02–2026

ALLGEMEINER
DEUTSCHER
HOCHSCHULSPORT-VERBAND

adh.

HOCHSCHULSPORT



Strategie 2030
Selbstführung
EUSA Games

hochschulsportverband adh.de Hochschulsportkanal

Wettkampf-programm

WiSe 2026/27

adh.de

DHP Volleyball (Mixed)
2. Oktober
TH Deggendorf

DHM Ju-Jutsu
3. Oktober
HöMS Wiesbaden

DHM Karate
24. Oktober
Uni Jena

DHM Schach
7./8. November
HU Berlin

DHM Crosslauf
14. November
Pforzheim

DHM Cyclocross (2027)
21. November
Uni Heidelberg

DHM Fechten (Einzel)
27.–29. November
Uni Göttingen

DHM Futsal (Frauen)
27.–29. November
Uni Marburg

DHM Taekwondo
6. Dezember
Uni Frankfurt (Main)

DHM Reiten
10.–13. Dezember
Uni Münster

DHM Leichtathletik (Halle)
23. Januar
DHBW Stuttgart

DHM Trampolinturnen
6. Februar
KIT Karlsruhe

DHM Ergometerrudern
27. Februar
Uni Marburg

DHM Ski Alpin
10.–13. März
Uni Münster

DHM Halbmarathon
DHM Straßenlauf 10km
27. März
Uni Paderborn



Außerdem geplant:
DHM Snowboard/Freeski

Bei vielen Events sind zudem Wertungen für An-fänger*innen inkludiert.

Alle Veranstaltungen unter Vorbehalt! **Weitere Infos auf adh.de**

Gesundheitspartner

SPORT EHRENAMT

Gefördert durch: Bundeskanzleramt aufgrund eines Beschlusses des Deutschen Bundestages

Die Techniker

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

ISSN-Nummer
1869-4500

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

Fotos
adh-Archiv
FISU-Archiv
Katrina Friese
Sarah Rauch
Bernd Mühle
Besim Mazhiqi
Daniel Schaffer | LUMEN
Cottonbro | Pexels
Mart Production | Pexels
Uni Hannover: Carsten Seidler & Simon Eymann
Uni Mainz: Thomas Birnleitner, Dustin Rehder, Frederic Hemler
Uni Münster: Julius Ellerhorst
Adobe Stock: Drazen, master1305

Erscheinungsweise
Zweimal jährlich, für Mitglieder gratis

Druck
TZ Verlag & Print GmbH
Bruchwiesenweg 19
64380 Roßdorf

Namentlich gekennzeichnete Beiträge geben nicht zwangsläufig die Meinung der Redaktion wieder.

„hochschulsport“ erscheint im 53. Jahrgang

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

04 NACHGEFRAGT

04 Vom Anspruch zur Umsetzung: Strategie 2030
06 EUC 3x3 Basketball 2029 kommt nach Hannover
09 Der adh trauert um Joachim Weber
10 Was macht eigentlich… Sven Güldenpfennig?

12 PARTNER

12 Unisport Connect: Aus Leidenschaft für den Hochschulsport gegründet
14 Virtuelle Kurse, neue Möglichkeiten: Hochschulsport ergänzen
15 Neuartiger Hindernisparcours im Ahorn-Sportpark in Paderborn

16 GESUNDHEIT

16 Bewegt studieren: Der Motion Trail der Universität Mainz
20 Gesunde Hochschule im Fokus: Was aktuelle Studien zeigen
22 Selbstführung: Warum Resilienz mit der Frage beginnt, was wir selbst gestalten können

26 BILDUNG

26 FISU Forum 2026: Internationale Impulse für einen zukunftsfähigen Hochschulsport
31 Mehr als ein Forum: Neue Perspektiven, Ideen und Freundschaften

34 WETTKAMPF

34 Sommer, Sonne & Medaillen: Deutsche Hochschulen glänzen bei den EUSA Games
38 DHM Ski Alpin: Gelungenes Comeback mit neuem Konzept

40 STUDENTISCH

40 Ferienlager-Vibes bei der StuBe im Bootshaus

NACHGEFRAGT

Dr. Arne Göring und Ebba Koglin,
adh-Vorstandsvorsitzende

Vom Anspruch zur Umsetzung: Strategie 2030

Nach einem Jahrzehnt intensiver Strategiearbeit stehen wir als Verband an einem Wendepunkt. Auf der Perspektivtagung 2026 haben wir die Leitfrage neu gestellt: nicht mehr, was der adh tun will, sondern wie wir es unter realen Bedingungen umsetzen können. Als Vorstandsvorsitzende möchten wir die adh-Mitgliedshochschulen einladen, diese Strategie im Diskurs weiter zu verfeinern und diesen Weg mit uns zu gehen.



Auf der adh-Perspektivtagung priorisierten die Delegierten gemeinsam, wofür der adh Ressourcen einsetzen soll

Prozess auf breiter Basis

Der Weg dorthin war lang. Vom Strukturprozess 2015 über zahlreiche Evaluationen und Vorstandsklausuren bis zum Strategie 2030-Entwurf haben wir kontinuierlich an unserer Ausrichtung gearbeitet. Die Perspektivtagung im Mai 2026 an der Universität Gießen markiert deshalb einen Einschnitt: 64 hauptamtliche Mitarbeitende von 38 Mitgliedshochschulen haben in stufenhomogenen Arbeitsgruppen und einem abschließenden Dot-Voting gemeinsam priorisiert, wofür der Verband seine begrenzten Ressourcen einsetzen soll. Grundlage war ein sechsstufiges Entwicklungsmodell, das die Heterogenität unserer über 200 Mitgliedseinrichtungen erstmals systematisch abbildet. Uns war wichtig, dass dieses Ergebnis nicht allein das Votum der Anwesenden bleibt: In zwei Online-Veranstaltungen haben wir es mit Vertretenden weiterer 30 Hochschulen diskutiert, die es als zielführend bewertet haben. Das Strategie-Update stützt sich damit auf die Perspektiven von nahezu 70 Mitgliedshochschulen.

Priorisieren heißt auch verzichten

Die Ergebnisse lassen sich in drei Kategorien fassen. Höchste Priorität geben wir der Netzwerkarbeit und dem Wissenstransfer, der politischen Interessenvertretung auf Bundes- und Landesebene, einer digitalen Dokumentenplattform sowie der Beratung und Qualifizierung von Einrichtungen in frühen Entwicklungsphasen; hinzu kommt die Förderung studentischen Engagements. Klärungsbedarf sehen wir beim Wettkampfsport: Hier liegen die größten Differenzen im gesamten Portfolio, weshalb eine Arbeitsgruppe Zielbild, Formate und unsere künftige Rolle erarbeiten wird. Die dritte Kategorie halten wir für die bemerkenswerte: Wir benennen ausdrücklich, was wir zurückfahren – etwa eigenständige Handlungsfelder für Nachhaltigkeit und Digitalisierung, deren Umsetzung primär in den Hochschulen liegt.

Bewusste Nicht-Entscheidungen offen zu begründen, ist aus unserer Sicht keine Schwäche, sondern Ausdruck strategischer Reife.

Strategie unter Knappheitsbedingungen

Wir wollen offen sagen, warum die Umsetzungsfrage so drängend geworden ist: Die finanzielle Lage des Verbandes setzt uns enge Grenzen. Ein erheblicher Teil unserer Handlungsfähigkeit beruht auf Drittmitteln – mit der bekannten Ambivalenz, dass externe Förderlogiken die eigene Agenda mitbestimmen. Diese Abhängigkeit zu reduzieren, hieße ohne kompensierende Einnahmen jedoch nur, einen Mittelgeber gegen einen anderen zu tauschen; eine Beitragserhöhung erscheint in unserer Mitgliedschaft derzeit nicht konsensfähig.

Wir antworten darauf mit konsequentem Ressourcenrealismus: Jede priorisierte Maßnahme erhält vor ihrer Umsetzung ein Preisschild aus Kapazitäts- und Kostenprüfung, und der Vorstand wird eine Streichliste vorlegen, deren Depriorisierungen wir transparent begründen. Strategie bedeutet unter diesen Bedingungen nicht mehr Aufgaben, sondern Konzentration auf die Felder mit dem größten Hebel.

Vom Vollanbieter zum Entwicklungsarchitekten

Die weitreichendste Weichenstellung betrifft unser Selbstverständnis. Der adh wird künftig weniger als Vollanbieter auftreten, sondern als Entwicklungsarchitekt: Wir setzen Rahmen, schaffen Impulse und differenzieren unsere Unterstützung nach den Entwicklungsstufen unserer Mitglieder – Orientierung und Patenschaften für Einrichtungen im Aufbau, Strategieberatung für sich entwickelnde Organisationen.

Zugleich verschiebt sich die Wissensarchitektur: Nicht die Geschäftsstelle produziert Expertise, sondern sie macht das dezentrale Wissen der Mitgliedschaft sichtbar und verbindet Einrichtungen, die voneinander lernen können. Zentral bleibt unsere Rolle als politischer Anwalt, der die Interessen des Hochschulsports gegenüber Wissenschafts-, Bildungs- und Gesundheitspolitik bündelt – künftig mit präziserer Adressierung.

Was sich ändert – und worum wir bitten

Für unsere Einrichtungen wird dieser Rollenwandel konkret erfahrbar: in stufenorientierten Netzwerkformaten, die den Austausch unter Gleichen ebenso organisieren wie das Lernen zwischen erfahrenen und jungen Einrichtungen; in einer Dokumentendatenbank, die vorhandene Expertise auffindbar macht; und in einer Beratung, die fragt, was eine Einrichtung auf ihrer Stufe tatsächlich braucht.

Uns ist bewusst, dass dieser Weg Zumutungen enthält. Ein Verband, der nicht mehr alles anbietet, wird manche vertraute Leistung aufgeben. Wir sind dennoch überzeugt, dass Fokussierung der einzige Weg ist, unsere Handlungsfähigkeit zu sichern. Dafür brauchen wir als Vorstand alle Mitgliedshochschulen: Nur wenn alle ihre Expertise in die Netzwerke einbringen und solidarisch Wissen und Erfahrungen teilen, wird die gemeinsame Idee eines starken Hochschulsports in Deutschland erreichbar sein.

Ein Entwicklungsarchitekt kann Räume entwerfen – mit Leben füllen müssen wir sie gemeinsam.

EUC 3x3 Basketball 2029: Europäischer Hochschulsport kommt nach Hannover

Julia Frasch,
adh-Öffentlichkeitsreferentin

Die European University Sports Association (EUSA) hat am 24. Oktober 2026 die European Universities Championship (EUC) 3x3 Basketball 2029 an Hannover vergeben. Damit war die gemeinsame Bewerbung der Leibniz Universität Hannover und des adh erfolgreich. Vom 30. August bis 2. September 2029 werden rund 240 studentische Athletinnen und Athleten aus ganz Europa in der niedersächsischen Landeshauptstadt erwartet.

Sport meets Science in Hannover

Nach 14 Jahren findet damit erstmals wieder eine Europäische Hochschulmeisterschaft in Deutschland statt – und erneut in Hannover: Bereits 2015 richtete die Leibniz Universität die EUC Rudern aus.

„Als mehrfach von der EUSA ausgezeichnete Most Active National University Sports Association möchten wir den europäischen Hochschulsport nicht nur durch eine starke Beteiligung unserer Hochschulen, sondern auch als Gastgeber aktiv mitgestalten“, betont adh-Vorstandsvorsitzender Dr. Arne Göring. „Unser besonderer Dank gilt der Leibniz Universität Hannover und ihrem Hochschulsportteam. Mit großem Engagement und einem überzeugenden Konzept hat unsere langjährige, verlässliche Mitgliedshochschule erneut Verantwortung für den internationalen Hochschulsport übernommen.“

Die Freude über die erfolgreiche Bewerbung ist auch beim Gastgeber groß. Sebastian Knust, Leiter des Zentrums für Hochschulsport Hannover, erklärt: „Wir freuen uns riesig, dass wir die European Universities Championship 2029 im 3x3 Basketball nach Hannover holen konnten. Für die Leibniz Universität Hannover und den Hochschulsport ist das mehr als ein sportliches Highlight – hier treffen Wissenschaft, urbanes Leben und studentischer Spitzensport aufeinander. Dass das Turnier mitten in der City stattfindet, zeigt: Wir bringen die Uni ins Herz der Stadt – und Hannover auf die Europa-Karte! Die EUC 2029 wird neue Freundschaften, Netzwerke und jede Menge Energie in die Stadt bringen. Vielen Dank an alle, die das möglich gemacht haben. Europa, wir sind bereit!“

3x3 Basketball im Herzen der Stadt

Im Mittelpunkt des Veranstaltungskonzepts steht der Opernplatz, der sich direkt vor der Staatsoper in eine temporäre Basketballarena verwandeln soll. Auf rund 4.000 Quadratmetern sind zwei Wettkampffelder, ein Trainingscourt und eine Tribüne mit etwa 400 Sitzplätzen geplant. Insgesamt werden 40 Hochschulteams erwartet, davon 24 Männer- und 16 Frauenteams. Hannovers Oberbürgermeister Belit Onay sieht in der Veranstaltung eine große Chance für die Stadt: „Ich gratuliere der Leibniz Universität herzlich zur Ausrichtung der Europäischen Hochschulmeisterschaft im 3x3 Basketball. Das ist ein großer Gewinn nicht nur für den Hochschulsport, sondern für die Stadt Hannover als Sport- und Hochschulstadt. Besonders eine moderne und dynamische Sportart wie 3x3 Basketball eignet sich wunderbar, um gerade junge Menschen zum Sport zu animieren und sie dafür zu begeistern. Indem wir den Sport mitten in die Stadt bringen, schaffen wir Begegnungen und machen Basketball für alle erlebbar. Sport öffnet die Türen für den internationalen Austausch. Dass Hannover ein hervorragender Standort für große Sportveranstaltungen ist, haben wir in diesem Jahr bereits mit den Finals unter Beweis gestellt. Daran wollen wir anknüpfen und zeigen, was unsere Stadt sportlich zu bieten hat. Für mich als Alumnus der Leibniz Universität und bekennender Basketball-Fan ist das natürlich ein Highlight und ich freue mich, den europäischen Athletinnen



Eröffnung des 3x3-Courts in Hannover

und Athleten in Hannover eine tolle Spielstätte bieten zu können."

