

KURIER

Hochschulzeitung der Deutschen Sporthochschule Köln



Deutsche
Sporthochschule Köln
German Sport University Cologne



Der „Way of Hollmann“ Eröffnung der Dauerausstellung über den Sportmedizinpionier

Der Senatssaal im Institutsgebäude II der Deutschen Sporthochschule ist gut gefüllt. Geladene Gäste, Redner*innen, Vertreter*innen von Medien und Politik, Spoho-Angehörige und interessierte Studierende strömen in den Raum. Stühlerücken, Kameraklicken, gedämpftes Murmeln. Das Flötenspiel einer jungen Frau erklingt, alle Köpfe wenden sich nach vorne, wo Rektor Univ.-Prof. Dr. Heiko Strüder ans Mikrofon tritt und den Mann vorstellt, dessentwegen alle gekommen sind: Professor Wildor Hollmann, Gründer des Instituts für Kreislauforschung und Sportmedizin, Pionier seiner Wissenschaft und (dienst-)ältester Professor der Deutschen Sporthochschule Köln. „Wir eröffnen heute, anlässlich seines 95. Geburtstags, eine Dauerausstellung im Wildor Hollmann Forum mit persönlichen Exponaten, die eine besondere Aussagekraft über sein Leben haben“, sagt Strüder. Die Blicke wandern zu Hollmann, der zwischen seinen Kindern und Nachfolgern am Institut sitzt. Ruhig und aufmerksam erwidert er das wohlwollende Kopfnicken.

Da blitzt er kurz durch, der Charme „Die Institutsgründung war heldenhaft. 1958 gab es weder Geld noch Mitarbeiter, die Forschung fand in einem Kellerraum statt“, erinnert Univ.-Prof. Dr. Hans-Georg Predel, heutiger Leiter der Abteilung Präventive und rehabilitative Sport- und Leistungsmedizin. „Heute genießt das Institut weltweites Renommée, es ist die Basis für zahllose wissenschaftliche Karrieren.“ Dann zeigt er Fotos aus dieser ersten Zeit, als Hollmann zunächst allein experimentelle Forschung betrieb: Eine Schwarz-weiß-Fotografie zeigt einen Probanden, der mit Hilfe einer kompliziert aussehenden Apparatur spiroergometrisch vermessen wird; eine andere zeigt 1974 das ers-

te vollautomatische Fahrradergometer. Hollmanns Rolle als Impulsgeber der Wissenschaft betont Univ.-Prof. Dr. Wilhelm Bloch, Leiter der Abteilung Molekulare und zelluläre Sportmedizin. In Vielem, was er tat, sei er seiner Zeit um 20 Jahre voraus gewesen. Kolleg*innen weltweit hätten seine Erkenntnisse aufgenommen und weiterentwickelt. Bloch nennt einige Beispiele wie die Blutdruck-Messtechnik bei körperlicher Arbeit, die Entwicklung eines Hypoxie-trainings im Labor oder die Einführung des Begriffs Bewegungs-Neurowissenschaft. „Hollmanns Themen sind heute aktuell wie nie. Er ist ein Vordenker seiner Wissenschaft“, sagt Bloch mit hörbarer Anerkennung. Persönliche Worte der Würdigung findet insbesondere Professorin Christine Graf, Institut für Bewegungs- und Neurowissenschaft

und Vorsitzende des Sportärztesbundes Nordrhein. Sie nennt Hollmann einen Zeitzeugen der Sportmedizin: „In Zeiten, in denen es oft nur um die Zahl der Veröffentlichungen in Fachzeitschriften geht, geht die Geschichte manchmal verloren“, stellt Graf mit Bedauern fest. Sie nennt es den „Way of Hollmann“ und meint seine besondere Denkweise, die noch heute die Atmosphäre am Institut prägt. „Er ist wertschätzend, fördert den Nachwuchs liebevoll und lässt eine Fehlerkultur zu, die erst den nötigen Freiraum für die Forschung schafft.“ Auch „auf die Gefahr hin, pathetisch zu klingen“, wendet sie sich abschließend Hollmann zu, „ich sag es trotzdem: Sie

sind nicht nur wissenschaftlich ein Großer, sondern auch menschlich.“ Der alte Mann steht mühelos auf und bedankt sich bei ihr mit einem Wangenküsschen. Da blitzt er kurz durch, der Charme, für den der 95-Jährige bekannt ist.

Videos über QR-Codes abrufbar

Die Idee der Ausstellung erläutert anschließend Dr. Ansgar Molzberger, wissenschaftlicher Mitarbeiter des Instituts für Sportgeschichte: „Wir wollten den rund 100 Quadratmeter großen Raum nicht zubauen, sondern einen Wandelgang erhalten. Auch deshalb sind hier bei weitem nicht alle Exponate zu sehen.“ Die Besucher*innen finden drei Bereiche vor: Institut und Forschung, daheim und unterwegs sowie Presse und Publikationen. Neben den Objekten sind Videos über QR-Codes abrufbar,

in denen Hollmann deren Geschichte erzählt, zum Beispiel die über den Panther aus Ebenholz, der ein Geschenk des brasilianischen Präsidenten war. Diese Videos machen die Ausstellung ungewöhnlich persönlich, so Molzberger. Und dann tritt der Jubilar selber ans Pult und schildert sein Leben in bunten Anekdoten in streng chronologischer Reihenfolge. Dabei erfahren die Gäste manches, was in den offiziellen Würdigungen der (Fach-)Presse nicht vorkommt. Zum Beispiel, dass die Gründung des Instituts wohl nicht möglich gewesen wäre, wenn der damalige Bundesinnenminister Gerhard Schröder nicht kurz vor einem Herzinfarkt gestanden

hätte. Er wurde Hollmanns Patient – der Weg von der Bundeshauptstadt Bonn zur Sporthochschule nach Köln war kurz – und sagte die Finanzierung zu. Oder die Geschichte von Sepp Herberger, dem Weltmeister-Trainer von 1954, der 1958 die Fußballnationalmannschaft zu Hollmann zur Untersuchung schickte und daraufhin Hollmann als internistischen Betreuer verpflichtete. 20 Jahre blieb er in dieser Funktion. Amüsant war auch 1960 ein besonderer Anruf. „Es meldete sich ein Mann mit den Worten: Hier Franz Meyers, der Ministerpräsident. Ich glaubte ihm kein Wort und antwortete: Hier Jesus Christus. Aber er war es wirklich, er wurde mein Patient und später mein Freund. Er sorgte dafür, dass die Sporthochschule vom Land Nordrhein-Westfalen übernommen wurde, bis dahin gehörte sie zur Stadt Köln.“ So konnte Hollmann, als er 1969 Rektor wurde, die Anerkennung der Sporthochschule als eigenständige wissenschaftliche Hochschule mit Promotions- und Habilitationsrecht durchsetzen. Nach den Redebeiträgen füllt sich der Ausstellungsraum; die Gäste verteilen sich zwischen wandfüllenden Fotos von Hollmann im weißen Forscherkitel und gläsernen Vitrinen, gefüllt mit historischen Vorlesungsverzeichnissen, Medaillen, Familienfotos, Monographien, einem Playboy-Interview (Hollmann über „Lust und Last im Sport“), dem erwähnten Panther. Zudem Zitate, die Hollmann charakterisieren, u.a.: „Meine größte Freude ist es, Wissen und Lebenserfahrung an junge Menschen weiterzugeben.“ Und das ist wohl der Grund, warum er auch mit 95 immer noch Vorlesungen hält. Die „jungen Menschen“ danken es ihm – und haben nun auch die Möglichkeit, das Schaffen und Wirken ihres Lehrers in einer Ausstellung zu erfahren. Dauerhaft. Ap



INHALT

FORSCHUNG | 2

Über die Kompetenz, gesund zu sein: Porträt über das Institut für Kreislauforschung und Sportmedizin

HOCHSCHULE | 3

Turnikone Ilona Gerling und Hochsprungtrainer Dr. Wolfgang Ritzdorf mit „letzten großen Auftritten“

STUDIUM | 4

Fußball für alle: ein Beispiel für gelungene Inklusion – Studierendenprojekt mit den „Purzelbäumen“

STUDIUM | 5

Prorektor Jens Kleinert und Studentin Maike Müller im Gespräch über das heutige Studium

STUDIUM | 6

Journalismusstudierende gestalten Jubiläumsausgabe – FC-Kooperation

STUDIUM | 7

Steiler Aufstieg auf schnellen Kufen – „Fan von DIR“ bloggt Erfolgsgeschichten von Frauen im Sport

