adh-Vorstand befassen sollte?
Für mich sind die Unterschiede zwischen Ost und West, rechte Tendenzen im Hochschulsport und die Spaltung des Breitensports vom Spitzensport Themen, die im bundesweiten Hochschulsport eine Rolle spielen und vom adh aufgegriffen werden sollten.

Welchen Sport machst Du am liebsten in Deiner Freizeit?
Früher habe ich Handball gespielt, jedoch durch einige Verletzungen den Spaß daran verloren. Leider bin ich aktuell sehr ausgelastet, sodass ich mich schon freue, wenn ich mich zwei Mal die Woche zum Yoga aufraffen kann. Ansonsten bin ich aber ein absoluter Fußballfreak und würde das mal glatt dazu zählen.

Wie gelingt es Dir, das Studium und das Engagement im Sportreferat unter einen Hut zu bekommen?
Ich war schon immer eine Person, die nicht still sitzen kann und daher gefällt es mir besonders gut, dass ich mich mit unterschiedlichen Herausforderungen beschäftigen darf. Viele Aufgaben fühlen sich dadurch gar nicht wie Arbeit an. Außerdem arbeite ich mit tollen Persönlichkeiten zusammen und weiß, auf wen ich mich verlassen kann.

Was hast Du bisher durch Deine Tätigkeit im Hochschulsport gelernt, was Dir fürs Berufsleben wichtig erscheint?
Dass es immer Leute geben wird, die nicht sofort von deinen Ideen begeistert sind und dass manche Abläufe einfach sehr bürokratisch sind. Trotzdem bin ich an den Aufgaben gewachsen und habe nie den Kopf in den Sand gesteckt. Das hat mich zu einer starken jungen Frau geformt.

Studierendenrat der Martin-Luther-Universität Halle-Wittenberg

Infos zum Hochschulsport Halle

Hochschulsportleiter: Detlef Braunroth
Zahl der Studierenden: 20.500
Anzahl der Kurse: 316
Anzahl der Übungsleitenden: 234
Kapazität der Hochschulsportkurse: 10.749 Plätze
Profil/Schwerpunkte:
Breitensportliche Ausrichtung, Schaffung eines gesundheitsorientieren Bewegungsangebots als Ausgleich zur vorwiegend sitzenden Tätigkeit (Studium)
Weitere Infos:
usz.uni-halle.de

Vielen Dank für das Gespräch!

▪ Das Interview führte Julia Frasch, adh-Öffentlichkeitsreferentin



Michèle Pergande setzt sich bei der Vollversammlung für die Interessen der Studierenden ein

Fitnesspartner

MATRIX

allgemeiner deutscher hochschulsportverband

adh







ERFOLG DURCH PRÄZISION

Für ein erfolgreiches Training, das auf individuellen Leistungsmerkmalen basiert. Egal ob das Ziel Watt, Kalorien, UPM, Herzfrequenz oder Leistung ist, animierte Grafiken und leuchtende Farben am Display sind für Trainer und Trainierende verlässlicher Indikator der Intensität. Unterschiedliche Zielparameter, präzise Leistungsmessung, optimale Ergonomie - die neuen Indoor Cycles von Matrix motivieren sowohl Anfänger als auch ambitionierte Radsportler.

DEUTSCHER FUSSBALL-BUND | MATRIX

OFFIZIELLER FITNESSGERÄTE-AUSSTATTER

Deutscher Basketball Bund DBB | MATRIX

OFFIZIELLER LIZENZPARTNER

DEUTSCHER EISHOCKEY-BUND DEB | MATRIX

OFFIZIELLER PARTNER

www.matrixfitness.eu

Matrix - Johnson Health Tech. GmbH | Europaallee 51 | 50226 Frechen | Tel: +49 02234 9997 100



SPORT-THIEME®
Schulsport · Vereinssport · Fitness · Therapie

SPORTGERÄTE-SERVICE

Hir sind Ihr Team!

RAL GÜTEZEICHEN SPORTGERÄTE
INSPEKTION/ WARTUNG ERSTELLUNG

0918607

Revision · Inspektion · Wartung · Reparatur · Montagen

Für Fragen stehen den adh-Mitgliedshochschulen zwei persönliche Ansprechpartnerinnen zur Verfügung.

Bärbel Donhof
Telefon: 05357 181-522
E-Mail: donhof@sport-thieme.de

Mona-Maria Cipolla
Telefon: 05357 181-523
E-Mail: cipolla@sport-thieme.de



Hir sind Ihr Team!

Partner des Allgemeinen Deutschen Hochschulsportverbandes

SPORT-THIEME®
Schulsport · Vereinssport · Fitness · Therapie
Hir sind Ihr Team!

allgemeiner deutscher hochschulsportverband
adh