Als Bundesstützpunkt des Deutschen Basketball Bundes (DBB) für 3x3 Basketball verfügt Hannover über hervorragende sportfachliche Voraussetzungen. Hinzu kommen die Erfahrungen aus zahlreichen nationalen Hochschulmeisterschaften sowie ein starkes Netzwerk aus Hochschulsport, Stadt und Sportverbänden.

„Hannover verbindet eine hervorragende sportliche Infrastruktur mit großer organisatorischer Erfahrung. Damit sind beste Voraussetzungen für eine erfolgreiche EUC gegeben", erklärt adh-Sportdirektor Thorsten Hütsch. „Besonders wichtig ist uns, auch ein inklusives Angebot zu schaffen. Das Konzept sieht bereits Demonstrationsspiele im 3x3-Rollstuhlbasketball vor. Gemeinsam mit Hannover möchten wir die EUSA dafür gewinnen, diesen Bereich möglichst attraktiv in die Veranstaltung einzubinden."

Mehr als ein sportlicher Wettbewerb

Neben den Wettkämpfen setzt das Konzept auf internationale Begegnungen, kulturelle Aktivitäten und ein gemeinsames Rahmenprogramm. Die zentrale Lage mit kurzen Wegen zwischen Sportstätten, Unterkünften und Veranstaltungsorten soll den Austausch der internationalen Teilnehmenden zusätzlich fördern.

„Eine EUC ist weit mehr als ein sportlicher Wettbewerb. Sie bringt Studierende aus unterschiedlichen Ländern und Kulturen zusammen und schafft Begegnungen, die über das Spielfeld hinauswirken", sagt Janina Wey, studentische adh-Vorständin für Wettkampfsport. „Fairplay, gegenseitiger Respekt und der Austausch über Länder- und Sprachgrenzen hinweg machen den besonderen Wert des internationalen Hochschulsports aus. Genau diese Vielfalt möchten wir 2029 in Hannover gemeinsam erleben."

Auch Prof. Dr. Volker Epping, Präsident der Leibniz Universität Hannover, hebt die verbindende Wirkung der Veranstaltung hervor: „Wir freuen uns darauf, viele junge Sportlerinnen und Sportler aus ganz Europa in Hannover willkommen zu heißen. Der Sport verbindet Menschen, fördert Integration und schafft Gemeinschaft. Diese verbindende Kraft werden wir während der Meisterschaften gemeinsam erleben. Die Leibniz Universität Hannover freut sich darauf, Gastgeber dieses bedeutenden Events zu sein und heißt Europa herzlich willkommen in Hannover."

Die Ausrichtung der EUC wird von der Leibniz Universität Hannover, der Landeshauptstadt und zahlreichen Partnern aus dem Sport getragen. Mit der Veranstaltung erhält Hannover die Gelegenheit, sich erneut als internationaler Hochschulsportstandort zu präsentieren und wichtige Impulse für die Weiterentwicklung des 3x3 Basketballs zu setzen.

Der adh trauert um Joachim Weber

Benjamin Schenk,
adh-Generalsekretär

In großer Bestürzung und tiefer Trauer nimmt der adh Abschied von seinem langjährigen und geschätzten Wegbegleiter Joachim Weber, der am 27. August 2026 überraschend verstorben ist.

Über Jahrzehnte für den Hochschulsport engagiert

Mit Joachim Weber verliert der adh einen außergewöhnlich engagierten Wegbegleiter, dessen Wirken den Verband über Jahrzehnte geprägt hat. Sein Einsatz für den Hochschulsport war stets verbunden mit seinem leidenschaftlichen Engagement für gesellschaftspolitische Fragen, Nachhaltigkeit und verantwortungsvolle Verbandsführung.

Joachim Weber war dem adh seit vielen Jahren eng verbunden. Als Vertreter der Hochschulrektorenkonferenz (HRK) gehörte er von 1990 bis 2008 als kooptiertes Mitglied dem adh-Vorstand an und begleitete die strategische Entwicklung des Hochschulsports mit großer Expertise. Darüber hinaus setzte er wichtige Impulse für die Zusammenarbeit von Hochschulen und Sport und war unter anderem am Zustandekommen der Gemeinsamen Erklärung zur Förderung des studentischen Spitzensports im Jahr 1999 beteiligt.

Auch nach seinem Ausscheiden aus dem Vorstand blieb er dem adh eng verbunden. Mit großem persönlichem Einsatz engagierte er sich für die Themen Nachhaltigkeit, gesellschaftliche Verantwortung und Good Governance. Von 2019 bis 2026 wirkte er als Governance-Beauftragter des adh und trug maßgeblich zur Entwicklung der Good-Governance- und Nachhaltigkeitsstrukturen des Verbandes bei. Sein strategischer Weitblick, seine juristische Expertise und seine hohe Verlässlichkeit machten ihn zu einem geschätzten Berater und wichtigen Impulsgeber für Gremien und Geschäftsstelle.

Gesellschaftliche Verantwortung als Herzensanliegen

Über den Hochschulsport hinaus setzte sich Joachim Weber intensiv mit Fragen einer nachhaltigen und gerechten Gesellschaft auseinander. Dieses Engagement spiegelte sich sowohl in seiner beruflichen und ehrenamtlichen Tätigkeit als auch in seinen wissenschaftlichen und publizistischen Arbeiten wider.

Ein geschätzter Wegbegleiter, der Spuren hinterlässt

Die adh-Vorstandsvorsitzende Ebba Koglin würdigt sein Wirken: „Mit Joachim Weber verlieren wir einen Menschen, der den adh über Jahrzehnte mit außergewöhnlichem Engagement, großem Sachverstand und klaren Wertvorstellungen begleitet hat. Sein Einsatz galt nicht nur dem Hochschulsport, sondern immer auch der Frage, wie wir gesellschaftliche Verantwortung übernehmen und Zukunft nachhaltig gestalten können. Joachim Weber hat den adh in wichtigen Entwicklungsphasen geprägt und viele Menschen durch seine Haltung, seine Verlässlichkeit und seine klugen Impulse beeindruckt. Wir werden ihn vermissen und ihm ein ehrendes Andenken bewahren."

Mit Joachim Weber verliert der adh einen langjährigen Freund, einen kritischen und konstruktiven Begleiter sowie einen überzeugten Fürsprecher des Hochschulsports.



Joachim Weber bei der adh-Vollversammlung 2025

Was macht eigentlich… Dr. Sven Güldenpfennig?

Prof. Dr. Detlef Kuhlmann

Ob als Sportwissenschaftler, streitbarer Denker oder leidenschaftlicher Redner: Dr. Sven Güldenpfennig hat den Hochschulsport über Jahrzehnte mitgeprägt. Auch mit über 80 Jahren ist das adh-Ehrenmitglied keineswegs im Ruhestand – zumindest nicht geistig. Seine jüngst erschienene Autobiografie bietet Anlass für eine ebenso persönliche wie sporthistorische Spurensuche.

Schreiben als Lebensaufgabe

… auf diese Frage gibt es eine einfache und gleichsam fundamentale Antwort: Sven Güldenpfennig schreibt und schreibt und schreibt!

Zur Beweisführung können seine zahlreichen Publikationen herangezogen werden – vorzugsweise aus der von ihm selbst herausgegebenen und im Alleingang verfassten Reihe „Sport als Kultur. Studien zum Sinn des Sports“ mit insgesamt 20 „dicken“ Bänden, in denen er sich aus unterschiedlichen Perspektiven leidenschaftlich und tiefschürfend mit den vielfältigen Facetten des Sports der Gegenwart kritisch auseinandersetzt. Diese Bände sind zwischen 1996 und 2023 erschienen, mit dem vorläufigen Ende just in dem Jahr, in dem er am 18. Oktober 80 Jahre alt geworden ist.

Dieser runde Geburtstag wiederum war für ihn ein willkommener Anlass, endlich seine eigene Biografie vorzulegen: „Hinter der Spitze. Erinnerungen an ein Leben mit dem Sport“ (erschienen im Arete Verlag Hildesheim) lautet der sportive Titel, mit dem der Autor sich in aller sportlichen Bescheidenheit, aber stimmgewaltig im „Feld“ der Sport- und Kulturwissenschaft verortet.

Auf Spurensuche in der adh-Geschichte

Wer in den 33 Abschnitten auf den 406 Seiten jedoch ein „eigenes“ Kapitel über das Wirken von Sven Güldenpfennig im adh vermutet, sucht danach vergebens. Rein biografisch wäre es irgendwo zwischen den Zeitabschnitten „1968 – auch im Sport“ und „Aufbau der Sportwissenschaft an der Universität Bremen“ einzuordnen gewesen.

Trotzdem werden alle, die sich auf Spurensuche zum adh im Buch von Sven Güldenpfennig begeben, vielerorts fündig – selbst an völlig unverdächtigen Stellen. Dazu ein Beispiel: Die Ereignisse unter der Zwischenüberschrift „Einmal Turner, immer Turner. Aber das ist nicht alles. Ein persönlicher Rückblick“ spielen auch im Jahre 1967 an der Uni Tübingen, wo der junge Germanistik- und Sportstudent Sven Güldenpfennig gerade mit dem Fünfkampfteam der FU Berlin bei den Deutschen Hochschulmeisterschaften Leichtathletik um die Siegernadeln des adh turnt.

Am Ende seiner Biografie erinnert Autor Güldenpfennig an zahlreiche Menschen, die in seinen ersten 80 Lebensjahren wichtige Begleiter waren, aber inzwischen verstorben sind. Hier begegnen wir noch einmal mehreren alten adh-Gefährten aus dem Hochschulbereich wie Reinhard Daugs (TU und FU Berlin, später Uni des Saarlandes), Dorothea Scheel (Uni Leipzig), Enno Harms (Leibniz Uni Hannover), Günter Eglin (TU Darmstadt), Armin Kuhlmann (TU Berlin), Thomas Beyer (Uni Hamburg), Heinrich Clausen (FH Flensburg), Dieter Rosenbaum (Uni des Saarlandes) sowie den beiden ehemaligen adh-Generalsekretären Walther Tröger und Till Lufft. Mit Hilfe dieser kleinen Nachrufe können wir uns deren Wirken im und für den adh kurz in Erinnerung rufen.

Alle, die nach Beiträgen suchen, in denen sich „Schreiberling“ Güldenpfennig speziellen Themen des Hochschulsports widmet, werden im Buch ab Seite 365 mehrfach fündig. Dort sind alle seine Publikationen chronologisch und nach Textsorten (hier: Bücher, Beiträge in Zeitschriften etc.) verzeichnet. Als eines der ersten Kompendien mit adh-Bezug taucht hier die Reihe „ADH-Dokumente zur Sportpolitik“ auf, nämlich Band Nr. 4 aus dem Jahre 1980, der sich mit dem Thema „Olympische Sommerspiele Moskau 1980. Initiativen und Stellungnahmen des ADH“ befasst.

Ein brillanter Denker und Redner

Noch einmal zurück zum Anfang. Da war vom Schreiben als „federführende“ Tätigkeit von adh-Ehrenmitglied Sven Güldenpfennig die Rede. Sven war von 1978 bis 1993 als adh-Vorstandsmitglied für die Statusgruppe der Hauptamtlichen tätig und in dieser Zeit im Hauptberuf wesentlich



Prof. Dr. Detlef Kuhlmann und Dr. Sven Güldenpfennig

an der Gründung der Zentraleinrichtung Hochschulsport der TU Berlin beteiligt und bis 2002 deren stellvertretender Leiter. Die besondere Wertschätzung, die Sven mit seiner Ernennung zum adh-Ehrenmitglied zuteilwurde, kommt aber noch in ganz anderer Hinsicht zum Ausdruck. Sven Güldenpfennig werden Prädikate zugeschrieben, die im Vorfeld des Schreibens „spielen“ und ihn quasi als Alleinstellungsmerkmal auszeichnen – wörtlich heißt es auf der adh-Homepage: „Brillanter Denker und Redner für Expertise im adh“.

Sven Güldenpfennig glänzt demnach nicht nur mit dem geschriebenen Wort: Er lässt sich auch und häufig zuerst auf das gesprochene Wort ein. Er versteht es, rhetorisch mit dem „besseren Argument“ zu überzeugen und ist demzufolge bis heute auch als Redner immer wieder gefragt und gefordert: Insgesamt 190 Vorträge seit 1970 sind in seiner im Buch publizierten Liste verzeichnet.

Dabei ist der jüngste Vortrag noch gar nicht erfasst: Den hat Sven nämlich erst im Sommer 2026 beim „Sportpolitischen Forum“ vor (mehrheitlich) alten adh‘ lern beim Landessportbund Niedersachsen in Hannover gehalten. Dabei ging es explizit gar nicht um Sport: „Über das Unbehagen in der Kultur“ (Teil des Titels) sollte uns aufrütteln und deutlich machen, dass sich etwas ändern muss in unserem Land. Der Sport als ein wichtiges Kulturgut unserer Zeit ist jedoch darin per se involviert und immerzu mit betroffen!