UND SONST | 8

Der Turm in weißem Gewand

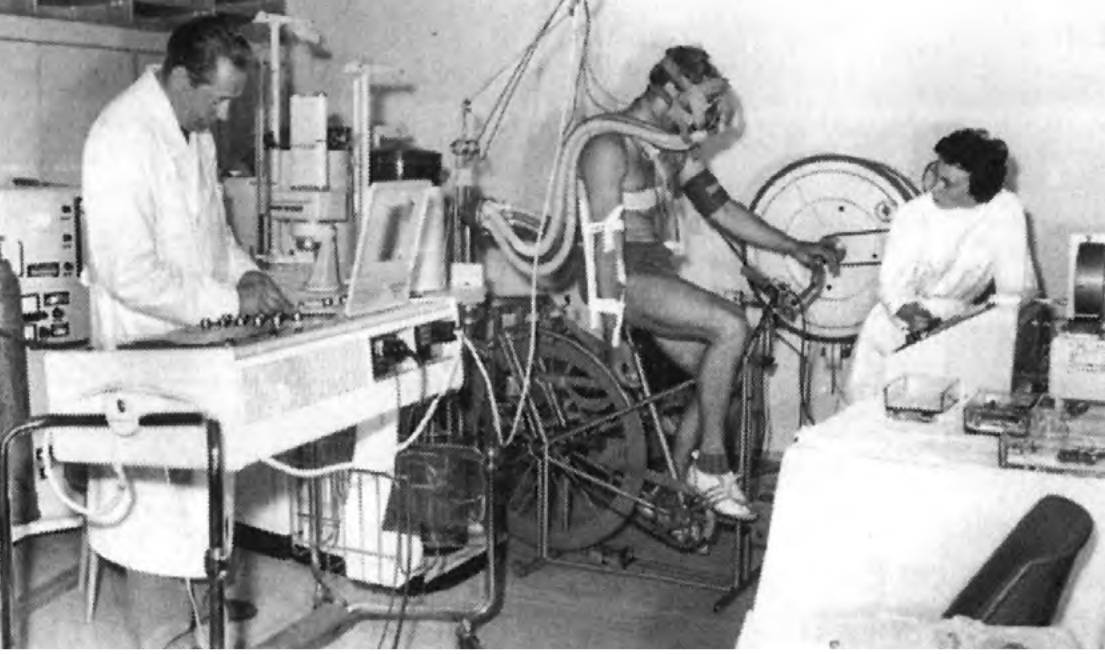
EDITORIAL

Liebe KURIER-Leser*innen,

1971 empfahl die Westdeutsche Rektorenkonferenz die Einrichtung von Informations- und Pressestellen an den Hochschulen. Im Rahmen dieser Entwicklung wurde im Frühjahr 1974 vom Rektorat der Sporthochschule der erste KURIER herausgegeben, damals noch in Form von einfachen, schreibmaschinengeschriebenen Seiten und zwei Ausgaben pro Jahr. Bereits ein Jahr später startete der KURIER als erste regelmäßig erscheinende Hochschulpublikation der Spoho. Layout und Ausgabenzahl variierten im Lauf der Jahre, aber die Printausgaben des KURIERS gehörten seitdem in jedem Semester zum Campusleben. Zum ersten Mal stehen wir jetzt als Redaktionsteam vor der Situation, die aktuelle Ausgabe nicht als Printausgabe zur Verfügung stellen zu können. Wir haben lange überlegt und hätten Ihnen sehr gerne, gerade in Zeiten von Home Office und verminderten Sozialkontakten, den KURIER nach Hause geschickt. Letztendlich sind wir aber zu dem Schluss gekommen, dass sowohl Ihnen als auch uns bzw. den Menschen, die für die Weiterverendung zuständig sind, mit einer KURIER-Online-Ausgabe mehr geholfen ist. Wir hoffen auf Ihr Verständnis und wünschen Ihnen eine abwechslungsreiche Lektüre. Vor allem aber: Bleiben Sie gesund!

Sabine Maas

Sabine Maas, Chefredaktion



Über die Kompetenz, gesund zu sein

Das Institut für Kreislaufforschung und Sportmedizin gibt es seit 62 Jahren. Bemerkenswerte Erkenntnisse über den Einfluss von Bewegung auf den Körper sind seitdem Tradition



Die Institutsleiter: Univ.-Prof. Dr. Hans-Georg Predel (l.) und Univ.-Prof. Dr. Wilhelm Bloch.

Nach einem bösen Foul an einem Spieler der Deutschen Fußballnationalmannschaft eilt Dr. Müller-Wohlfahrt mit medizinischem Gerät aufs Spielfeld und versorgt den sich krümmenden Stürmer. Bilder wie diese kennt jeder. Sportmediziner*innen werden gebraucht, wenn Sportler*innen sich verletzt haben. Denkt man. Dass das Gebiet noch viel mehr abdeckt, weiß man am Institut für Kreislaufforschung und Sportmedizin der Deutschen Sporthochschule Köln.

Die Notwendigkeit einer eigenen Forschungs- und Lehrinrichtung, die den Zusammenhang von Bewegung und Gesundheit untersucht, stand dem Gründer des Instituts schon 1958 klar vor Augen. Es war Prof. mult. Dr. med. Dr. h.c. mult. Wildor Hollmann, der im Januar 95 Jahre alt geworden ist. Er revolutionierte die Herzinfarkttherapie in den 1960er Jahren, als er herausfand, dass frisch operierte Patient*innen die besten Chancen auf schnelle Genesung haben, wenn sie ihren Körper bewegen. Bis dahin galt: nach dem Eingriff strenge, wochenlange Bettruhe. Hollmanns „Kölner Modell“ avancierte bald zum weltweiten Standard. Die Operierten brauchten weniger Medikamente, ließen viele Symptome auf dem Weg der Besserung aus und kehrten früher in ihren Alltag zurück. Das ist über ein halbes Jahrhundert her.

Heute leitet Prof. Dr. Hans-Georg Predel die Abteilung I des Instituts: Präventive und rehabilitative Sport- und Leistungsmedizin. Seit 2001 hat der 60-Jährige diese Position inne und widmet sich insbesondere der Prävention und Therapie verschiedener lebensstilbedingter Erkrankungen, so genannter Zivilisationserkrankungen. Übergewicht, Bluthochdruck und Typ II-Diabetes, zusammen als metabolisches Syndrom bekannt, häufen sich in Deutschland seit der Zeit des Wirtschaftswunders in den 1950er Jahren. Nach langen entbehrungsreichen Jahren lebten damals große Teile der Bevölkerung im Überfluss; Diäten und Fitnessstudios kannte noch niemand.

Am frisch gegründeten Institut begann man, die Erkenntnisse aus dem Leistungssport auf den internistischen Bereich zu übertragen und fand schnell heraus: Bewegung hilft nicht nur bei der Leistungssteigerung, sondern auch bei der Vorbeugung und Heilung von Krankheiten. Predel beobachtet einen Trend: „Seit etwa zehn Jahren werden die Patientinnen und Patienten mit lebensstilbedingten Krankheiten immer jünger. Bis dahin hatten wir es vor allem mit älteren Menschen zu tun, heute haben wir adipöse Kinder, Jugendliche mit Alterszucker und Bluthochdruck in jedem Alter.“ Ein zentrales Thema bezeichnet er als „Gesundheitskompetenz“: „Einerseits gibt es immer mehr Menschen, die ihr Ess-, Schlaf- und Bewegungsverhalten tracken und sich ganz genau mit einer gesunden Lebensweise auskennen. Andererseits haben die Erkrankungen, die durch den Lebensstil bedingt

sind, eine rasante Dynamik entwickelt.“ Diesen Trend aufzuhalten, ist das Ziel der meisten Projekte der Abteilung I. Predel nennt zuerst die PräFord-Studie, die er schon vor 15 Jahren in Zusammenarbeit mit der Uniklinik Köln sowie der Rehaklinik AmKaRe in Köln-Poll und der Betriebskrankenkasse (BKK) durchgeführt hat. Dabei wurden 40.000 Mitarbeiter*innen der Firmen Ford, Deutz AG und Visteon Deutschland GmbH, die Risikofaktoren für ein kardiovaskuläres Akutereignis aufwiesen, aber nicht krank waren, systematisch gescreent. Das Team der Sportmediziner*innen führte eine so genannte berufsbegleitende Lifestyle-Intervention bei einer Gruppe ein, eine praktische Anleitung für gesundes Ernährungs- und Bewegungsverhalten. Nach drei Jahren stellte man in der Kontrollgruppe 27 Herzinfarkte fest, in der Interventionsgruppe nur acht. Für dieses Projekt erhielt Predel gemeinsam mit Professorin Birna Bjarnason-Wehrens sowie dem Kardiologen Dr. Detlef Bernd Gysan 2017 den renommierten Hufeland-Preis für bedeutende Forschungsleistungen in der Präventivmedizin. Ein weiterer Schwerpunkt von Predels Arbeit ist der veränderten Gesellschaftsstruktur geschuldet: Die Menschen werden immer älter. Die Lebenserwartung ist seit 1950 um rund 15 Jahre gestiegen. „Wir möchten dafür sorgen, dass die Anzahl der krankheitsfreien Jahre zunimmt“, formuliert Predel seinen Ansatz. Das Stichwort heißt also Lebensqualität. Etliche Veröffentlichungen aus der Abteilung beschäftigen sich mit der Frage, wie körperliche Aktivität zur Prävention von Krankheitsbildern wie Bluthochdruck oder Typ II-Diabetes im Seniorenalter einsetzbar ist.