Ein Unikat – und die nächste Frage

Kleiner Nachtrag: Das Vorwort zur Biografie von Sven Güldenpfennig hat mit Hans-Jürgen („Hajo“) Schulke ebenfalls ein alter adh‘ ler geschrieben. Sven und Hajo haben sich Anfang der 1970er Jahre im adh kennengelernt und sind bis heute kollegial, freundschaftlich und sportlich (damals vorzugsweise beim Marathon) verbunden. Schulke tituliert Güldenpfennig als einen „sport-wissenschaftlichen Sisyphos“, bezeichnet ihn und seine Biografie als „Unikat“, bewertet das Werk im Vorwort als „umfassend, vielschichtig, ehrlich, selbstreflektierend“ und weist den Autor als jemanden aus, der keiner Diskussion ausweicht, uns „mit Haltung und Offenheit“ und „im endlosen Beginnen und Scheitern des Hinaufrollens eines Steins“ (im Sinne von Camus dann jedoch: glücklich) begegnet.

Bleibt jetzt nur noch eine ganz andere Frage zu klären: Was macht eigentlich… Hans-Jürgen Schulke?

Der Autor

Prof. Dr. Detlef Kuhlmann und Dr. Sven Güldenpfennig haben sich vor genau 50 Jahren im Oktober 1976 bei einer adh-Vollversammlung kennengelernt; der eine als hauptamtlicher Delegierter der TU Berlin, der andere als studentischer Delegierter der Uni Bielefeld.

Detlef Kuhlmann (geb. am 8. Oktober 1954) hatte später berufliche Stationen in der Sportwissenschaft an der Uni Bielefeld, der FU Berlin und der Uni Regensburg und war von 2004 bis 2023 Leiter des Arbeitsbereichs Sport und Erziehung am Institut für Sportwissenschaft der Leibniz Uni Hannover.

Von 2004 bis 2023 war er Vorsitzender des Fakultätentags Sportwissenschaft (FSW), dem Zusammenschluss aller Fakultäten und Institute auf dem Gebiet der Sportwissenschaft an den Universitäten und Pädagogischen Hochschulen in Deutschland. In dieser Zeit konsolidierte Kuhlmann die Kontakte zwischen adh und FSW. Seit 2022 ist Detlef Kuhlmann berufenes Mitglied im Hochschulrat der Deutschen Sporthochschule Köln.

Unisport Connect: Aus Leidenschaft für den Hochschulsport gegründet

Jonas Schulze,
Geschäftsführer
UniConnect GmbH

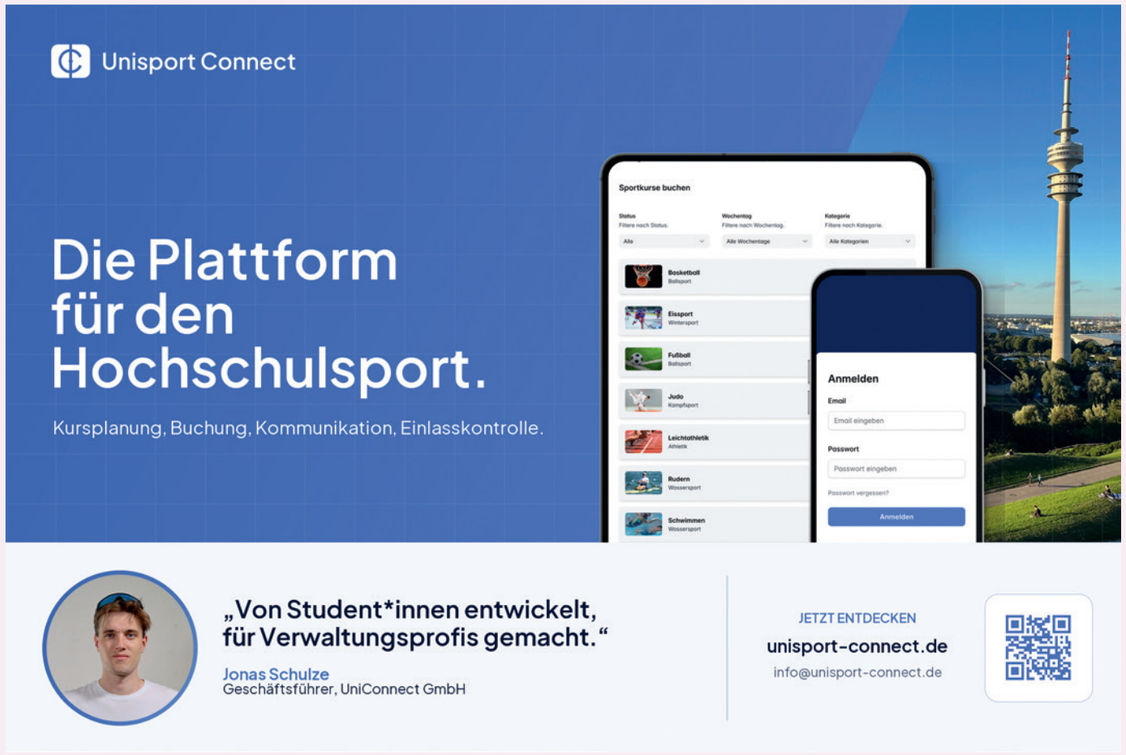
Vorlesungen, Praktika, ECTS-Punkte: Der Studienalltag der Brüder Jonas und Kai Schulze war dicht getaktet. Als Ausgleich spielte Sport für sie eine wichtige Rolle. Während ihres Studiums nutzten sie regelmäßig das vielfältige Hochschulsportangebot in München – vom Schwimmen und Beachvolleyball über Wandern und Mountainbiking bis hin zum Judo. Daraus entstand eine Idee.

Im Jahr 2025 teilten sich die beiden eine Münchner Studenten-WG. Jonas studierte Mechatronics, Robotics and Biomechanical Engineering, Kai studierte Sport. Aus ihren Erfahrungen im Hochschulsport entwickelten sie das Konzept für eine Plattform, die Buchung, Planung und Kommunikation in einem zentralen System zusammenführt.

Aus dem studentischen Entwicklungsprojekt wurde Unisport Connect und später die UniConnect GmbH. Heute führt Jonas Schulze das Unternehmen als Geschäftsführer und verantwortet die Weiterentwicklung sowie die Einführung der Plattform bei Hochschulsporteinrichtungen, seit 15. September 2026 als adh-Softwarepartner.

Von der Kursbuchung bis zur Verwaltung

Die erste Version von Unisport Connect konzentrierte sich auf die digitale Kursbuchung. Studierende sollten Sportangebote unkompliziert finden, buchen und ihre Tickets direkt auf dem Smartphone abrufen können. Gruppenchats ermöglichen es, aktuelle Informationen oder kurzfristige Änderungen weiterzugeben.





Das Team der UniConnect GmbH / Unisport Connect

Das integrierte Sportpartnerforum orientiert sich am Prinzip von Dating-Apps: Nutzerinnen und Nutzer können sportliche Interessen angeben und mit anderen Aktiven „matchen“, die sich für dieselben Sportarten begeistern.

Im Austausch mit Hochschulsporteinrichtungen wurde die Plattform schrittweise um Funktionen für die Verwaltung erweitert. Heute lassen sich mit Unisport Connect unter anderem Kursprogramme planen, Räume und Sportstätten verwalten sowie Personal und Abrechnungen organisieren. Bei Krankheit oder Abwesenheit können Kursleitende direkt im System nach einer Vertretung suchen.

Die elektronische Einlasskontrolle dokumentiert Anwesenheiten und stellt damit eine Datengrundlage für Honorarabrechnungen bereit. Auch Belegungspläne, buchbare Räume und Plätze sowie Inventarlisten werden zentral verwaltet. Informationen zu Buchungen oder Planänderungen können automatisiert an die Teilnehmenden versendet werden.

Weiterentwicklung im Austausch mit den Hochschulen

Rückmeldungen aus der Anwendung fließen fortlaufend in die Weiterentwicklung ein. Für die Datenspeicherung können Hochschulen zwischen einer Cloud-Lösung und dem Betrieb auf eigenen Servern wählen.

„Von Studierenden entwickelt, für Verwaltungsprofis gemacht“, sagt Jonas Schulze. Unisport Connect soll Verwaltungsabläufe bündeln und Sporttreibenden den digitalen Zugang zu den Hochschulsportangeboten erleichtern.

Unisport Connect ist adh-Softwarepartner

Seit dem 15. September 2026 erweitert die UniConnect GmbH mit ihrer Plattform Unisport Connect das Netzwerk der adh-Softwarepartner.

adh-Vorstand Dirk Kilian begrüßt die neue Partnerschaft: „Der Bedarf an zielorientierten Lösungen für die Verwaltung und Organisation des Hochschulsportangebots ist hoch. Wir freuen uns über die Partnerschaft und die Zusammenarbeit mit Unisport Connect. Wir sind davon überzeugt, dass die Plattform für zahlreiche Hochschulsporteinrichtungen unserer Mitgliedshochschulen eine passende Lösung bieten kann.“

Virtuelle Kurse, neue Möglichkeiten: Hochschulsport ergänzen

Die Kooperation von Aschenbach TechnikDesign und CyberFitnessPro zeigt, wie digitale Kursinhalte und moderne Medientechnik zusammenspielen und das klassische Hochschulsportprogramm sinnvoll ergänzen können.

Mehr Flexibilität für den Hochschulsport

Virtuelle Kurse bieten Hochschulsporteinrichtungen die Möglichkeit, ihr bestehendes Programm bedarfsgerecht zu erweitern. Insbesondere dann, wenn für bestimmte Angebote keine Trainerin oder kein Trainer vor Ort zur Verfügung steht, können digitale Kursformate eine attraktive Alternative sein. Gleichzeitig lassen sich zusätzliche Trainingszeiten schaffen und neue Zielgruppen ansprechen. Auch hybride Konzepte eröffnen interessante Perspektiven. So lassen sich die Flexibilität virtueller Angebote und die soziale Komponente des Hochschulsports miteinander verbinden.

Technik von Aschenbach trifft auf Kurse von CyberFitnessPro

Wie solche Konzepte in der Praxis umgesetzt werden können, zeigt die Kooperation von Aschenbach TechnikDesign und CyberFitness. Während CyberFitness ein umfangreiches Angebot an virtuellen Fitness- und Bewegungskursen bereitstellt, schafft Aschenbach mit passender Licht-, Sound- und Medientechnik die technischen Voraussetzungen für ein motivierendes Trainingserlebnis. Die Ausstattung ermöglicht zugleich eine vielseitige Nutzung vorhandener Sportflächen: Morgens findet im selben Raum eine bewegte Pause statt, mittags ein virtueller Fitnesskurs und abends ein klassischer Präsenzkurs. Individuell abgestimmte Licht- und Soundszenarien unterstützen dabei die unterschiedlichen Trainingsformate und schaffen jeweils die passende Atmosphäre.

Digitale Ergänzung statt Ersatz

Hochschulsport lebt von Gemeinschaft, Begegnung und gemeinsamer Bewegung. Virtuelle Angebote sollen diese Qualitäten nicht ersetzen, sondern das bestehende Programm sinnvoll erweitern. Sie schaffen zusätzliche Möglichkeiten, um auf unterschiedliche Bedürfnisse, zeitliche Anforderungen und personelle Ressourcen zu reagieren.

Die Kooperation verdeutlicht, welches Potenzial in der Verbindung digitaler Kursinhalte mit realen Bewegungsräumen liegt. Hochschulsporteinrichtungen können dadurch ihre vorhandene Infrastruktur vielseitiger einsetzen und ihr Angebot flexibler gestalten. So wird virtuelle Bewegung zu einem weiteren Baustein für einen modernen, bedarfsgerechten Hochschulsport.

Weitere Infos:
aschenbach.com
Team Aschenbach



CyberfitnessPro & Aschenbach TechnikDesign bündeln ihre Kräfte

Neuartiger Hindernisparcours im Ahorn-Sportpark in Paderborn

Klettern, hangeln, balancieren – und dabei die eigene Bestzeit knacken: Obstacle Course Racing (OCR) verbindet vielseitige Bewegung mit spielerischem Wettbewerb. Ein neuer Hindernis-Parcours im Ahorn-Sportpark Paderborn zeigt, wie sich öffentliche Sportflächen für unterschiedliche Altersgruppen attraktiv gestalten lassen. Das Konzept schafft neue Bewegungsanreize und liefert spannende Impulse für den Hochschulsport.

Bewegung für verschiedene Generationen

Der im Sommer 2026 eröffnete Parcours ergänzt den Ahörnchen-Spielplatz und lädt neben Kindern auch Jugendliche und Erwachsene zum Mitmachen ein. So entsteht ein generationsübergreifender Bewegungsraum, in dem gemeinsames Aktivsein über alle Altersgrenzen hinweg im Mittelpunkt steht.

Grundlage ist das OCR, bei dem unterschiedliche Bewegungsaufgaben verbunden werden. Mehrere Hindernisse bilden eine Strecke, auf der Kraft, Ausdauer, Koordination, Balance und Geschicklichkeit gefragt sind. Den Reiz macht das Zusammenspiel unterschiedlicher Herausforderungen aus – vom Hangeln bis zum Balancieren.

Spielerischer Wettbewerb motiviert

Eine integrierte Zeitmessung ermöglicht es, persönliche Bestzeiten zu verfolgen oder sich mit Freundinnen und Freunden zu messen. Solche Challenges schaffen zusätzliche Anreize, den Parcours mehrfach zu absolvieren und die eigenen Fähigkeiten weiterzuentwickeln.

Für Betreiber von Sport- und Freizeitanlagen bieten modulare OCR-Systeme einen weiteren Vorteil: Die Hindernisse lassen sich unterschiedlich kombinieren und an verschiedene Altersgruppen und Leistungsniveaus anpassen. Damit sind sowohl niedrigschwellige Einstiege als auch anspruchsvolle Trainingseinheiten möglich.

Impulse für den Hochschulsport

Im Ahorn-Sportpark hat der Hersteller PLAYPARC die Elemente gemeinsam mit den Verantwortlichen so zusammengestellt, dass auf kompakter Fläche ein abwechslungsreicher Parcours entsteht. Im Mittelpunkt steht dabei nicht das einzelne Gerät, sondern das Bewegungserlebnis.

Das Beispiel aus Paderborn zeigt, wie fließend die Grenzen zwischen Spiel, Fitness und Sport inzwischen sind. Auch für Hochschulen können solche frei zugänglichen Bewegungsräume interessant sein: Sie schaffen Möglichkeiten für spontane Bewegung, gemeinsames Training und unkomplizierte Challenges auf dem Campus.

Weitere Infos:
playparc.de
Uta Strasser, Playparc



PLAYPARC bietet passgenaue Lösungen für Hochschulsporteinrichtungen

Dustin Rehder,
Uni Mainz



Motion Trail auf dem Campus der Johannes Gutenberg-Universität Mainz

Bewegt studieren: Der Motion Trail der Universität Mainz

Bewegung direkt auf dem Weg zur nächsten Vorlesung: Mit dem neuen Motion Trail verwandelt die Johannes Gutenberg-Universität Mainz ihren Campus in einen Bewegungsraum. Elf Stationen laden zu aktiven Pausen, Begegnungen und gemeinsamen Entdeckungen ein. Das Projekt „Campus aktiv“, gefördert im Rahmen der Initiative „Bewegt studieren!“ von adh und TK, unterstützt dabei, das neue Angebot im Studienalltag zu verankern.

Ein neuer Bewegungsraum auf dem Campus

Wer in der vorlesungsfreien Zeit über den Campus der Johannes Gutenberg-Universität Mainz (JGU) gelaufen ist, dürfte sich an der einen oder anderen Stelle gefragt haben: Was entsteht denn hier?

An elf Standorten sind Anlagen aufgetaucht, die auf den ersten Blick an einen gut ausgestatteten Pausenhof aus der eigenen Schulzeit erinnern. Zwischen Hörsälen, Bibliotheken und Mensa wirken sie zunächst ungewohnt. Auch in den sozialen Medien rätselten Studierende bereits darüber, was da während der Semesterferien auf ihrem Campus gebaut wurde.

Die Auflösung: Zum Start des Wintersemesters 2026/27 eröffnete der Hochschulsport der JGU den Motion Trail. Der neue Motorikpfad wurde von der Motorikfun GmbH konzipiert und gemeinsam mit dem Hochschulsport und der JGU umgesetzt.

Er verbindet vielfältige Bewegungsstationen über den gesamten Campus hinweg. Die Idee dahinter ist einfach: Wer im Studienalltag viel sitzt, soll zwischendurch unkompliziert und mit Spaß in Bewegung kommen können.

Eine Pause darf auch bewegt sein

Von der Vorlesung an den Schreibtisch, vom Schreibtisch in die Bibliothek: Ein Studientag bietet reichlich Gelegenheit zum Sitzen. Bewegung findet häufig auf den Wegen dazwischen statt. Genau hier setzt der Motion Trail an. Seine Stationen laden dazu ein, unterwegs kurz innezuhalten, etwas auszuprobieren und die Pause körperlich aktiv zu gestalten. Mal allein, mal mit Kommilitoninnen und Kommilitonen – und vielleicht gerade dann, wenn der Kopf nach der letzten Veranstaltung noch ziemlich voll ist. Dabei bietet die JGU als Campus-Uni besondere Voraussetzungen. Viele Wege des Studienalltags führen über ein gemeinsames Gelände. Der Motion Trail greift diese Struktur auf und ergänzt die vertrauten Strecken um neue Anlässe für Bewegung. So kann aus dem Weg zur nächsten Veranstaltung ein kleiner aktiver Zwischenstopp werden.



Den Campus in Bewegung kennenlernen

Der Pfad eröffnet zugleich eine weitere Möglichkeit: Er lässt sich als Campusführung nutzen. Gerade für Studienanfängerinnen und -anfänger können die Stationen Orientierung und gemeinsames Ausprobieren verbinden. Wo liegt welches Gebäude? Welche Ecken des Campus kenne ich noch nicht? Und wer studiert hier eigentlich mit mir? Beim gemeinsamen Erkunden soll neben Bewegung auch Raum für Begegnung entstehen.

Damit aus den neu errichteten Stationen ein lebendiges Angebot wird, kommt „Campus aktiv“ ins Spiel. Das Mainzer Projekt wird im Rahmen der gemeinsamen Initiative „Bewegt studieren!“ von adh und Techniker Krankenkasse (TK) gefördert und ergänzt den Motion Trail um eine Betreuung durch studentische Hilfskräfte. Geplant sind Führungen und Teamevents, bei denen Teilnehmende den Pfad und seine Möglichkeiten kennenlernen können. So soll der Einstieg erleichtert und der Trail nach und nach im Campusleben verankert werden.

In Mainz gehören damit künftig auch Bewegungsstationen ganz selbstverständlich zum Bild der Universität. Die Neugier der Studierenden haben sie bereits geweckt. Nun soll aus dem fragenden Blick im Vorbeigehen ein erster Versuch werden. Denn ein bisschen Pausenhof darf vielleicht auch im Studium noch sein.



Campus aktiv – Bewegung mitten im Studienalltag

Mit dem Projekt „Campus aktiv“ möchte die JGU Bewegung stärker im studentischen Alltag verankern. Neben dem Motion Trail werden bestehende Angebote weiterentwickelt. Bewegte Pausen, mobile Angebote und Campusaktionen sollen langes Sitzen reduzieren, die Gesundheitskompetenz stärken und Bewegung unkompliziert zugänglich machen. Ein besonderer Schwerpunkt liegt auf der Beteiligung Studierender: Sie gestalten Angebote mit, bringen eigene Ideen ein und werden als Multiplikatorinnen und Multiplikatoren qualifiziert. So soll Bewegung langfristig zu einem selbstverständlichen Bestandteil des Campuslebens werden.



Gesunde Hochschule im Fokus: Was aktuelle Studien zeigen

Sabine König,
TK Gesundheits-
management

Wie gesund ist der Hochschulalltag? Aktuelle Studien der Techniker Krankenkasse (TK) zeigen, wie stark Studierende sowie Professorinnen und Professoren durch Stress belastet sind. Zugleich liefern die Ergebnisse wichtige Ansatzpunkte, um gesundheitsförderliche Studien- und Arbeitsbedingungen an Hochschulen weiterzuentwickeln.

Studien liefern wichtige Grundlagen für die Gesundheitsförderung

Die TK unterstützt Hochschulen im Gesundheitsmanagement unter anderem durch Förderprojekte, Netzwerke und Fachveranstaltungen. Gezielte Analysen zur Gesundheitssituation ermöglichen es, auf bestehende Herausforderungen an Hochschulen aufmerksam zu machen. Sie können als Grundlage für Gespräche mit Entscheidungsträgerinnen und Entscheidungsträgern dienen, um daraus Maßnahmen oder strukturelle Veränderungen abzuleiten. Analysen zur Studierendengesundheit führt die TK regelmäßig durch.

Welche Faktoren prägen das tägliche Leben der Studierenden? Welche Gesundheitsangebote wünschen sie sich? Welche Ansatzpunkte gibt es für das Gesundheitsmanagement an Hochschulen und damit für ein gesundes Studium?

Antworten auf diese Fragen gibt das „TK-Dossier 2026: Wie geht's Deutschlands Studierenden?", das auch Vergleiche mit den Studien aus den Jahren 2015 und 2023 ermöglicht. Das Meinungsforschungsinstitut Forsa befragte hierfür im Auftrag der TK rund 1.000 repräsentativ ausgewählte Studierende in Deutschland. Die Auswertung nahm Prof. Dr. Bertolt Meyer von der Technischen Universität Chemnitz vor. Ergänzend wurden Arzneiverordnungen von Studierenden durch das aQua-Institut ausgewertet.



Analysen zur Studierendengesundheit werden von der TK regelmäßig durchgeführt

Stress im Studium weiterhin hoch

Die Daten zeigen, dass sich 41 Prozent der Studierenden häufig gestresst fühlen. Rund 35 Prozent geben an, unter hoher bis sehr hoher emotionaler Erschöpfung zu leiden. Als häufigste Stressursache werden von rund 19 Prozent der Befragten Prüfungen und Klausuren genannt. Die Befragungsergebnisse fließen auch in die Projekte der aktuellen Initiative „Bewegt studieren!" des adh in Kooperation mit der TK ein.

Hohe Arbeitsbelastung auch in Lehre und Forschung

Eine Schlüsselrolle bei gesundheitsförderlichen Veränderungen an Hochschulen kommt der Gruppe der Professorinnen und Professoren zu, insbesondere wenn es um die Implementierung von Angeboten in der Lehre geht.

Doch wie geht es den Professorinnen und Professoren an deutschen Hochschulen? Die von der TK beauftragte PROFESS-Studie kommt zu dem Ergebnis, dass knapp zwei Drittel der Professorinnen und Professoren in Deutschland häufig oder dauerhaft unter Stress leiden. Über 85 Prozent der Befragten geben an, ihre Gesundheit durch ihre Arbeit zumindest teilweise gefährdet zu sehen. Die Erhebung wurde von Prof. Dr. Yvette Hofmann von der Ludwig-Maximilians-Universität München durchgeführt.

Gemeinsam auf dem Weg zur Gesunden Hochschule

Die TK berät, vernetzt und begleitet Hochschulen seit vielen Jahren bei dem Veränderungsprozess, Gesundheit als festen Bestandteil von Lehre, Forschung und Arbeitskultur zu verankern.

Die aktuellen Studien liefern dafür wichtige Erkenntnisse und verdeutlichen, wie entscheidend es ist, die Gesundheit aller Hochschulangehörigen in den Blick zu nehmen. Sie bieten eine fundierte Grundlage, um gemeinsam mit den Hochschulen passende Maßnahmen zu entwickeln und gesundheitsförderliche Strukturen nachhaltig zu stärken.

Weitere Infos

Mehr zum Thema „Gesunde Hochschule" erfahren Sie auf dem Online-Portal unter tk.de, Suchnummer 2069420.

Hier stehen die aktuellen Studien zum Download zur Verfügung.





Selbstführung:
Warum Resilienz mit der Frage beginnt, was wir selbst gestalten können

Dr. Nina Bürklin,
MEANING + More

Wie bleiben wir auch unter hoher Arbeitsbelastung handlungsfähig, ohne ständig mehr von uns selbst zu verlangen? Selbstführung eröffnet neue Perspektiven auf persönliche Gestaltungsspielräume, Sinnerleben und den Umgang mit Stress. Dr. Nina Bürklin zeigt anhand der adh-Qualifizierungsreihe Gesundheitsmanagement, wie Resilienz im Hochschulalltag gestärkt werden kann.

Zwischen Belastung und Gestaltungsspielraum

Hohe Arbeitsdichte, parallele Projekte, knappe Ressourcen: Wer im Hochschulkontext arbeitet, kann viele Anforderungen nicht einfach verändern. Gerade deshalb ist Selbstführung keine nette Zusatzkompetenz. Sie entscheidet mit darüber, wie wir Belastungen begegnen, Handlungsspielräume nutzen und auch in anspruchsvollen Zeiten erleben, dass unser Tun sinnvoll ist.

Im August 2026 stand Selbstführung im Mittelpunkt des vierten Seminars der adh-Qualifizierungsreihe „Gesundheitsmanagement im und durch den Hochschulsport“ in Münsterschwarzach. Dabei zeigte sich etwas, das ich auch aus meiner Arbeit mit Führungskräften und Teams kenne: Wissen über Selbstfürsorge ist das eine – es unter Zeitdruck in den Alltag zu übersetzen, das andere.

Resilienz darf dabei nicht heißen: „Die Verhältnisse bleiben, wie sie sind – und der einzelne Mensch muss noch mehr aushalten.“ Auch die beste Entspannungsübung gleicht keine dauerhaft fehlenden Ressourcen aus. Trotzdem lohnt sich der Blick auf uns selbst. Denn zwischen „Ich kann nicht alles verändern“ und „Ich kann nichts verändern“ liegt unser Gestaltungsspielraum. Genau hier beginnt Selbstführung.

Selbstführung heißt nicht Selbstoptimierung

Selbstführung ist keine Aufforderung, sich noch besser zu organisieren oder noch effizienter zu werden. Sie beginnt mit unserer Wahrnehmung: Was ist gerade da? Was kostet Kraft, was gibt mir Kraft? Dann folgt die Unterscheidung: Was kann ich beeinflussen – und was nicht? Und erst danach kommt die Frage: Wie möchte ich damit umgehen?