Die Zukunft hat gerade erst begonnen

Als lizenziertes Untersuchungszentrum des Deutschen Olympischen Sportbundes (DOSB) betreuen die Sportmediziner*innen der Abteilung I rund 1.000 Sportler*innen mit und ohne Behinderung, führen regelmäßige Check-ups durch und untersuchen sie auf ihre Wettbewerbsfähigkeit. „Der Olympiastützpunkt Rheinland ist der erfolgreichste bei Olympia“, sagt der Professor mit leisem Stolz. „Sie holen die meisten Medaillen.“ Biosensoren, Arzneimittel, digitale Technologien – das medizinische Wissen ist in den vergangenen Jahren geradezu explodiert. Hierin sieht Predel die große Chance, die individuelle Gesundheitskompetenz voranzubringen. „Die Zukunft der Medizin hat gerade erst begonnen“, sagt er. „Vieles läuft im Hintergrund und große Entdeckungen stehen kurz bevor.“ Für die Zukunft wünscht er sich, dass nicht nur privilegierte Gruppen davon profitieren, sondern alle. „Dieser Gedanke sollte auch junge Menschen im Studium leiten“, sagt er mit Blick auf die nächste Generation.

Prof. Dr. Wilhelm Bloch, wie Predel Jahrgang 1959, leitet seit 2004 die Abteilung II des Instituts: Molekulare und zelluläre Sportmedizin. Nach einem Studium der Medizin und Philosophie hat er sich auch noch ein Zweitstudium im Fach Physik „gegönnt“, wie er sagt. „Ich wollte immer forschen; mein Ziel war von Anfang an ein Lehrstuhl, deshalb habe ich mich für das Forschungsgebiet entschieden, in dem ich heute arbeite“, erklärt er. Das philosophische Studium hat seine Denkweise geprägt: Wenn man an Zellen und Molekülen forscht, den kleinsten Funktionseinheiten des Körpers, will man den Dingen auf den Grund gehen, Ursachen verstehen.

Der Schwerpunkt der Forschungsarbeit in Blochs Abteilung ist die medizinische und zellbiologische Anpassung von Geweben und Organen auf körperliche

Belastung – einerseits bei gesunden Menschen und Sportler*innen. Hier geht es um Optimierung und um die Frage, welche Art, Dauer und Intensität der Belastung die Leistungsfähigkeit verbessert oder zur besseren Regeneration verhilft. Genauso aber führen Bloch und seine Kolleg*innen Studien an kranken Menschen durch. Die Auswirkung von Bewegung auf neurodegenerative Krankheiten, auf kardiovaskuläre- oder Lungenkrankheiten, genauso wie auf Diabetes und Krebs. Sie machen sich dabei die Erkenntnis zunutze, dass sich menschliche Zellen nach einem Training verändern. Die Hypothese lautet immer: Bewegung hilft dem Immunsystem, verbessert die kognitive Leistung, Ausdauer und Kraft und hat Auswirkungen auf praktisch alle Organe und Gewebe. Wie das genau funktioniert und wie man Sport einsetzen kann, um Gesunden und Kranken nützlich zu sein, daran forscht die Abteilung II. Die Forschungsprojekte der Abteilung sind nicht nur grundlagenwissenschaftlich orientiert, sondern haben einen hohen translationalen Anteil, das bedeutet eine enge Verzahnung von praktischer und klinischer Forschung mit der Grundlagenforschung. „Dieser Forschungszugang ist unser Alleinstellungsmerkmal“, sagt Bloch. Seit 2017 läuft ein Projekt, das beispielhaft für die Arbeit der Abteilung ist. Prof. Bloch und Dr. Philipp Zimmer untersuchen, wie sich hochintensives Intervalltraining (HIT) bei Patient*innen mit Multipler Sklerose (MS) auf den Krankheitsverlauf auswirkt. MS ist eine chronisch-entzündliche Erkrankung des zentralen Nervensystems. Zahlreiche Studien zeigen, dass Bewegung verschiedenen Symptomen von MS effizient entgegenwirken und die Lebensqualität der Betroffenen erhöhen kann. Erste Untersuchungen weisen sogar darauf hin, dass ein gewisses Maß an gezielter körperlicher Aktivität das Fortschreiten der Erkrankung verzögern kann. Das Besondere an diesem Projekt: HIT war bisher im MS-Kontext vollkommen unüblich, die Patient*innen absolvierten zumeist ein gleichmäßiges Ausdauertrainingsprogramm. Doch schon jetzt bestätigen auch internationale Wissenschaftskolleg*innen den Erfolg. „Die Patienten mögen es auch lieber, sie sind motivierter. Das ist für mich fast noch mehr wert“, ergänzt Bloch die nachgewiesenen Verbesserungen bei Erinnerungsvermögen und Konzentrationsfähigkeit. „Wir haben hier eine relativ neue Theorie verfolgt, die besagt, dass das Gehirn kein reiner Glukoseverbrenner ist, sondern sich auch ganz ordentlich von Laktat ernähren kann. Mit dem Intervalltraining laden die MS-Patienten ihr Gehirn also wie an einer Energie-Tankstelle mit Laktat auf. Wenn sie intensiver trainieren und länger pausieren, tanken sie besser auf.“ Dies wirke sich bei dem angegriffenen Nervensystem der Patient*innen positiv auf die Gehirnstrukturen aus.

„Wir haben heute ein viel differenzierteres Verständnis von der Funktion der Zellen“, sagt Bloch. Fast alle Zellen spielten eine Rolle bei der Immunabwehr – und sie interagierten untereinander. Das zeige sich auch bei einem von der EU geförderten Projekt mit internationaler Kooperation. Bei Brustkrebspatientinnen im palliativen Stadium kann HIT das hormonelle System, die Gefäße und das Herz in positiver Weise beeinflussen. Es gibt Hinweise, dass das Tumorwachstum gehemmt wird, sodass die Frauen im Idealfall ein paar Jahre mit hoher Lebensqualität dazugewinnen.

Nachwuchsschmiede auf höchstem Niveau

Eine andere Erkenntnis der Sportmediziner*innen ist, dass ein mechanischer Reiz, eine gezielte physische Belastung, einen schnelleren Umbau der Zellen provoziert und anschließend deren Erneuerung vorantreibt. Bloch nennt diesen Vorgang „sein Haus renovieren“ und meint damit zum Beispiel die Wiederherstellung angegriffenen Muskelgewebes. Diese und andere Forschungsarbeiten sind auch für Unternehmen in der freien Wirtschaft von Interesse. So investiert der chinesische Telekommunikationsausrüster Huawei in ein Netzwerk zur Erarbeitung international gültiger Standards im Bereich „Wearable Technology“, also intelligente elektronische Geräte, die als Implantate oder Zubehör in Kleidung oder am Körper getragen werden können. Das ist eine neue Technologie, die den Fitness- und Gesundheitsbereich erobert und deren Verbreitung und Vermarktung wissenschaftlich begleitet werden muss. Blochs Abteilung ist Mit-Koordinatorin dieses internationalen Netzwerks.

Die beiden Abteilungen des Instituts ergänzen sich ideal. Im Institutsgebäude NawiMedi ist ein regelmäßiger Austausch leicht möglich, es finden sich immer wieder spontane Arbeitsgemeinschaften aus beiden Teams. „Die Idee, die klinischen mit den molekularen Aspekten zusammenzuführen, funktioniert hier“, stellt Prof. Predel zufrieden fest. Und auch Prof. Bloch blickt zufrieden auf Gegenwart und Zukunft: „Ich möchte unsere Forschung in dieser Ausrichtung weiterführen. Und ich will, dass unser Institut eine Nachwuchsschmiede auf höchstem Niveau ist.“ Die Bedingungen dafür sind gut. Die neuen Räumlichkeiten und die Ausstattung im IG NawiMedi sind auf einem hohen Standard und viele der Doktorand*innen haben eine vielversprechende Karriere in der Wissenschaft vor sich. Was sie bei Prof. Bloch von Anfang an gelernt haben, ist eine strenge wissenschaftliche Arbeitsweise. „Neben der Kreativität ist die Exaktheit wichtig. Eine Idee muss in eine Studie übersetzt und in international anerkannten wissenschaftlichen Zeitschriften publiziert werden“, sagt der Professor. „Das ist unsere harte Währung.“ Ap



Eine Turnikone geht in den (Un)ruhestand

... und der gesamte Hörsaal steht Kopf. Turndozentin Ilona Gerling verabschiedet sich nach 40 Dienstjahren in den Ruhestand



„Schön, dich zu sehen, komm rein!“ Ein bisschen außer Atem, perfekt geschminkte rote Lippen und ein Lächeln im Gesicht. So empfängt Ilona Gerling ihre Termine in ihrem kleinen aber feinen Büro auf der ersten Etage des Leichtathletikstadions. An den Wänden hängen selbstgemalte Bilder, die Fensterbänke schmücken Pflanzen in dekorativen Übertöpfen. Die Turndozentin mag es gerne geschmackvoll. Auf dem runden Besprechungstisch steht Schokolade und aus ihrer Handtasche zaubert sie eine Packung frische Weidemilch. „Kaffee?“