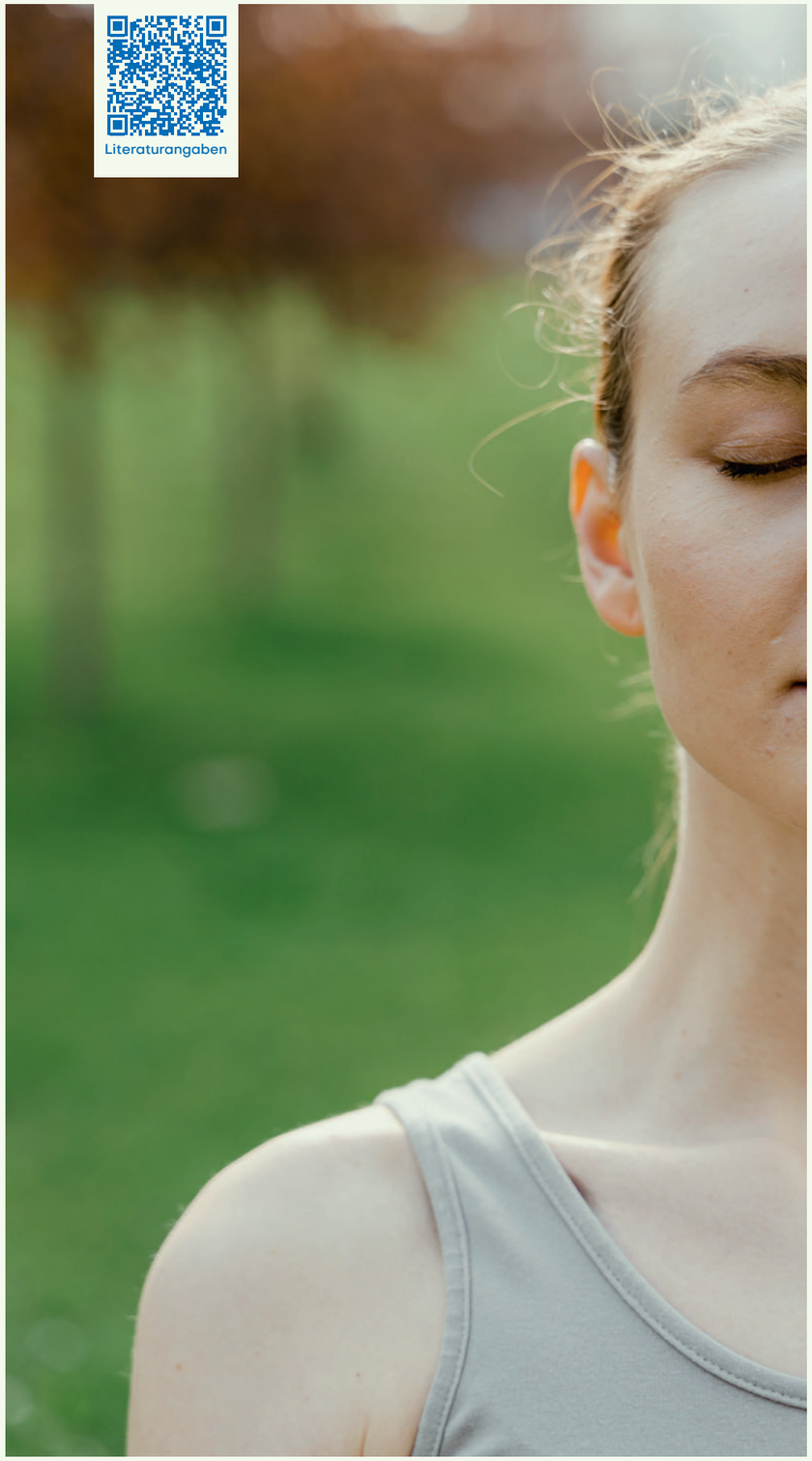
Wahrnehmen. Unterscheiden. Gestalten.
Im Alltag überspringen wir die ersten Schritte schnell: Mails, Meetings, Probleme – wir reagieren. Dabei verlieren wir leicht aus dem Blick, dass es Wahlmöglichkeiten gibt.

Ein Teilnehmer formulierte nach dem Seminar, ihm sei im Rahmen der Veranstaltung erst so richtig klar geworden, dass er im Berufsalltag deutlich mehr beeinflussen könne als gedacht. Darin liegt für mich ein Kern von Resilienz. Sie bedeutet nicht, dass Belastungen uns nichts anhaben. Sie hilft uns, mit Herausforderungen so umzugehen, dass wir handlungsfähig bleiben und uns wieder stabilisieren können. Selbstführung richtet den Blick dabei vom Reagieren zurück auf das Gestalten.

Von „Warum?“ zu „Wozu?“

Eine Frage erlebe ich in meiner Arbeit als besonders wirksam. In schwierigen Situationen fragen wir häufig: „Warum passiert mir das?“ Ursachen zu verstehen kann wichtig sein. Doch gerade beim Unveränderbaren öffnet eine andere Frage oft neue Perspektiven:

„Wozu fordert mich das heraus?“
Das „Wozu?“ unterstellt keiner Krise einen tieferen Sinn und verklärt Belastung nicht. Es verändert die Blickrichtung: Was ist jetzt von mir gefragt? Was möchte ich trotz der Umstände gestalten? Hier berührt Selbstführung die Logotherapie (sinnzentrierte Psychotherapie) Viktor Frankls. Ein zentraler Gedanke ist, dass Freiheit nicht darin besteht, sämtliche Bedingungen unseres Lebens bestimmen zu können. Freiheit zeigt sich vielmehr auch darin, wie wir uns dazu verhalten. Manchmal können wir die Situation verändern, manchmal unser Verhalten – und manchmal vor allem unsere Haltung.



Selbstführung richtet den Blick vom Reagieren zurück auf das Gestalten

Sinn ist keine Luxusfrage

Wer ohnehin zu viel auf dem Schreibtisch hat, braucht vermeintlich nicht auch noch die große Frage nach Sinn im Leben. Doch darum geht es nicht. Sinn lässt sich viel konkreter betrachten:

Wofür lohnt es sich für mich, heute Zeit, Aufmerksamkeit und Energie einzusetzen?
Eine Seminarteilnehmerin erkannte im Seminar, dass sie keines ihrer zahlreichen Projekte beiseitelegen wollte, weil sie in allen Sinn erlebte. Das löste die Ressourcenfrage nicht. Aber aus „Es ist alles zu viel“ wurde eine differenziertere Frage: Was ist mir daran wichtig – und wie möchte ich damit umgehen?

Dass Sinnerleben eine Ressource für Resilienz sein kann, zeigen auch wissenschaftliche Studien: Höheres Sinnerleben wurde u. a. mit besserer emotionaler Erholung nach negativen Erfahrungen und größerer Widerstandsfähigkeit gegenüber stressbedingter psychischer Belastung in Verbindung gebracht (Schaefer et al., 2013; Ostafin & Proulx, 2020). Sinn verhindert Belastungen nicht – er kann aber beeinflussen, wie wir ihnen begegnen.

Auch das PERMA-Modell der Positiven Psychologie nennt Sinn als einen von fünf Bausteinen des Wohlbefindens – neben positiven Emotionen, Engagement, Beziehungen und dem Erleben von Fortschritt. Für mich ist das keine neue To-do-Liste, sondern eine Toolbox: verschiedene Ansatzpunkte, unser Wohlbefinden aktiv mitzugestalten.

Selbstführung findet auch zwischen Menschen statt

Gerade unter Zeitdruck scheint es effizient, Gespräche abzukürzen oder beim Zuhören bereits die



Gestaltungsspielraum finden

eigene Antwort vorzubereiten. Dabei können wenige Minuten echter Aufmerksamkeit viel verändern.

Eine weitere Person berichtete im Seminar, dass sie einem Hausmeister bewusst einen Moment länger zugehört hatte. Daraufhin erzählte dieser von mehreren Problemen, die gut lösbar waren, von denen der Teilnehmer aber sonst vermutlich nie erfahren hätte. Was nach „Soft Skill" klingt, hatte einen sehr konkreten Nutzen für die Zusammenarbeit.

Wie bedeutsam Beziehungen sind, zeigt die seit 1938 laufende Harvard Study of Adult Development, eine der längsten Langzeitstudien zum Erwachsenenleben. Eine ihrer zentralen Erkenntnisse: Die Qualität unserer Beziehungen ist der stärkste Prädiktor von langfristiger Gesundheit und Wohlbefinden (mehr noch als IQ oder Bildungsgrad). Gute Beziehungen sind damit weit mehr als ein angenehmer Zusatz.

Auch bewusstes Zuhören ist deshalb eine Form von Selbstführung: Wie präsent bin ich? Wem schenke ich meine Aufmerksamkeit? Wie möchte ich anderen begegnen?

Drei kleine Experimente für den Hochschulalltag

1. Den eigenen Gestaltungsspielraum finden.
Wenn alles gleichzeitig auf dich einströmt, nimm dir einen Moment Zeit und notiere die wichtigsten Stressoren, egal wie groß oder klein. Frage dich dann: Was davon kann ich tatsächlich beeinflussen? Prüfe auch bei vermeintlich Unveränderbarem: Kannst du dein Verhalten, deine Kommunikation oder deine Haltung verändern? Es geht nicht darum, überall Kontrolle zu haben, sondern vorhandene Gestaltungsspielräume nicht zu übersehen.

2. Zweimal einatmen, lange ausatmen.
Wenn der Stresspegel steigt: Atme durch die Nase ein, halte die Luft kurz an, setze einen zweiten, kürzeren Atemzug darauf und atme anschließend langsam und möglichst vollständig aus. Wiederhole dies einige Male. Dieses „physiologische Seufzen" lässt sich auch zwischen zwei Meetings oder vor einem schwierigen Gespräch einsetzen. Seine Wirkung wurde wissenschaftlich untersucht: In einer randomisierten Studie von Balban et al. (2023) zeigte diese Form des Atmens positive Effekte, u. a. auf Stimmung und Atemfrequenz. Ziel ist nicht, Probleme wegzuatmen, sondern den körperlichen Zustand so zu regulieren, dass wieder mehr Klarheit entstehen kann.

3. Die Sinnfrage nahbarer machen.
Frage im Alltag nicht gleich: „Wo finde ich Sinn in meinem Leben?" Frage stattdessen: „Wofür lohnt sich mein Engagement heute?" Vielleicht ist es ein Projekt, ein Team, für das du Verantwortung trägst, oder ein Mensch, dem deine Arbeit hilft. Sinnerleben muss nicht groß sein, um bedeutsam zu sein.

Nicht alles liegt in unserer Hand. Aber wir sind auch nicht machtlos.

Wir können knappe Budgets nicht durch eine andere Haltung vergrößern. Strukturelle Probleme lassen sich nicht durch Resilienztraining lösen. Reale Überlastung sollte nicht individualisiert werden. Gleichzeitig unterschätzen wir häufig unseren Einfluss. Wir können Aufmerksamkeit lenken, unseren körperlichen Zustand regulieren, Beziehungen gestalten und unterscheiden, wo Akzeptanz notwendig ist und wo Handeln möglich wird.

Persönlichkeitsentwicklung bedeutet für mich deshalb, bewusster darüber entscheiden zu können, wie ich auf die konkrete Situation antworte, die gerade vor mir liegt. Vielleicht beginnt Resilienz genau dort: nicht mit der Erwartung, alles im Griff zu haben, sondern mit der Erfahrung, auch unter schwierigen Bedingungen selbstwirksam gestalten zu können.

Dr. Nina Bürklin



Dr. Nina Bürklin ist Gründerin von MEANING + More und Mitautorin von „Führung auf festem Grund – mit Sinn. 10 Impulse für eine wertebasierte Führung". Das Buch vertieft die Frage, wie Werte und Sinn zu einem tragfähigen Fundament für (Selbst-)Führung werden können.



Katharina Neumann,
adh Jugend- und Bildungsreferentin

FISU Forum 2026: Internationale Impulse für einen zukunftsfähigen Hochschulsport

Wie kann Hochschulsport dazu beitragen, dass Studierende gesund lernen, Gemeinschaft erleben und sich persönlich entwickeln können? Welche Rahmenbedingungen braucht es für die erfolgreiche Verbindung von Studium und Spitzensport? Und welche Wirkung können Hochschulsportveranstaltungen über Wettkämpfe hinaus entfalten? Mit diesen Fragen beschäftigte sich das FISU World Forum 2026 im schwedischen Östersund.

Active Body, Healthy Mind

Vom 24. bis 28. August kamen rund 160 Teilnehmende aus 40 Ländern und Regionen aller fünf Kontinente an der Mid Sweden University zusammen. Unter dem Leitmotiv „Active Body, Healthy Mind: How Impactful Sport can be at Universities“ bot das alle zwei Jahre stattfindende Forum Raum für wissenschaftliche Impulse, Workshops, studentische Projektarbeit, Sport und internationalen Austausch.

Im Mittelpunkt standen drei Themenfelder, die für die Weiterentwicklung des Hochschulsports weltweit von zentraler Bedeutung sind: gesundheitsfördernde Hochschulen, gute Rahmenbedingungen für Studium und Spitzensport sowie Hochschulsportveranstaltungen als Impulsgeber für Inklusion, Teilhabe und gesellschaftliche Entwicklung.

Hochschulsport als Motor eines gesunden Campus

Bereits zum Auftakt rückte das Forum die Gesundheit und das Wohlbefinden von Studierenden in den Mittelpunkt. Dabei wurde deutlich: Hochschulsport kann weit mehr



Janina Wey und Katharina Neumann vertraten den adh beim FISU Forum

leisten als Bewegungs- und Sportprogramme bereitzustellen. Mit seinen niedrigschwelligen Angeboten, vielfältigen Begegnungsmöglichkeiten und seiner Präsenz an der gesamten Hochschule kann er eine Schlüsselrolle bei der Entwicklung gesundheitsfördernder Hochschulen übernehmen.

Michelle Tanner, Head of Sport and Physical Activity am Trinity College Dublin, brachte diesen Gedanken in ihrer Keynote auf den Punkt: „Healthy Campus ist keine Abteilung, sondern ein Ökosystem." Gesundheit müsse als gemeinsame Aufgabe der gesamten Hochschule verstanden werden. Hochschulsporteinrichtungen können dabei eine wichtige verbindende Funktion zwischen Studierenden, Hochschulleitung, Lehre, Beratung und weiteren Bereichen übernehmen.

Tanner verwies zugleich auf Herausforderungen, mit denen Studierende weltweit konfrontiert sind: psychische Belastungen, Einsamkeit, Bewegungsmangel und digitale Überforderung. Gerade hier könne Hochschulsport einen wichtigen Beitrag leisten – durch Bewegung ebenso wie durch soziale Kontakte, Gemeinschaftserlebnisse und niedrigschwellige Zugänge zu gesundheitsfördernden Angeboten.

Mit „Mind Body Boost" stellte Tanner ein Beispiel aus Dublin vor, bei dem Bewegung, Achtsamkeit und Stressmanagement miteinander verbunden werden. Das Programm zeigt exemplarisch, wie Hochschulsport in umfassendere Gesundheitsstrategien eingebunden werden kann und damit über die klassische Organisation von Sportkursen hinauswirkt.

Auch das FISU-Programm Healthy Campus verdeutlichte diesen Anspruch. Es unterstützt Hochschulen dabei, Gesundheit und Wohlbefinden strukturell in der Campuskultur zu verankern. Die internationalen Beispiele zeigten zugleich, wie unterschiedlich die Voraussetzungen an Hochschulen weltweit sind. Erfolgreiche Konzepte lassen sich daher nicht einfach übertragen, bieten aber wertvolle Anregungen für die Entwicklung passender Lösungen vor Ort.

Studium und Spitzensport: Nicht nur Aktive sind gefordert

Ein zweiter Schwerpunkt widmete sich der Verbindung von Studium und Spitzensport. Im Mittelpunkt stand dabei weniger die Frage, wie Athletinnen und Athleten ihre Doppelbelastung individuell besser organisieren können. Vielmehr rückten die strukturellen Rahmenbedingungen an Hochschulen und im Sport in den Fokus.

Dem Hochschulsport kommt dabei eine wichtige Vermittlerrolle zu. Als Schnittstelle zwischen Hochschule, Sportstrukturen und studentischen Spitzensportlerinnen und -sportlern kann er dazu beitragen, unterschiedliche Anforderungen miteinander zu vereinbaren, Unterstützungsangebote zu koordinieren und für die besonderen Bedürfnisse der Aktiven zu sensibilisieren.

Miquel Torregrossa-Álvarez von der Universitat Autònoma de Barcelona plädierte in seiner Keynote für einen „Whole Person Approach". Studentische Spitzensportlerinnen und -sportler sollten nicht allein in ihrer sportlichen Rolle betrachtet werden. Entscheidend sei vielmehr die gesamte persönliche Entwicklung. Dafür brauche es ein unterstützendes Netzwerk aus Hochschule, Hochschulsport, Lehrenden, Trainerinnen und Trainern sowie weiteren Partnern.

Auch Lukas Linnér von der Halmstad University unterstrich, dass erfolgreiche Modelle für Studium



FISU Präsident Leonz Eder (rechts) im Gespräch mit Studierenden

adh. GERMAN UNIVERSITY SPORTS FEDERATION

DUAL CAREER

Germany's model for combining elite sport and academic achievement.



WHAT IS A DUAL CAREER?

A dual career enables athletes to pursue

ELITE SPORT & HIGHER EDUCATION

at the same time.

As the German University Sports Federation, (adh) we focus on the combination of elite sport and higher education.

Balancing competitions, training camps, exams, and academic responsibilities requires flexible study structures and strong support systems. Germany has developed a nationwide network to make this possible.

DUAL CAREER IN GERMANY

A national success story

119
PARTNER UNIVERSITIES OF ELITE SPORT
support student athletes across Germany.

1,200+
STUDENT ATHLETES
currently benefit from the network.

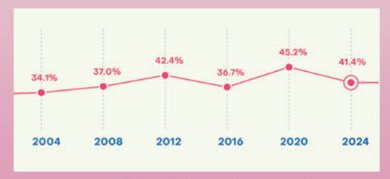
27
YEARS
The adh project Partner University of Elite Sport has helped athletes to combine academic and sporting excellence since 1999.

A GROWING OLYMPIC TREND

Student athletes are shaping Team Germany

Research conducted by adh shows that students represent a significant proportion of German Olympic teams. Their academic qualifications are becoming increasingly important alongside sporting success.

Growing Importance of higher education among German olympic athletes



Percentage of student athletes in Team Germany at the Olympic Games

WHY DOES IT MATTER?

FOR ATHLETES

- Career opportunities beyond sport
- Personal development
- Greater long-term security
- A balanced lifestyle

FOR SPORT

- Sustainable athlete development
- Better retention of talent
- Stronger international competitiveness
- Long-term success

THE ADH NETWORK

adh promotes dual careers through:

- **PARTNER UNIVERSITIES OF ELITE SPORT**
- **STUDENT ATHLETES AT THE OLYMPIC GAMES**
- **FISU WORLD UNIVERSITY GAMES AND TEAM STUDI INITIATIVES**

Together, these programs demonstrate that academic education and elite athletic performance belong together.



SPORT MEETS SCIENCE

Supporting excellence in sport & higher education

VIDEO PROJECT CONTACT

adh.de

und Spitzensport vor allem vom Umfeld abhängen. Statt Anpassungsleistungen immer wieder von den einzelnen Aktiven zu verlangen, müssten Strukturen flexibler und die Zusammenarbeit zwischen den beteiligten Institutionen verbessert werden.

In der anschließenden Diskussion wurde zudem dafür geworben, Studium nicht als „Plan B“ neben der sportlichen Karriere zu betrachten. Beide Bereiche können sich gegenseitig stärken und Kompetenzen vermitteln, die langfristig für die persönliche und berufliche Entwicklung relevant sind. Der internationale Vergleich machte deutlich, dass es für die Unterstützung studentischer Spitzensportlerinnen und -sportler keine einheitliche Lösung gibt. Unterschiedliche Hochschul- und Sportsysteme erfordern passende Ansätze und verlässliche Unterstützungsstrukturen.

Wirkung über den Wettkampf hinaus

Die Frage, welche Wirkung Hochschulsportveranstaltungen über den letzten Wettkampf hinaus entfalten, beschäftigte die Teilnehmenden in einem weiteren Themenschwerpunkt. Dabei ging es insbesondere darum, wie sich der Wert von Veranstaltungen jenseits klassischer Kennzahlen wie Besucherzahlen, Übernachtungen oder wirtschaftlicher Effekte erfassen lässt. Forschende und Hochschulsportverantwortliche machten deutlich, dass gerade im Hochschulsport die sozialen Wirkungen von Veranstaltungen eine besondere Rolle spielen. Dazu zählen Begegnungen zwischen Menschen unterschiedlicher Herkunft, studentisches und freiwilliges Engagement, die Identifikation mit der eigenen Hochschule sowie Impulse für Bewegung und gesellschaftliche Teilhabe.

Indem Hochschulsportveranstaltungen sportlichen Wettbewerb mit studentischer Begegnung, Ehrenamt, Bildung und Austausch verbinden, entsteht ein Mehrwert, der sich nicht allein an sportlichen Ergebnissen messen lässt.

Eine wichtige Erkenntnis der Diskussion war deshalb, dass Hochschulsporteinrichtungen und -verbände die Wirkung ihrer Veranstaltungen künftig noch stärker sichtbar machen sollten. Wer öffentliche und institutionelle Unterstützung gewinnen möchte, muss nicht nur darstellen, dass Veranstaltungen stattfinden, sondern auch, welchen Mehrwert sie für Studierende, Hochschulen und Gesellschaft schaffen.

Studierende entwickeln den Hochschulsport von morgen

Während der Woche arbeiteten internationale Studierendengruppen gemeinsam an Ideen zur Weiterentwicklung des Hochschulsports. Im Mittelpunkt standen vier Fragestellungen: Wie können innovative Angebote für das Wohlbefinden von Studierenden entwickelt werden? Wie lassen sich Bildungsangebote bei FISU-Veranstaltungen interaktiver gestalten? Wie können Parasportarten stärker in nationale Hochschulsportveranstaltungen integriert werden? Und wie können Hochschulsportverbände nachhaltiger handeln? Acht Teams präsentierten zum Abschluss ihre Konzepte. Die Bandbreite reichte von digitalen Bildungsformaten über Nachhaltigkeitsmodelle bis zu neuen Ansätzen für mentale Gesundheit und Inklusion.

Dabei zeigte sich, wie wichtig studentische Beteiligung für die Zukunft des Hochschulsports ist: Die Studierenden waren nicht nur Zielgruppe des Forums, sondern entwickelten selbst Lösungen für aktuelle Herausforderungen und brachten ihre Perspektiven unmittelbar in die internationale Hochschulsportentwicklung ein.

Begegnung als Kern des Hochschulsports

Neben Vorträgen, Panels und Workshops spielte auch die gemeinsame sportliche Aktivität eine wichtige Rolle. Bei Brännboll, Parasportangeboten, Biathlon, Bewegungseinheiten oder kulturellen Aktivitäten kamen die Teilnehmenden in wechselnden Gruppen in Kontakt. Gerade darin zeigte sich eine der besonderen Stärken des Hochschulsports: Sport schafft niedrigschwellige Begegnungen, überwindet sprachliche und kulturelle Grenzen und ermöglicht Austausch außerhalb formaler Sitzungen.

Das World Forum bot damit nicht nur Gelegenheit, über die Zukunft des Hochschulsports zu diskutieren. Es machte zugleich unmittelbar erlebbar, wie Sport Menschen zusammenbringt und Gemeinschaft über kulturelle und sprachliche Grenzen hinweg entstehen lässt.

Internationale Impulse für die Praxis

Das FISU World Forum 2026 machte deutlich, wie breit die Aufgaben des Hochschulsports inzwischen gefasst werden. Gesundheit und Wohlbefinden, Studium und Spitzensport, Inklusion, Nachhaltigkeit, studentische Beteiligung und die gesellschaftliche Wirkung von Veranstaltungen greifen ineinander. Hochschulsporteinrichtungen können dabei weit über den Sportbetrieb hinaus Impulse setzen. Als Teil der Hochschule erreichen sie Studierende, fördern Begegnungen und bringen unterschiedliche Akteure zusammen. Der internationale Austausch zeigte zudem: Die Herausforderungen ähneln sich vielerorts, die Voraussetzungen sind jedoch unterschiedlich. Umso wichtiger bleiben Netzwerke, der Austausch guter Praxis und die Bereitschaft, erfolgreiche Ansätze an die jeweiligen Bedingungen vor Ort anzupassen.

So wurde Östersund für fünf Tage zu einem internationalen Lern- und Begegnungsort, der neue Perspektiven eröffnete und zugleich zeigte, wie Hochschulsport zur Gestaltung gesunder, inklusiver und lebendiger Hochschulen beitragen kann.

Mehr als ein Forum: Neue Perspektiven, Ideen und Freundschaften

Interview mit adh-Vorständin Janina Wey

Das FISU World Forum 2026 bot nicht nur Raum für fachlichen Austausch, sondern auch für persönliche Entwicklung und internationale Begegnungen. Janina Wey, studentische adh-Vorständin, berichtet von ihren Erfahrungen in Östersund, neuen Ideen für den Hochschulsport und davon, warum gemeinsames Erleben oft genauso wichtig ist wie das offizielle Programm.

Janina, was hat das FISU World Forum für dich persönlich besonders gemacht?

Für mich war das Forum eine tolle Möglichkeit, den adh aus studentischer Perspektive zu vertreten und zu erleben, wie unterschiedlich Hochschulsport und studentische Beteiligung international gedacht werden. Besonders prägend war die Kombination aus Projektarbeiten, internationalem Austausch und persönlichen Begegnungen. Eine Woche gemeinsam zu leben, zu arbeiten und sich auf Englisch zu verständigen, fordert auf eine ganz andere Weise heraus. Präsentationen vor einer internationalen Jury, spontane Diskussionen oder die Zusammenarbeit mit Menschen, die ganz andere Erfahrungen mitbringen, haben mich immer wieder aus meiner Komfortzone geholt. Gleichzeitig sind gerade so sehr schnell intensive Verbindungen entstanden.

Ein wichtiger Bestandteil des Forums waren die studentischen Projekte. Welche Ideen habt ihr entwickelt und was nimmst du daraus für den adh mit?

In internationalen Gruppen haben wir Lösungsansätze zu Themen wie



Internationale Zusammenarbeit und neue Freundschaften prägen das FISU Forum

Nachhaltigkeit, Bildung durch Sport, Parasport und studentischem Wohlbefinden entwickelt. Unsere Gruppe beschäftigte sich mit der Frage, wie Hochschulen auch diejenigen Studierenden besser erreichen können, die bestehende Gesundheits- und Bewegungsangebote bislang kaum nutzen.

Daraus entstand die Idee eines Healthy Campus Ambassador-Programms: Studierende sollen als Multiplikatorinnen und Multiplikatoren auf Augenhöhe Gesundheit und Wohlbefinden stärker in den Studienalltag bringen und insbesondere diejenigen erreichen, die nicht selbst aktiv nach entsprechenden Angeboten suchen.