Die gebürtige Flensburgerin arbeitet seit 40 Jahren an der Deutschen Sporthochschule, Ende März geht sie in den Ruhestand. „Ich freue mich auf diesen Lebensabschnitt“, erzählt die 65-Jährige, die 1974 ihr Studium der Sportwissenschaft an der Spoho begonnen hat und im Anschluss bis heute im Fach Turnen unterrichtet hat. Für die Sportart begeistert hat sie ihre damalige Grundschullehrerin. Mit sechs Jahren hat Ilona Gerling beim SV Adelby angefangen zu turnen, mit zwölf hat sie bereits ihre erste Kinder-Kleingruppe unterrichtet. „Die Arbeit am und mit Menschen hat mir schon immer große Freude gemacht. Turnen ist enorm wichtig für die Entwicklung und die Basis für viele Sportarten“, sagt Gerling, die neben dem Turnen auch erfolgreiche Judoka und Leichtathletin war. Mit 18 Jahren qualifizierte sie sich für das Olympische Jugendlager für die Spiele in München und erlebte das Sportgroßereignis live mit. „Das hat mich sehr geprägt. Ich habe für unsere lokale Tageszeitung geschrieben und von meinen Erlebnissen berichtet. Spätestens da stand für mich fest, dass ich beruflich etwas mit Sport machen möchte.“ Nach einem



Semester an der Pädagogischen Hochschule in Flensburg ist die damals 20-Jährige mit dem Zug und zwei Koffern nach Köln gereist, um ein Doppelzimmer im Wohnheim D – damals Wohnheim 3 – neben der Spoho-Mensa zu beziehen. „Das Fortschrittlichste auf dem Campus. Hier haben Männer und Frauen gemischt geduscht“, sagt die Turndozentin lachend. „Der Beginn war schon komisch. Ich war vorher noch nie in Köln, und damals gab es ja auch noch kein Internet oder Bilder, die man sich schon einmal hätte anschauen können. Ich weiß noch genau, wie ich aus der Straßenbahn ausgestiegen und Richtung Radstadion gelaufen bin, weil ich vermutete, dort die Sporthochschule zu finden“, erinnert sich die Mittlere von insgesamt drei Kindern. Später ist sie als Erstbezieherin in den Turm umgezogen: 6. Stock, Zimmer 6. Und mit den örtlichen Gepflogenheiten hat sie sich schnell angefreundet. „Als Nordlicht war der Karneval für mich sehr irritierend. Was mit einem Herzchen auf der Wange angefangen hat, hat sich von Jahr zu Jahr gesteigert.“

Drei Karnevalssessionen später, noch vor Abschluss ihres Studiums, übernahm sie im Sommer 1977 einen Lehrauftrag am Stadtgymnasium Köln Porz. „Als es darum ging, die Lehrtätigkeit zu entfristen, war ich gleichzeitig im Gespräch für die Stelle als Turndozentin an der Sporthochschule. Ich habe gepokert und meine Schule so lange hingehalten, wie es ging. Es hat geklappt, seitdem bin ich hier“, freut sich Ilona Gerling. Neben ihrer Tätigkeit im jetzigen Institut für

Vermittlungskompetenz in den Sportarten hat sich die Norddeutsche in vielen Gremien beteiligt, war jeweils über zehn Jahre lang als Rektoratsbeauftragte für den Eignungstest und die KinderUni tätig und Mitglied im wissenschaftlichen Personalrat. Darüber hinaus hat sie zahlreiche Fachbücher veröffentlicht und vor allem das Kinderturnen geprägt. Seit 40 Jahren steht sie jeden Mittwoch in Halle 1 und bündigt rund 80 Kinder im Alter von fünf bis zehn Jahren. Und es könnten noch viel mehr sein, die Warteliste ist lang. „Mit Kindern zu arbeiten, ist eine riesengroße Freude. Sie spiegeln dir unmittelbar wider, wenn sie etwas gut finden, und das tut natürlich gut“, sagt Gerling, die immer mit vollem Herzen und Körpereinsatz dabei ist. Einen Eindruck hiervon haben die 500 Zuschauer*innen bei der Turngala in Hörsaal 1 der Sporthochschule bekommen, die die Kolleg*innen des Lehr- und Forschungsgebiets Turnen für Ilona Gerling auf die Bühne gezaubert haben. „Die neue Frisur steht dir aber ausgezeichnet. Ich muss noch kurz etwas kopieren, dann können wir loslegen. Ich mach schon mal Musik an, was ganz Fetziges habe ich heute dabei.“ So imitiert eine Studentin mit blonder Perücke und roten Lippen eine Unterrichtseinheit der Turnikone. Lebendig, herzlich, liebevoll chaotisch, kreativ, engagiert, den Studierenden zugewandt ... sind einige der Schlagworte, die an diesem Abend fallen. „Ich



Eröffnungsfeier im Olympiastadion München 1972; Verleihung der August-Bier-Plakette durch Rektor Hans-Joachim Lieber (1978).

freue mich auf meinen Garten, darauf, Bilder zu malen und mit meinem Mann zu reisen“, sagt Ilona Gerling mit Blick auf die gewonnene Zeit. „Außerdem muss ich noch drei Fachbücher fertig schreiben.“ Eine passende Antwort auf die Frage „Und jetzt?“ hat sie somit auch schon parat. „Ich werde Autorin. Das klingt doch gut, oder?“, sagt sie lachend und schenkt noch Kaffee nach. *Lo*

Drei Trainerleben. Und jetzt?

Das Kölner Hochsprungmeeting mit Musik ist Geschichte und ein hochsprungverrückter Dozent tritt sein letztes Semester an



Seit 15 Jahren trainiert Leichtathletikdozent Dr. Wolfgang Ritzdorf internationale Hochspringer an der Spoho. Diesen Sommer endet die Zeit der Trainingsgruppe, und auch das Kölner Hochsprungmeeting mit Musik fand zum letzten Mal statt. Der KURIER sprach mit ihm über Dinge, die zu Ende gehen und neu beginnen.

Wie viele Trainingseinheiten haben Sie in Ihrem bisherigen Trainerleben betreut?

Genau genommen müssten wir von drei Trainerleben sprechen. Ich war in den Achtzigern Trainer der Hochspringerinnen des ASV Köln und auch Bundestrainer der Frauen. Von 1990 bis 2005 war ich dann sehr intensiv in der Trainerausbildung für den internationalen Verband aktiv. Und mein drittes Hochsprungleben umfasst die letzten 15 Jahre als Trainer der internationalen Springer am World High Jump Centre in Köln. Nur den dritten Abschnitt betrachtet dürften es an die 2.500 Einheiten gewesen sein.

Wie sind Sie dazu gekommen?

Das war mehr oder weniger Zufall. Als Jugendlischer war ich selbst Hochspringer (*Anm. d. Red.: Bestleistung 2,08m*), hatte also eine Affinität zu dieser Disziplin. Dann studierte ich an der Spoho und lernte über meinen Mitbewohner eine sehr gute Hochspringerin kennen, die nach einem neuen Trainer suchte. Später kam das Angebot, Bundestrainer der Frauen zu werden und das ließ sich mit meiner Stelle an der Hochschule sehr gut vereinbaren.

Und das World High Jump Centre an der Spoho?

Diese Idee entstand durch einen meiner letzten Einsätze in der Trainerausbildung. Der Verband lag mir ständig in den Ohren, wieder als Trainer zu arbeiten. Dann entdeckte ich bei den afrikanischen Juniorenmeisterschaften einen 17-jährigen Springer aus Botswana, Kabelo Kgosiemang, und der Verband bot an, ein Stipendium für ihn zu finanzieren. Das war 2005 der Start der internationalen Trainingsgruppe am Centre. Es kamen immer mehr Springer, für die wir eine gute Infrastruktur aufbauen konnten.

Was waren aus sportlicher Sicht die Highlights aus diesen 15 Jahren?

Diese Frage ist sehr schwierig, es gibt so viele. Ein besonders emotionaler Moment war, als Kabelo in einem Hexenkessel von Stadion in Addis Abeba bei den Afrikameisterschaften eine Weltjahresbestleistung von 2,34 Metern gesprungen ist. Luis stand bei den Olympischen Spielen 2016 in Rio im Finale, Edgar war Vierter bei der WM 2017 in London. Man könnte noch mehr aufzählen.

Und auf der persönlichen Ebene?

War es auch eine wahnsinnig tolle Zeit, in der ich sehr viel gelernt habe. Als Trainer an einem solchen Centre bist Du ja nicht nur Trainer, sondern für die Athleten Ansprechperson für alle möglichen Dinge. Zwar bin ich nicht deren Nanny, aber ich muss schon schauen, dass die Athleten mit sich und ihrer Lebenssituation im Reinen sind. Wenn die sich in der Fremde unwohl fühlen, Heimweh haben, dann kannst Du noch so gut trainieren, sie werden die Leistung nicht abrufen können. Bei rund 15 Springern aus verschiedenen Ländern



gibt es nicht ein Coachsein. Da tickt jeder anders, hat andere Erwartungen und Bedürfnisse. Eine der größten Herausforderungen als Trainer ist herauszufinden, wie man mit jedem einzelnen Athleten umgehen muss, welche Ansprache er braucht.

Hochspringern wird eine gewisse Verrücktheit nachgesagt. Können Sie das bestätigen?

Ja, das stimmt schon. Leichtathleten kann man ja generell nicht über einen Kamm scheren. Die Werfer sind eine eigene Sorte Mensch, Sprinter auch und Hochspringer eben auch. Das sind natürlich Klischees und es gibt immer Ausnahmen, aber ich würde schon sagen, dass die Hochspringer an sich etwas lockerer drauf und dem Leben sehr zugewandt sind.