Auch das Siegerprojekt zur Weiterentwicklung des Parasports setzte auf einen Ambassador-Ansatz und beschäftigte sich damit, wie Inklusion und Parasport stärker in Hochschulsportstrukturen und Veranstaltungen eingebunden werden können.

Beide Konzepte möchte ich in die weitere Vorstandsarbeit mitnehmen und im adh diskutieren. Gerade mit Blick auf bestehende Themen wie Healthy Campus, „Bewegt studieren!“ oder die Weiterentwicklung inklusiver Hochschulsportstrukturen können daraus neue Impulse entstehen, die wir mit unseren Beiräten, Arbeitsgruppen und Mitgliedshochschulen weiterdenken können.

Neben der Projektarbeit spielte auch das gemeinsame Erleben eine große Rolle. Was ist dir besonders in Erinnerung geblieben?

Mindestens genauso prägend wie die Projektarbeit war der Austausch außerhalb des offiziellen Programms. Wir haben mit Studierenden aus verschiedenen Ländern zusammengewohnt, gemeinsam gegessen, unsere Freizeit verbracht und schwedische Kultur erlebt. Aus Mitbewohnerinnen und Mitbewohnern sowie Projektpartnerinnen und -partnern wurden innerhalb weniger Tage Freundinnen und Freunde.



Janina Wey präsentiert Ergebnisse der Projektgruppe

Ob beim gemeinsamen Fika, Biathlonschießen oder beim Brännboll-Turnier – viele der besten Gespräche sind gerade zwischen den offiziellen Programmpunkten entstanden. Man lernt sich auf eine ganz andere Weise kennen, wenn man nicht nur gemeinsam an Themen arbeitet, sondern auch den Alltag miteinander teilt.

Was können wir daraus für die studentische Beteiligung im adh lernen?

Für unsere Studierendenseminare nehme ich mit, dass wir noch stärker darauf setzen könnten, nicht nur gemeinsam zu tagen, sondern auch zusammen zu leben, zu kochen und Zeit miteinander zu verbringen. Das ist oft unkomplizierter und günstiger, schafft aber vor allem eine andere Atmosphäre. Man kommt leichter ins Gespräch, lernt sich intensiver kennen und geht im besten Fall nicht nur mit neuen Ideen, sondern auch mit neuen Kontakten und Freundschaften aus einem Wochenende heraus.

Im internationalen Austausch wurde außerdem deutlich, wie unterschiedlich andere Länder Studierende in ihre Verbandsarbeit einbinden und teilweise mit deutlich größeren Delegationen vertreten sind. Diese Gespräche liefern wertvolle Anregungen dafür, wie auch wir Studierende noch stärker erreichen, vernetzen und langfristig für die Mitarbeit im Hochschulsport begeistern können.

Was bleibt für dich vom World Forum – und was sollte über Östersund hinauswirken?

Für mich endet der Wert des World Forums nicht mit der Woche in Östersund. Entscheidend ist, welche Ideen, Kontakte und Erfahrungen wir anschließend zurück in den adh tragen und welche davon über unsere Gremien und Netzwerke auch an den Mitgliedshochschulen weiterwirken.

Gerade diese Verbindung aus internationalem Austausch, persönlicher Entwicklung und konkreten Impulsen für die eigene Arbeit macht solche Formate für mich besonders wertvoll.

Janina, vielen Dank für das Gespräch!

Das Interview führte Julia Frasch, adh-Öffentlichkeitsreferentin

UNICUM TV

Digital Signage im Hochschulsport

Kommunikation auf Bildschirmen informiert und unterhält!

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

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

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

Sprechen Sie uns an:

Joachim Senk
0234 - 5200 5911
joachim.senk@unicum.tv

Servicepartner

UNICUM TV | adh. ALLGEMEINER DEUTSCHER HOCHSCHULSPORT-VERBAND

Niklas Walter,
adh-Öffentlichkeitsreferat

Sommer, Sonne & Medaillen: Deutsche Hochschulen glänzen bei den EUSA Games

Die siebten European Universities Games fanden vom 18. Juli bis zum 1. August 2026 in Salerno statt. Die italienische Hafenstadt an der Amalfiküste war über zwei Wochen lang Austragungsort des größten Multisportevents des europäischen Hochschulsports. Über 4.000 Teilnehmende aus ganz Europa kamen in 13 Sportarten zusammen. Die deutsche Delegation war mit 277 Teilnehmenden vertreten und überzeugte mit sieben Medaillen sowie zahlreichen weiteren starken Platzierungen.

Sport bringt Studierende aus ganz Europa zusammen

Unter dem Slogan „Passion Never Ends“ waren mehr als 4.000 Athletinnen und Athleten sowie Offizielle aus 31 Nationen Teil der diesjährigen EUSA Games in Italien. Die European Universities Games bringen alle zwei Jahre Studierende aus ganz Europa zu einem der größten Multisportevents des europäischen Hochschulsports zusammen. Neben hochklassigen Wettkämpfen stehen internationaler Austausch, Fairplay, Respekt, Inklusion und das gemeinsame Erleben im Mittelpunkt.

In Salerno sorgten zudem rund 700 Volunteers dafür, dass 13 Sportarten Publikum und Teilnehmende begeistern konnten. Das Programm wurde erstmals um Padel erweitert. Zudem kehrte Rugby 7s zurück, während die Kampfsportarten in eine eigenständige Veranstaltung ausgelagert wurden.

Mit 277 Teilnehmenden, verteilt auf 35 Teams, stellten 17 deutsche Hochschulen, die in allen 13 Sportarten vertreten waren, erneut eine der größten Delegationen. Angesichts des Wegfalls der Kampfsportarten war die Bilanz von sieben Medaillen (einmal Gold, dreimal Silber, dreimal Bronze) erneut ein Erfolg. Mit jeweils zweimal Edelmetall waren dabei die WG Köln (Gold Tennis Frauen, Bronze Badminton Team) und die WG Würzburg (Silber Fußball Männer, Bronze Fußball Frauen) am erfolgreichsten. Im Nationenranking belegte Deutschland einen guten achten Platz.









Impressionen von den EUSA Games

Titelverteidigung im Tennis, Finals bei Fußball und Volleyball

3x3 Basketball, Basketball, Fußball, Futsal, Volleyball, Beachvolleyball, Padel, Rugby 7s, Handball, Beachhandball, Badminton, Tennis und Tischtennis – in allen Sportarten waren deutsche Aktive vertreten und sorgten für zahlreiche sportliche Höhepunkte.

Wie schon 2024 gelang den Tennisspielerinnen der WG Köln der ganz große Wurf. In der Besetzung Anastasia Simonov, Annika Pschorr und Kayleigh Castillo blieben sie in Salerno ungeschlagen und sicherten sich verdient die Goldmedaille.

Mit je zwei Podestplatzierungen waren Fußball und Badminton die medaillenreichsten deutschen Sportarten in Salerno. Die Fußballer der WG Würzburg lieferten sich im Finale mit der Uni Rzeszow (Polen) einen packenden Schlagabtausch, mussten sich jedoch im Elfmeterschießen geschlagen geben und gewannen Silber. Die Würzburger Frauen waren nach dem Titelgewinn 2024 mit großen Ambitionen angereist. Nach dem unglücklichen Halbfinalaus blieb dennoch die Freude über die Bronzemedaille.

Im Badminton feierte das Team der WG Köln einen historischen Erfolg und sicherte sich nach einer starken Vorrunde den Einzug ins Halbfinale. Mit Bronze gelang die bislang beste Kölner Teamplatzierung bei den EUSA Games. Auch in den Individualwettbewerben gab es Grund zum Jubeln: Ben Simon Gatzsche und Philip Bussler von der WG Bonn spielten sich im Männerdoppel bis ins Halbfinale und wurden für ihre starke Turnierleistung mit Bronze belohnt.

Im Volleyball zogen die Männer der Uni Rostock, die bereits 2024 Gold gewonnen hatten, erneut ins Finale ein. Dort mussten sie sich der Uni Montpellier (Frankreich) mit 1:3 geschlagen geben, doch die anfängliche Enttäuschung wich schnell der Freude über eine hochverdiente Silbermedaille.

Nach dem knappen Weiterkommen in der Vorrunde spielten sich die Basketballerinnen der WG Freiburg ab dem Viertelfinale in einen Rausch, der erst mit der 75:83-Finalniederlage gegen die Uni Valencia (Spanien) endete. Doch bereits kurz nach Spielende überwog der Stolz über die herausragende Turnierleistung.

Padel erwies sich bei seiner Premiere bei den EUSA Games als klare Bereicherung für das Programm. Für die Frauen der WG Bochum endete das Turnier mit einem guten sechsten Platz, während die Männer der WG Köln und der WG Dortmund nach drei intensiven Turniertagen auf den Rängen neun und elf landeten.

Erstmals seit 2018 war mit den Männern der WG Aachen auch wieder ein deutsches Team im Rugby 7s vertreten. Nach einem schwierigen Turnierstart stabilisierten sich die Aachener und schlossen als bestes Team der Platzierungsrunde auf Rang fünf ab.

Besondere Auszeichnungen gab es für die Handballerinnen der HU Berlin und die Futsaler der WG Mainz, die jeweils mit dem Fairplay-Award ausgezeichnet wurden.

Hitzeschlacht und neue Wettkampfformate

Das sommerliche Wetter in Süditalien erwies sich gerade bei den Outdoor-Sportarten als herausfordernd. Temperaturen über 35 Grad waren in Salerno an der Tagesordnung und erforderten spezielle Konzepte bei der Trinkwasserversorgung und Anpassungen der Wettkampfzeiten. Zudem veränderte ein neues Wettkampfprogramm – ohne Einzel- und Kampfsportarten – das Erscheinungsbild der EUSA Games, die den Fokus klar auf den Mannschaftssport legten. Die Aufteilung der 13 Sportarten auf zwei Wettkampfwochen verlieh der Veranstaltung einen neuen Charakter.

Delegationsleiter Dr. Sebastian Sdrenka zog ein positives Fazit: „Über 270 Aktive und Offizielle haben den deutschen Hochschulsport bei den EUSA Games hervorragend vertreten. Neben den sportlichen Erfolgen sind vor allem die internationalen Erfahrungen, Begegnungen und Netzwerke wertvoll, die unsere Aktiven aus Salerno mitnehmen. Die EUSA Games haben eindrucksvoll gezeigt, wie Studium und Sport auf hohem Niveau zusammenfinden. Auch abseits der Wettkampfflächen haben sich alle Teammitglieder hervorragend präsentiert. Wie lebendig und engagiert unser Verband ist, wurde zudem bei den EUSA-Awards eindrucksvoll unterstrichen – der adh wurde als aktivster Hochschulsportverband Europas ausgezeichnet, und Jörg Förster für sein herausragendes, langjähriges Engagement mit dem ‚EUSA Order of Merit' geehrt."



Dr. Sebastian Sdrenka, Niklas Walter und Sophia Kunder

Neben dem Delegationsleiter verstärkten Mitglieder der adh-Geschäftsstelle das deutsche Supportteam vor Ort.: Sophia Kunder und EUG-Praktikant Jules Giron übernahmen organisatorische und konzeptionelle Aufgaben. Niklas Walter koordinierte die Öffentlichkeitsarbeit und erhielt dabei Unterstützung von Simon Eymann. Dr. Dieter Heinold fungierte als Teamarzt vor Ort.

Weitere 31 Medaillen bei den Europäischen Hochschulmeisterschaften

Seit Längerem wird Rudern als European Universities Championship (EUC) ausgetragen, Combat Sports kam im letzten Jahr als ebenso eigenständiges Format neu dazu.

Auch hier präsentierten sich die deutschen Hochschulen stark und gewannen neun Medaillen beim Rudern (zweimal Gold, zweimal Silber, fünfmal Bronze) in Zagreb (Kroatien) und beeindruckende 22 Medaillen (zweimal Gold, viermal Silber, 16-mal Bronze) bei Judo, Taekwondo, Karate und Kickboxen in Tirana (Albanien).

Erfolgreiche Bilanz und bleibende Erfahrungen

Mit sieben Medaillen bei den EUSA Games und weiteren 31 bei den Europäischen Hochschulmeisterschaften blickt der deutsche Hochschulsport auf einen erfolgreichen internationalen Wettkampfsommer zurück.

Neben den sportlichen Leistungen bleiben vor allem die persönlichen Begegnungen, gemeinsamen Erfahrungen und neuen Verbindungen über Ländergrenzen hinweg – ganz im Sinne des europäischen Hochschulsports.

DHM Ski Alpin: Gelungenes Comeback mit neuem Konzept

Henrik Fliegel,
studentisches
adh-Vorstandsmitglied

Studierende organisieren, gestalten und stehen selbst am Start: Nach zwei Jahren Pause feierte die DHM Ski Alpin im März 2026 ein gelungenes Comeback. Im schweizerischen Les Crosets verband der Hochschulsport Münster ambitionierten Wettkampfsport mit Breitensport und gemeinschaftlichem Erleben. 2027 geht das erfolgreiche Konzept am selben Ort in die nächste Runde.

Skisport mit Tradition

Die Ausrichtung der Deutschen Hochschulmeisterschaft (DHM) Ski Alpin knüpfte an eine lange Skitradition des Hochschulsports Münster an.

Seit knapp 40 Jahren werden von Münster aus Skitouren organisiert, an denen pro Saison rund 500 Personen teilnehmen. Hinzu kommt eine eigene Skilehrerausbildung, die mit einer Lizenz des Westdeutschen Skiverbands abgeschlossen werden kann. Durch dieses langjährige Engagement ist ein tragfähiges Netzwerk entstanden, das auch bei der Organisation der DHM Ski Alpin 2026 eine wichtige Rolle spielte.