Mit Ihrem Eintritt in den Ruhestand Ende dieses Jahres endet die Zeit der Trainingsgruppe. Die IAAF hat die Förderung des Centres schon eingestellt. Und auch das Hochsprungmeeting mit Musik hat Ende Januar zum letzten Mal stattgefunden. Was kommt jetzt?

Zunächst einmal trainiere ich die beiden aktuellen Springer, Luis Castro aus Puerto Rico und Edgar Rivera aus Mexiko, weiter bis zu den Olympischen Spielen diesen Sommer in Tokio. Ich bin zuver-

sichtlich, dass sich beide qualifizieren werden. Dann hoffen wir auf einen tollen Wettkampf in Tokio. Danach werde ich sicherlich in irgendeiner Form weiter mit Hochsprung zu tun haben, aber ich habe keine Lust mehr, jeden Tag in der Halle zu stehen. Ein Campsystem wäre vorstellbar, bei dem ich über einige Wochen im Jahr als Trainer in einem Trainingslager für mehrere Springer arbeite. Ich könnte mir auch eine Rückkehr in die Trainerausbildung vorstellen.

Einige Studierende haben Sie vielleicht noch als ‚strengen‘ Prüfer beim Eignungstest in Erinnerung. Sie gelten nicht gerade als ‚Studierendenflüsterer‘. Täuscht der Eindruck?

Ja, ich denke schon, dass das täuscht. Die Arbeit mit den Studierenden hat mir in den 40 Jahren immer großen Spaß gemacht. Viele von ihnen sind super engagiert. Manchmal blaffe ich vielleicht jemanden im ersten Moment an, letztlich habe ich aber noch Jedem geholfen, der sich ernsthaft bemüht hat. Das ist mein Credo. Wenn da jemand allerdings auf die allerletzte Minute kommt und nichts getan hat, bin ich schon eher unflexibel. (lacht)

Das Interview führte Julia Neuburg.

„Klar sind wir Fußballprofis!“

Bei der gemeinsamen Fußballeinheit der Bachelor-Lehramtsstudierenden mit geistig behinderten jungen Männern geht es nicht nur um schönes Zupspiel. Ein Beispiel für gelungene Inklusion

Lars ist ein junger Mann, der leidenschaftlich gern Fußball spielt. Er sitzt in einer Gruppe von 30 anderen jungen Menschen in Halle 22 der Deutschen Sporthochschule, alle wie er in Trainingskleidung, und erzählt von seinem Alltag. „Wir trainieren jeden Tag, denn Fußball ist unser Beruf. Wir ziehen uns um, holen Bälle und Leibchen, machen uns warm. Donnerstags ist Teambesprechung.“ Seine Zuhörer*innen nicken zustimmend, interessiert.

Lars hat das Down-Syndrom. Zusammen mit zehn anderen geistig behinderten jungen Männern ist er vom Fußball-Leistungszentrum Frechen (FLZ) zur Spoho gekommen, um mit 20 Bachelor-Lehramtsstudierenden zu trainieren. Das FLZ ist Teil des Zentrums für Arbeit durch Bildung und Sport und eine Initiative der Gold-Kraemer-Stiftung, mit den Partnern GWK GmbH, LVR und der Agentur für Arbeit. Es ermöglicht erstmals in Deutschland, Fußball, daneben auch Judo, als Außenarbeitsplatz einer Werkstatt für Menschen mit Behinderung auszuüben. Die Fußballer können unter professionellen Rahmenbedingungen den Sport zu ihrem Beruf machen. Lars und seine Kollegen sind bei den Gemeinnützigen Werkstätten Köln GmbH (GWK) angestellt, wo die meisten von ihnen vor ihrer Fußballkarriere einfache Arbeiten verrichtet haben: Schrauben sortieren bei Ford oder Teller spülen in Werkkantinen.

Die Idee zu der inklusiven Fußballeinheit stammt von den beiden AStA-Mitarbeiterinnen Moana Rahe (Projekt für Diversity) und Lena Sieberg (Referentin für Soziales). Sie brachten den Spoho-Fußballdozenten Martin Jedrusiak-Jung und Jörg Jacobs ihre Idee vor, im Lehramtsstudium den Förderschwerpunkt geistige Entwicklung in den Fokus zu nehmen. Die stieß auf Zustimmung, und so reiste im Dezember die Frechener Mannschaft mit ihren Trainern Malte Strahlendorf und Nico Reese an.



Nach einer kurzen Begrüßung durch Martin Jedrusiak-Jung ergreift Lars selbstbewusst das Wort. Sein Kollege Dominik ergänzt: „Nur weil wir nicht drei Millionen verdienen, heißt das ja nicht, dass wir keine Profis sind.“ Während sich die Sportler*innen warm machen, erklärt Malte Strahlendorf: „Es geht nicht darum, ihnen perfekte Pässe beizubringen, sondern Fähigkeiten wie Konflikt- und Teamfähigkeit zu entwickeln und die Sozialkompetenz und das Selbstvertrauen zu stärken. Sie lernen hier Pünktlichkeit, Zuverlässigkeit und sich selbst zu organisieren. Wer krank ist, muss sich zum Beispiel eine Krankmeldung besorgen. All das brauchen sie für ein möglichst selbständiges Leben.“ Viele der Sport-



ler wohnen in eigenen Apartments der Gold-Kraemer-Stiftung, wo sie ambulant betreut werden. Zum Beispiel Michael. Bei seinen Schilderungen des täglichen Miteinanders hält er sich nicht lange auf, denn auch seine Priorität ist klar: „Wir kochen einmal die Woche zusammen, aber am liebsten gehe ich ins Stadion. Wir haben eine Kooperation mit dem FC. Einmal sind wir sogar mit der Mannschaft eingelaufen.“ Die Erinnerung lässt sein Gesicht leuchten.

Die Menschen mit geistiger Behinderung beziehen zusätzlich zu ihrem Werkstattlohn eine Grundsicherung. Teil des Programms sind auch Praktika in Betrieben des ersten Arbeitsmarktes oder auf anderen Arbeitsplätzen der Werkstatt für behinderte Menschen. Der Termin an der Spoho hat für Strahlendorf eine Bedeutung, die weit über das hinausgeht, was auf den ersten Blick zu sehen ist: „Wichtig ist, dass wir Nicht-Behinderten unsere Gruppe aufbrechen und die Barrieren vor allem in den Köpfen abbauen, nicht umgekehrt. So müsste es nicht nur im Sport, sondern in allen Bereichen der Gesellschaft funktionieren. Das ist Inklusion.“

Ein Turnier wird organisiert. In drei verschiedenfarbigen Leibchen treten alle in gemischten Teams gegeneinander an: Bayern, Dortmund und Bremen. Harte Schüsse, genaue Pässe, vorausschauende Kombinationen – die Spieler aus Frechen beweisen ihr Können. „Die spielen super Fußball“, sagt Samira anerkennend. Sie hat schon ein Praktikum an einer Förderschule gemacht, aber es ist ihr erster Kurs mit geistig Behinderten. „Es macht einfach Spaß. Und wenn du einem Spieler den Ball passt, ist es egal, ob er behindert ist oder nicht. Es muss halt funktionieren.“ Die Studierenden bereiten sich auf ein Leben als Sportlehrkraft vor. Ein praktischer Eindruck von inklusivem Sport ist kaum vorstellbar. „Inklusion ist so ein wichtiges Thema“, betont Samira. „Im Studium kommt das viel zu kurz. Ich bin froh, dass ich hier dabei bin.“

Jedrusiak-Jung steht am Spielfeldrand, spornt an, mahnt, gestikuliert. Lars passt den Ball hinüber zu Timo, der nimmt ihn geschickt an und lupft ihn ins Tor. Dezentere Jubel, Abklatschen. Der Fußballdozent sieht auf die Uhr. Noch wenige Sekunden bis zum Abpfiff. „Es ist die Begeisterung für den Sport, die uns verbindet“, sagt er. Und tatsächlich, die Verbindung zwischen den Spieler*innen mit und ohne Behinderung ist in dieser Halle so eng, dass alle Unterschiede verwischen. Plötzlich prescht ein Student mit einem grünen Bremen-Leibchen nach vorn und sorgt im letzten Moment für den Ausgleich. Strahlendorf zuckt gleichmütig mit den Schultern. Auch das gehört dazu: Verlieren können, Frust aushalten. „Manchmal ist das Leben als Fußballprofi auch anstrengend“, sagt der junge Trainer. „Wenn es nicht klappt, können sie jederzeit in die Werkstätten zurückkehren.“

Die Menschen ohne Behinderung sind immer in der Mehrheit. Das „Wir“ ist eine große, starke Gruppe, die sich gegenüber dem „Ihr“ der Behinderten abhebt. Wie fühlt sich das für die Minderheit an? Für Menschen wie Lars, die zwar viel lernen können, aber häufig auf Förderung und Assistenz angewiesen sind? Strahlendorf überlegt nicht lange: „Tage wie diese hier, an denen die Jungs einfach dazugehören, sind wahnsinnig wichtig. Sie werden hoffentlich zur Normalität.“ Die inklusive Fußballeinheit war ein voller Erfolg für alle, die mitgemacht haben. Geplant ist, sie einmal pro Semester durchzuführen. Ap



Die Deutsche Sporthochschule Köln trauert um Johannes Ruland. Der langjährige Vorstandsvorsitzende und Ehrenvorsitzende der Gold-Kraemer-Stiftung ist am 5. Februar 2020 im Alter von 80 Jahren verstorben.



Vom Purzelbaum zur Rolle vorwärts

Eine neue Kooperation ermöglicht Studierenden wertvolle Praxiserfahrungen und ist ein perfektes Beispiel für gelungene Vernetzung von Studium und Lehre

Einmal tief prüfender Blick, ob alle Stationen richtig aufgebaut sind. Noch einmal tief durchatmen, dann kann es losgehen. Pauline öffnet die Hallentür und es wird schlagartig laut. Zwölf Kinder – das jüngste gerade ein Jahr alt, das älteste fünf Jahre alt – stürmen in die Turnhalle. Die Kinder sind von der Kita Purzelbaum und kommen einmal die Woche für eine knappe Stunde in Halle 2 der Sporthochschule, um sich zu bewegen. Angeleitet werden sie von Studierenden der Sporthochschule. „Seit dem vergangenen Wintersemester kooperieren wir mit den Purzelbäumen. Unser Ziel ist es, den natürlichen Bewegungsdrang der Kinder durch eine motorische Vielseitigkeitsausbildung zu fördern“, erklärt Kursleiter Dr. Axel Kupfer.

Spoho-Studentin Pauline hat heute ihre lehrpraktische Prüfung und ist nervös. Auf ihr rhythmisches Klopfen hin setzen sich alle Kinder in einen Kreis und singen ein Begrüßungslied. Dann kann es losgehen. Station für Station können die Kinder im Uhrzeigersinn klettern, springen und balancieren. Unterstützung bekommt Pauline von ihren Kommiliton*innen Lisa und Julius, die ihre Prüfung schon hinter sich haben. Der kleine Elias kann erst seit wenigen Tagen laufen und freut sich, sein neu erlerntes Können unter Beweis zu stellen. Währenddessen balancieren die Großen auf einer Holzbank, die über zwei hohe Kästen gelegt ist. „Der Altersunterschied und somit der geistig und motorisch unterschiedliche Entwicklungsstand der Kinder stellt unsere Studierenden in der Planung der Unterrichtseinheiten vor eine Herausforderung“, sagt Turndozent Kupfer. „Eric, Mohamed, nicht unter der Bank lang laufen“, ruft Pauline, während sie Espylian beim Balancieren an der Hand festhält. Kommilitonin Lisa kommt zur Hilfe und fängt die wilden Jungs wieder ein.

Hochwertiges Bewegungsangebot

Das Lehr- und Forschungsgebiet Turnen ist nicht das einzige Fach, das eine solche Kooperation anbietet. Auch im Schwimmen, Volleyball oder Handball schulen die Studierenden in realen Gruppen ihre Vermittlungskompetenz. „Die Kooperation ermöglicht auf der einen Seite ein qualitativ hochwertiges Bewegungsangebot und gleichzeitig die Vernetzung in Studium und Lehre“, erklärt Kupfer, der sich fleißig Notizen macht. Bislang ist er mit Paulines Unterrichtseinheit zufrieden. Bei der nächsten Station rutschen die Kinder bäuchlings über eine Bank und springen am Ende von der Bank auf eine Matte. „Immer schön nacheinander“, lautet der Hinweis von Pauline.

Die lehrpraktischen Studien sind für die Studierenden des Bachelorstudiengangs Sport, Erlebnis und Bewegung verpflichtend. Das Fach können sie sich aussuchen. Vor der Prüfung haben die Studierenden die Möglichkeit, in drei Unterrichtseinheiten an ihrem Bewegungsangebot und ihrer Vermittlungskompetenz zu feilen. Elias flitzt wieder durch die Turnhalle und Pauline hat alle Hände voll zu tun, die Stunde in geordneten Bahnen ablaufen zu lassen. Bei der Mini-Trampolin-Station haben die Kinder besonders viel Spaß. Pauline, Lisa und Julius halten, heben und helfen, wo sie können. Bis es heißt: „Alle in die Mitte!“ Das rhythmische Klatschen signalisiert den Kindern, dass sie zur Ruhe kommen sollen. 24 Hände strecken sich entgegen und machen das Abschiedsritual. Die Stunde ist zu Ende. Die Kinder sind glücklich, der Dozent zufrieden und Pauline erleichtert. Geschafft! Lo



„Wir müssen das universitäre Bildungsideal verteidigen“



Der Prorektor für Studium und Lehre Univ.-Prof. Jens Kleinert und Studentin Maïke Müller im Gespräch über Herausforderungen und Freuden des Studiums heute

Warum haben Sie studiert, Herr Kleinert?

Weil ich neugierig war, weil ich neue Menschen kennenlernen wollte. Auf einem Campus mit 6.000 Studierenden ist das wahrscheinlich leichter als in einer kleinen Arbeitsgruppe in einem Betrieb. Und ich wollte dazulernen, das geht an einer Universität am besten.

Und warum haben Sie sich für ein Studium entschieden, Maïke?

Für mich war es erstmal wichtig, von zu Hause wegzu- kommen, Neues zu erfahren und selbständig zu werden, in eine neue Stadt zu ziehen, alleine zu wohnen, sich im Studium um alles selber zu kümmern. Auch wenn man mal auf die Schnauze fällt – am Ende lernt man daraus. Sportwissenschaft als Fach hat mich natürlich auch interessiert.

Kleinert: Ein Motiv bei mir war auch der Berufswunsch. Ich wollte ursprünglich Sportarzt werden, also habe ich mit dem Sportstudium angefangen und dann zusätzlich Medizin studiert, weil ich dachte, man bräuhete beides.

M: Das war bei mir anders. Nach dem Abi wusste ich erstmal gar nicht, was ich machen sollte. Die Spoho kannte ich und dachte, das probier ich mal, war anfangs aber unsicher. Ich hatte mich zwar für Sportjournalismus entschieden, hatte mir aber offengehalten, ob ich nicht später doch was anderes mache.

Fast 60 Prozent eines Jahrgangs beginnen heute ein Hochschulstudium, 1990 waren es knapp halb so viele. Was bedeutet das für die Hochschulen?

K: Erstmal, dass sie mehr zu tun haben. Es bedeutet jedenfalls nicht, dass wir jetzt mehr beruflich ausbilden. Wir müssen weiterhin akademische Grundfähigkeiten vermitteln, die unseren Absolvent*innen die Möglichkeit geben, sich nach dem Studium auf ganz unterschiedliche Berufsfelder einlassen zu können. Damit unterscheiden wir uns von einem Fachhochschulstudium oder einer beruflichen Ausbildung. Wir vermitteln sehr breit gefächerte Fähigkeiten. Diesen Bildungsgedanken können wir nicht aufgeben, nur weil mehr Studierende an die Unis kommen.



„Drei Jahre sind zu kurz für eine akademische Bildung.“

Univ.-Prof. Dr. Jens Kleinert

Maïke, Sie kommen jetzt ins sechste Semester. Wie erleben Sie Ihr Studium?

M: Sehr, sehr positiv. Die Atmosphäre an der Spoho ist eine ganz besondere, sowohl unter den Studierenden als auch zwischen Studierenden und Dozent*innen. Es geht hier sehr persönlich zu. Das ist genau das, was ich für mein Studium gebraucht habe: keine Uni mit 50.000 Studierenden; hier kennen die Profs meinen Na-

men. Wenn es Probleme gibt, werden die hier schnell und unkompliziert gelöst, einfach weil man mit allen reden kann. Ein Studium zu organisieren, kann einen am Anfang schon überfordern, aber wenn man erstmal für sich ein System gefunden hat, wie man lernt, was wichtig ist, dann finde ich es gut machbar.

K: Ich denke auch, dass die persönliche Nähe und die Hilfsbereitschaft unsere Sporthochschule besonders auszeichnet. Auch übrigens das gemeinsame Sporttreiben. Das ermöglicht eine Form von Persönlichkeitsentwicklung, die es in anderen Fächern nicht gibt. Viele unserer Absolvent*innen werden auch gerade deshalb gern eingestellt, weil sie grundsätzlich eine gute Art haben, mit Menschen umzugehen.



„An der Spoho kennen die Profs meinen Namen.“

Maïke Müller, AStA (Öffentlichkeitsarbeit)

Welche Qualifikationen bringen die Studienanfänger*innen von der Schule mit?

K: Die Welt scheint schneller, oberflächlicher geworden zu sein. Man muss vorsichtig sein, was man von Studierenden erwarten kann. Wir Dozierenden haben den Eindruck, dass wir nicht mehr von so vielen Grundlagen wie Schreibfähigkeit, Konzentrations- und Reflexionsfähigkeit ausgehen können wie das früher war. Manchmal holen wir Dinge nach, die eigentlich in der Schule hätten vermittelt werden müssen.

Haben Sie sich von der Schule gut vorbereitet gefühlt auf das Studium, Maïke?