Die DHM wurde maßgeblich von Studierenden und ehemaligen Studierenden organisiert. Sie kümmerten sich um Unterkünfte, Rahmenprogramm, Musik und Moderation sowie Foto- und Drohnenaufnahmen. Unterstützt wurde das Organisationsteam durch die Kontakte des adh-Disziplinchefs Ski Alpin, Erik Schaufelberger.

Über dieses Netzwerk konnten sowohl die fachliche Umsetzung von Kurssetzung und Zeitnahme abgesichert als auch gezielt erfahrene Rennfahrerinnen und -fahrer für die Veranstaltung gewonnen werden.

Mehr als nur zwei Rennen

Neben Slalom und Riesenslalom gehörten eine gemeinsame Veranstaltungseröffnung im Schirm, eine Sportlerparty mit Blick auf das Skigebiet und die Siegerehrung mitten im Skigebiet zum Programm. Bereits vor den Rennen fanden außerdem zwei Skikurse für Breitensportlerinnen und -sportler statt.

Wie gut das Konzept funktionierte, zeigte sich daran, dass einige Teilnehmende im Laufe der Woche zunächst das Skifahren erlernten und nur wenige Tage später selbst im Rennkurs an den Start gingen. Genau dieser niedrigschwellige Zugang zur DHM war ein zentraler Bestandteil der Veranstaltung: Breitensport und ambitionierter Wettkampfsport sollten nicht nebeneinander stattfinden, sondern miteinander verbunden werden.

Auch bei der Unterbringung wurde auf ein gemeinsames Format gesetzt. Alle Teilnehmenden wohnten in einer Selbstversorgerhütte. Was für manche erfahrene Rennfahrerinnen und -fahrer zunächst ungewohnt war, entwickelte sich zu einem besonderen Gemeinschaftserlebnis. Die unterschiedlichen Gruppen fanden schnell zusammen und verbrachten auch abseits der Piste viel Zeit miteinander.

Gemeinsam auf der Rennstrecke

Trotz der Breitensportorientierung blieb der sportliche Anspruch der DHM hoch. Knapp zehn rennerfahrene Aktive brachten umfangreiche Wettkampferfahrung mit. Gerade an der Spitze waren die Entscheidungen in Slalom und Riesenslalom eng.

Gleichzeitig konnten Breitensportlerinnen und -sportler auf derselben Strecke und unter denselben Bedingungen antreten. Damit entstand ein direkter Austausch zwischen sehr unterschiedlichen Erfahrungsniveaus. Auch am Streckenrand wurde der Gemeinschaftsgedanke spürbar: Die Teilnehmenden feuerten sich gegenseitig an, fieberten bei den Rennen mit und sorgten für eine mitreißende Atmosphäre.

Fortsetzung 2027 bereits gesichert

Die Rückmeldungen nach der Veranstaltung waren durchweg positiv. Gerade die Verbindung von Wettkampf, gemeinsamen Aktivitäten und dem besonderen Gemeinschaftserlebnis machte die weite Anreise in die Berge attraktiv. Viele Teilnehmende kündigten bereits an, im kommenden Jahr erneut dabei sein zu wollen.

Inzwischen steht fest: Auch die DHM Ski Alpin 2026/27 wird vom Hochschulsport der Universität Münster in Les Crosets ausgerichtet. Geplant ist erneut eine ganze Woche mit Skirennen, Skiworkshops und gemeinsamem Programm.

Dabei soll insbesondere die Zusammenarbeit zwischen erfahrenen Rennfahrerinnen und -fahrern und dem Hochschulsport Münster weiter ausgebaut werden. Vorgesehen sind unter anderem Workshops zu Skitechnik und Rennvorbereitung, in denen die Aktiven ihr Wissen weitergeben können.

Damit erhält das erfolgreiche Comeback eine Fortsetzung. Die DHM Ski Alpin zeigt, wie sich sportlicher Wettbewerb und Breitensport innerhalb einer Veranstaltung verbinden lassen – und wie daraus ein Gemeinschaftserlebnis entsteht, das weit über die Rennen hinausreicht.





Svea Thamsen,
studentisches
adh-Vorstandsmitglied

Ferienlager-Vibes bei der StuBe im Bootshaus

Ein Wochenende direkt an der Fulda, jede Menge Ideen und eine klare Mission: studentisches Engagement im Hochschulsport stärken. Bei der Studierenden-Bildungsveranstaltung (StuBe) im Bootshaus der Universität Göttingen wurde im Mai 2026 diskutiert, gemeinsam gedacht, gekocht und gepaddelt. Entstanden sind dabei neue Kontakte, konkrete Ideen und die Erkenntnis, dass auch eine kleine Gruppe viel bewegen kann.

Gemeinsam denken, gemeinsam gestalten

Sonnenschein, Spaßgetränke auf dem Steg und die Fulda direkt vor der Nase – die Rahmenbedingungen für ein Wochenende mit echten Ferienlager-Vibes hätten kaum besser sein können. Vom 8. bis 10. Mai 2026 kamen acht Studierende der RWTH Aachen, der Universität Potsdam, der Universität Münster und der Universität Bayreuth im Bootshaus der Universität Göttingen in Wilhelmshausen zusammen. Doch so entspannt die Atmosphäre auch war: Wir hatten einiges vor.

Die StuBe schafft Raum für studentischen Austausch und dafür, gemeinsam an Themen zu arbeiten, die Studierende im Hochschulsport bewegen. Im Mittelpunkt stand deshalb eine zentrale Frage: Wie kann studentisches Engagement im Hochschulsport und im adh attraktiver, sichtbarer und vor allem verlässlicher gestaltet werden?

Den Auftakt machte Dr. Arne Göring, Vorstandsvorsitzender des adh und Leiter des Zentrums für Sport und Gesundheit der Universität Göttingen. In seinem Beitrag zeigte er auf, wie studentisches Engagement gestärkt werden kann und wo Hochschulsporteinrichtungen und Verband dafür ansetzen können. Dabei betonte er insbesondere die Bedeutung studentischer Partizipation und Perspektiven für die Weiterentwicklung des Hochschulsports.

Anschließend waren wir Studierenden gefragt. Wir diskutierten, was Menschen dazu bewegt, sich im Hochschulsport zu engagieren, welche Hürden ihnen dabei begegnen und was es braucht, damit aus einem ersten Kontakt langfristige Beteiligung entsteht. Schnell wurde deutlich: Engagement sollte nicht davon abhängen, ob zufällig die richtigen Kontakte bestehen oder einzelne Personen besonders viel Energie investieren. Es braucht Strukturen, die Studierende gezielt ansprechen, ihnen unterschiedliche Möglichkeiten zur Beteiligung eröffnen und sie auf ihrem Weg begleiten.

Vom Mitmachen zum Mitgestalten

Aus diesen Diskussionen entstand die Idee eines Stufenmodells für studentisches Engagement. Es umfasst fünf Ebenen: Mitmachen, Vernetzen, Mitwirken, Verankern und Verantworten. Das Modell beschreibt unterschiedliche Formen studentischer Beteiligung im Hochschulsport und im adh – vom ersten Mitmachen bei einer Veranstaltung über die aktive Mitarbeit und Vernetzung bis hin zu langfristig verankerter Mitbestimmung und der Übernahme von Verantwortung.

Doch wie sollte ein zukunftsfähiger Hochschulsport aus studentischer Perspektive überhaupt aussehen? Auch mit dieser Frage haben wir uns beschäftigt und zehn Thesen zum Hochschulsport entwickelt. Sie greifen unter anderem dessen Bedeutung für das studentische Leben, ein vielfältiges Breiten- und Wettkampfsportangebot, bezahlbare Zugänge, Räume für Bewegung und Begegnung, mentale Gesundheit sowie Möglichkeiten zur studentischen Mitgestaltung auf.

Ergänzt wurden diese um drei Thesen mit Blick auf den adh. Dabei ging es insbesondere um einen stärkeren Wissenstransfer innerhalb des Verbands, einen breiteren Blick auf den Wettkampfsport und die Frage, wie studentische Strukturen und Beteiligungsmöglichkeiten nachhaltig unterstützt werden können.

Zwischen Diskussionen und Paddeltouren

Dass bei all der inhaltlichen Arbeit auch das gemeinsame Wochenende nicht zu kurz kam, gehört zur StuBe einfach dazu. Beim Kochen, Grillen und Spielen entstand schnell eine besondere Gruppendynamik – inklusive der ein oder anderen Ferienlager-Vibes. Und wenn man schon direkt an der Fulda wohnt, darf natürlich auch das Wasser nicht fehlen: Beim Rudern und Kanufahren wurde aus dem gemeinsamen Arbeiten auch gemeinsames Erleben – wenn auch nicht jedes Boot trocken ans Ziel kam.

Gerade diese Mischung hat das Wochenende geprägt: konzentrierte Diskussionen und konkrete Ergebnisse auf der einen Seite, persönliche Gespräche, neue Kontakte und gemeinsame Erlebnisse auf der anderen. Und sie hat gezeigt, dass auch eine kleine Gruppe innerhalb weniger Tage Ideen entwickeln kann, die weit über das Wochenende hinausreichen.

Von Wilhelmshausen in den Verband







StuBe Vibes an der Fulda

Die Ergebnisse der StuBe wurden anschließend bei der Perspektivtagung in Gießen vorgestellt und gemeinsam mit den hauptamtlichen Vertretungen diskutiert. Auch die Idee einer Studierendenversammlung als mögliches weiteres Organ des adh wurde dort eingebracht.

Damit endet die Arbeit nicht mit dem Wochenende im Bootshaus. Die entwickelten Modelle, Thesen und Ideen bilden eine Grundlage, um gemeinsam weiterzudenken, wie studentische Perspektiven im Hochschulsport und im adh langfristig gestärkt und strukturell verankert werden können.

Was von der StuBe bleibt, sind deshalb nicht nur Papiere und Diskussionsgrundlagen. Es sind neue Kontakte, neue Perspektiven und die Erfahrung, dass auch eine kleine Gruppe gemeinsam viel anstoßen kann. Egal, ob beim Diskutieren am Tisch, beim Paddeln auf der Fulda oder beim gemeinsamen Abendessen: Genau diese Mischung aus Engagement, Austausch und Gemeinschaft macht die StuBe aus.

Interact. Impact. Improve.

WhatsApp Community

Vielen Dank an unsere Förderer und Partner!

SPORT EHRENAMT

Gefördert durch:
Bundeskanzleramt
aufgrund eines Beschlusses des Deutschen Bundestages

Gefördert vom:
Bundesministerium für Bildung, Familie, Senioren, Frauen und Jugend

Im Rahmen des:
KJP Kinder- und Jugendplan des Bundes – Stärken, was die Zukunft trägt
dsj Deutsche Sportjugend im DOSB

Ausrüster:
CRAFT

Gesundheitspartner:
Die Techniker

Fitnesspartner:
MATRIX

Partner des Hochschulsports:
SPORT-THIEME

hochschulsportverband · adh.de · Hochschulsportkanal

adh.de

Bildungsprogramm

WiSe 2026/27



Netzwerktreffen

Fitnesszentren
2./3. September
→ Uni Kassel

Kollegialer Austausch – Prävention sexualisierter Gewalt
24. September, 5. November, 14. Januar
→ online

Breitensport
8. Dezember
→ online

Kollegialer Austausch – Bootshäuser & Wassersportzentren
27. November
→ online

Kleine Hochschulsporteinrichtungen
21. Januar
→ online

Steuerrechtliche Fragen
Februar 2027
→ N.N.

Gesundheit
16./17. März
→ Uni Göttingen

Seminare

KI im Arbeitsalltag des Hochschulsports
29. Oktober & 12. November
→ online

Studierendenseminar/StuBe
20./21. November
→ Uni Bielefeld

Verwaltungssoftware im Partnernetzwerk
3. Dezember
→ online

Strategische Interessenvertretung für den Hochschulsport
17./18. März
→ Uni Göttingen

Qualifizierungsreihe Bewegt Studieren!

Abschlussveranstaltung
27./28. Oktober
→ Uni Regensburg

Tagungen

Perspektivtagung
28./29. April
→ Uni des Saarlandes

Fachtagung Studium und Spitzensport
12./13. Mai
→ Uni Mannheim

Änderungen vorbehalten!
Alle Infos und Termine auf adh.de

Gefördert vom:
Bundesministerium für Bildung, Familie, Senioren, Frauen und Jugend

Im Rahmen des:
KJP Kinder- und Jugendplan des Bundes – Stärken, was die Zukunft trägt
dsj Deutsche Sportjugend im DOSB

Gesundheitspartner
Die Techniker

SPORT-THIEME



Deine Vorteile für den Hochschulsport

Du willst dein Team optimal ausstatten – als Mitgliedshochschule des adh bekommst du bei uns:

- **Exklusive Sonderpreise** auf über 20.000 Produkte
- **Individuelle Beratung** und persönliche Angebote für größere Projekte

Ob Ausstattung, Trainingsbedarf oder Events – wir sind an deiner Seite. Für deine Sonderpreisliste und persönliche Beratung melde dich direkt bei deinen Ansprechpartner:innen!



Jannis Wienke
05357 181-549
wienke@sport-thieme.de



Mona-Maria Cipolla
05357 181-523
cipolla@sport-thieme.de

Partner von:

adh. ALLGEMEINER DEUTSCHER HOCHSCHULSPORT-VERBAND