M: Was den Stoff angeht schon. Aber ich hätte mir von der Schule gewünscht, besser über die Möglichkeiten nach dem Abitur informiert zu werden. Wir haben nie darüber gesprochen, was man mit einem Studium machen kann.

Sie engagieren sich beim AStA. Wofür treten Sie ein?

M: Wir sind die Stimme der Studierenden und kämpfen für eine Studi-freundliche Hochschule, zum Beispiel in puncto Anwesenheitspflicht. Für Studierende mit Kind oder solche, die weit pendeln müssen, würde die Anwesenheitspflicht das Studium sehr erschweren. Eine einzelne Beschwerde würde nichts ändern, unsere Aufgabe ist es also, den Widerstand zu organisieren und Impulse zu setzen.

K: Ich habe mich als Student in den Achtziger Jahren hochschulpolitisch nicht engagiert, obwohl ich politisch interessiert war. Mir gefällt daher, dass junge Menschen häufig viel Engagement und Interesse zeigen, auch über die Fridays-for-Future-Bewegung hinaus, selbst Initiative ergreifen und dadurch auch Initiative bei anderen auslösen.

Junge Menschen sind es heute gewohnt, alle Informationen sofort aus dem Internet zu ziehen. Gehen Sie noch in Bibliotheken, Maïke?

M: Ich weiß, was ein Buch ist (lacht). Das Internet erleichtert ganz vieles. Im Netz sind die Informationen vermeintlich schnell verfügbar, die Gefahr der Ablenkung ist aber groß. Daher braucht man eine Medienkompetenz, um zum Beispiel unterscheiden zu können, welcher Quelle man vertrauen kann und welcher nicht. Dafür beziehe ich mich auf Bücher, auf Wissenschaftlerinnen und Wissenschaftler und deren Publikationen. Ich glaube, das wird sich so schnell nicht ändern.

K: Aus Sicht der Wissenschaftlichkeit gibt es gar nicht so scharfe Grenzen zwischen der greifbaren Publikation und der im Internet. Für mich geht es vor allem darum, die Verlässlichkeit kritisch zu hinterfragen. Das gilt auch für Bücher und Fachzeitschriften. Kritisch mit Informationen umzugehen, ist eine Grundkompetenz, die wir im Studium vermitteln. Auch Medienkompetenz gehört für mich dazu.

Das Bachelor-Master-System befürworten die einen, weil die klare Struktur den Studierenden helfe, den Überblick zu behalten und sich zu fokussieren. Die anderen sagen, das System sei zu verschult und vernachlässige die Entwicklung der Studierenden zu reifen und umfassend gebildeten Menschen. Wie ordnen Sie das ein?

K: Das System hat es schwerer gemacht, ein akademisches Anspruchsniveau zu vermitteln. In drei Jahren ist es kaum möglich, fachliches Wissen, akademische Grundkompetenzen und Persönlichkeitsentwicklung zu erreichen. Wir können unsere Bildungsideale nicht befriedigend umsetzen. Deshalb verwundert es nicht, dass die meisten Bachelorabsolvent*innen noch einen Master dranhängen. Ein Bachelor ist häufig eher formal als tatsächlich berufsqualifizierend. Das ist der Grund, warum das Ministerium vor wenigen Jahren den Masterpakt ins Leben gerufen hat. Es wurde erkannt, dass die Master-Studienplätze ausgebaut werden müssen.

M: Ich habe mit 17 das Studium begonnen. Mit 20 werde ich fertig sein. Auf dem Papier bin ich dann fachlich für einen Beruf qualifiziert. Aber jeder würde mir einen Vogel zeigen, wenn ich mich damit bewerben würde. Der Druck auf die Studierenden ist groß, Praktika zu machen und Arbeitserfahrung zu sammeln. Der Wettbewerb wird immer härter, weil immer mehr Leute studieren und sich jeder irgendwie von den anderen abheben muss.

K: Heute beenden die Leute ihr Studium mit 20 und arbeiten bis 70, das sind 20 Jahre Berufsleben mehr als früher. Das heißt auch, die meisten werden mehrere Karrieren machen, sich nach einiger Zeit umentscheiden und etwas Neues lernen. Etwas Gelassenheit schon im Studium wäre also angebracht, aber die fehlt häufig.

Herr Kleinert, im Mai beginnt Ihre zweite Amtszeit als Prorektor für Studium und Lehre. Was haben Sie sich vorgenommen?

K: Viele Schwerpunkte sind durch äußere Bedingungen vorgegeben, zum Beispiel die Systemreakkreditierung, die uns zwei Jahre beschäftigen wird. Aber ich versuche, mir das zu Herzen zu nehmen, was ich auch Studierenden rate: viel Freude an der Tätigkeit zu haben, Dinge zu tun, die mich interessieren und von denen die Sporthochschule als Universität profitieren kann. Weitere Themen, die wichtig sind: Nachhaltigkeit, Digitalisierung, Forschungsorientierung des Studiums... da wartet viel Arbeit auf uns.

Das Interview führte Anna Papathanasiou.



SMALL TALK
VON VOLKER
SCHÜRMAN

Ich war übrigens noch nicht in Wuppertal dieses Jahr. Kommt aber noch. Friedrich Engels wird schließlich nur einmal 200 Jahre alt. Aber nun zu heute. Man stelle sich vor: NRW hat ein Projekt, und alle machen mit. Es beginnt in RheinRuhr, aber breitet sich schnell im ganzen Land aus. Es ist ein Sanierungsprojekt. Zwei Großbaustellen sollen miteinander verzahnt und endlich, nach vielen Jahren Dümpelei, beherzt angepackt werden. Da ist zum einen das Verkehrssystem, das nicht nur in NRW, aber dort besonders, marode ist. Stichworte reichen: notorische Staus, verspätete Züge, Leverkusener Rheinbrücke, abgehängte Ortschaften, zu denen gefühlt zweimal im Jahr ein Bus hinfährt. Da ist zum anderen der Breiten- und Schulsport. Auch hier reichen Stichworte: Renovierungstaus bei Turnhallen, schließende Schwimmbäder, Personalnot im Erziehungswesen, Bewegungsmangel oder gar Bewegungsinkompetenz bei Kindern und Jugendlichen. Es braucht viel Geld, diese Baustellen endlich anzugehen. Aber das wäre erst die halbe Miete. Ernsthaft wird da nur ein Projekt draus, wenn gute und intelligente Konzeptplanungen vorangehen; wenn die in Köln nicht irgendwas beginnen, von dem die in Bonn oder in Overath gar nichts wissen; wenn nicht bloß Fahrpreise gesenkt werden, sondern tatsächlich mehr Busse, S-Bahnen und Straßenbahnen verlässlich fahren und verlässliche Anschlüsse sogar von Overath nach Höderath existieren; wenn nicht nur Turnhallen saniert werden, sondern wenn es intelligente Lösungen gibt, die Kinder auch dorthin zu bringen, ohne dass jede Familie ein Drittauto benötigt, um ihre Kinder auf eigene Faust zu fahren. Man muss es nur so aussprechen, um zu ahnen, was hier Dümpelei meint, und was umgekehrt hier ein mit Ernsthaftigkeit und Verve angegangenes Projekt wäre. Man stelle sich vor: So etwas sei tatsächlich da, und alle machen mit.

Das kann man sich ja gut vorstellen: RheinRuhr beginnt und gerät gleichsam in ein Planungs- und Euphoriefieber. Das Sauerland und Ostwestfalen werden ganz neidisch und wollen dabei sein. Das Münsterland hat andere Sorgen und muss sich erst einmal um die Gülle kümmern, die es auf seine Äcker kippt – aber schon bald können sie sich auch dort nicht mehr entziehen. Dann greift das Schöne des Föderalismus: Das, was die in NRW können, können wir in Niedersachsen, Brandenburg, Thüringen, Sachsen, Schleswig-Holstein schon lange! Gut, Baden-Württemberg ist ein Sonderfall wegen der Autoindustrie; da sie um ihr Image fürchten, machen sie mit. Alle machen plötzlich mit. Und sogar die Bundesregierung wird wach. Sie macht die Abschaffung des Solis wieder rückgängig, und widmet ihn der bundesweiten Sanierung von Verkehrssystem, Breitensport und Schulen. Ganz am Ende kommt der DOSB auf die Idee, dass man dann ja auch eine Olympiabewerbung als Kollateralschaden draufsatteln könne. Umgekehrt geht das übrigens nicht: eine Bewerbung für Olympia, um Verkehrssystem und Turnhallen zu sanieren. Nach aller Erfahrung macht das IOC da einen Strich durch die Rechnung. Die kümmern sich um ihre Marke, nicht um Turnhallen.

SERIE: WERDEGÄNGE

„Und was machst
Du später damit?“

Das Projekt Werdegänge stellt exemplarisch die Wege von Spoho-Absolvent*innen vor. www.dshs-koeln.de/werdegange

SANDRA FRIES ...

Fachlehrerin am Berufskolleg
Anna Hermann Schule

Tätigkeit: Lehrerin an einem Berufskolleg mit Klassenleitung, Schulorganisation, Weiterentwicklung der Ausbildungsinhalte, Abnahme der Examenprüfungen, Leitung von Weiterbildungen mit Lizenzvergabe

Kriterien für die Einstellung: Doppelqualifikation Ausbildung und Studium, Engagement, Belastbarkeit, Empathievermögen, Zusatzqualifikationen

Ausbildung: Ausbildung zur staatlich geprüften Gymnastiklehrerin mit dem Schwerpunkt Prävention/Rehabilitation

Studium: Diplom-Sportwissenschaften, Schwerpunkt: Prävention und Rehabilitation

Praktikum: LVR Klinik Langenfeld für Psychiatrie und Abhängigkeitserkrankungen, Schloßberg-Klinik Wittgenstein für Neurologie, SBK Sozialbetriebe-Köln gemeinnützige GmbH

Nebenjobs u.a.: Lernende Region Netzwerk Köln e.V., Kreis-sportbund, Volkshochschule, Seniorenhaus Rosenpark, Goodyear Dunlop Handlungssysteme GmbH, Hochschulsport Spoho

Zusatzqualifikationen u.a.: Ausbildung zur Polestar Pilates-trainerin, Psychomotorik nach E.J. Kiphard, Sport- und Bewegungstherapeutin DVGS, Rückenschullehrerin nach KddR, Traditionelle Thaimassage, Shiatsu, Nordic Walking-Trainerin, Aerobic B-Lizenz

»Meine Zeit an der Spoho war geprägt von den vielen sportlichen Möglichkeiten auf hohem Niveau und zusammen mit vielen anderen sportbegeisterten Menschen. Ich durfte an Grenzen gehen und Neues erproben, bin über ganz reale Leichtathletikhürden gesprungen und habe gelernt, die Hürden im Kopf zu überwinden.«



Redaktionsluft geschnuppert

Das Studium bietet immer mal wieder Gelegenheit, Teil eines besonderen Projekts zu werden und sich in diesem Rahmen auszuprobieren. Für 23 Sportjournalismus-Studierende ergab sich im Wintersemester 2018/2019 eine solche Chance: Für das 100-jährige Jubiläum des 1919 gegründeten Sportamtes der Stadt Köln und des StadtSportBundes Köln durften sie eine Sonderausgabe des Magazins Köln.Sport grafisch und inhaltlich gestalten. Anlässlich des runden Geburtstages der beiden Institutionen hatte sich das Sportamt zum Ziel gesetzt, eine besondere Publikation zu veröffentlichen: eine Sonderausgabe der Köln.Sport, die einen ganz individuellen Blick auf den Kölner Sport abbildet. Das Heft sollte an das Buch „Sport für Köln – gestern, heute, morgen“, das im Jahr 2009 herausgegeben wurde, anknüpfen und die fehlenden zehn Jahre der Kölner Sportgeschichte abdecken.

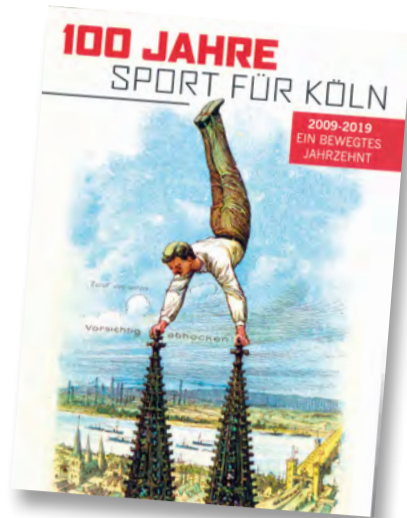
In Kooperation mit dem Sportjournalismus-Seminar „Geschichte des Sports in den Medien“ unter Leitung von Dr. Ansgar Molzberger vom Institut für Sportgeschichte erarbeiteten Studierende der Sporthochschule die Sonderpublikation „100 Jahre Sport für Köln. 2009 bis 2019 – Ein bewegtes Jahrzehnt“. Dafür begaben sie sich während des Semesters auf Recherche und trugen aktuelle Geschichten des Lokalsports in journalistischen Texten zusammen. Im Fokus des

Projekts stand, die Entwicklung des Sports in Köln abzubilden und eine Zukunftsperspektive aufzuzeigen. „Das Seminarprojekt war für die Studierenden eine Möglichkeit, praktische Erfahrung zu sammeln und journalistisch zu arbeiten. Gleichzeitig habe ich darin eine besondere Chance für das Sportamt gesehen, denn junge Menschen haben eine ganz andere Perspektive auf die letzten zehn Jahre des Kölner Sports als beispielsweise ich“, erklärt Seminarleiter Ansgar Molzberger.

Während des Seminars erarbeiteten die angehenden Sportjournalist*innen Texte, die ihren ganz individuellen Blick auf den Kölner Sport zeigen. Doch damit nicht genug: Eine kleine Redaktionsgruppe aus drei Studierenden durfte nach Ende des Semesters die redaktionelle Arbeit des Magazins Köln.Sport begleiten und ihre eigenen Ideen und Vorschläge in die Gestaltung der Sonderpublikation miteinfließen lassen. Für die Studierenden Hannah Nitsche, Maike Müller und Benedikt Kaninski eine ganz besondere Erfahrung. „Wann hat man als Student*in mal die Chance, so etwas mitzugestalten und am Ende seine eigene Zeitschrift in den Händen zu halten? Und dann noch zu so einem Anlass. Das ganze Projekt war etwas Einmaliges“, erzählt Hannah Nitsche. Während ihrer Arbeit wurden die Studierenden tatkräftig von Sportamt-Mitarbeiter Stefan Kühnborn unterstützt. Er

traf sich in regelmäßigen Abständen mit den Studierenden, um die einzelnen Schritte der Umsetzung zu besprechen. Die eigenständige Arbeit stand aber im Vordergrund. „Es war ein gutes Arbeitsverhältnis. In der Umsetzung waren wir sehr frei, und das Sportamt hat uns immer wieder zusätzlichen Input gegeben. Es war echt cool zu merken, dass unsere Ideen ernstgenommen werden“, sagt Maike Müller. Für ihr Engagement in Redaktion und Layout erhielten die drei Studierenden sogar eine finanzielle Entlohnung in Höhe von je 200 Euro vom Kölner Sportamt.

Ein Jahr nach Beginn des Projekts, bei der offiziellen Jubiläumsfeier im Dezember 2019, wurde die Sonderpublikation unter Anwesenheit von Oberbürgermeisterin Henriette Reker und vielen Offiziellen des Kölner Sports der Öffentlichkeit vorgestellt. Erstmals konnten auch die Teilnehmer*innen der Seminargruppe die fertige Sonderpublikation in den Händen halten. Das Ergebnis kann sich sehen lassen: Chronologisch aufgebaut und grafisch ansprechend gestaltet führt das Heft die Leser*innen durch die letzten zehn Jahre des Kölner Sports. Für das Sportamt Köln und Köln.Sport ein erfolgreiches Projekt. Auch Ansgar Molzberger ist mit der Arbeit der Seminargruppe zufrieden. Für ihn zeigt die Zusammenarbeit an der Sonderpublikation ein weiteres Mal: Studentische Projekte bieten für alle Beteiligten ein großes Potenzial. *Aj*



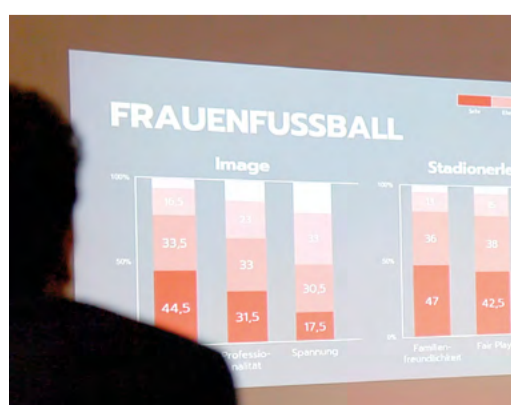
Die Sonderpublikation „100 Jahre Sport für Köln“ (Titelseite rechts) – mitgestaltet von Studierenden der Seminargruppe „Geschichte des Sports in den Medien“ (Foto links).

Wissenschaftskooperation mit Kick

In der Traditionsloge des 1. FC Köln nehmen rund 60 Studierende der Sporthochschule an einem Seminar der besonderen Art teil. Nur wenige Meter vom Spielfeld entfernt, in einem Raum vollgepackt mit Trophäen aus 72 Jahren Vereinsgeschichte, präsentieren sie Vertreter*innen des 1. FC Köln Lösungen für zwei Fragen: Wie kann der FC nachhaltiger werden und wie könnte man mehr Menschen dafür begeistern, Spiele des FC-Frauenteam zu besuchen? Drei Monate lang haben sich die Sportmanagement-Studierenden im Rahmen des Seminars „SMK 10.3 – Sportmärkte und Branchen“ mit diesen Themen beschäftigt. Sie führten Umfragen im Umfeld des Vereins durch, erstellten Marktanalysen und reisten zu anderen Vereinen, um sich Inspiration zu suchen. Beim Kick-off-Termin zu Beginn des Semesters hatten Vertreter*innen des Vereins den Studierenden einen Einblick gegeben, welche Fragen sie derzeit in der Management-Praxis beschäftigen und wo sie wissenschaftliche Unterstützung gebrauchen können. Die Studierenden sollten anschließend Lösungen entwickeln.

„Der Grundgedanke des Seminars ist, dass ein externer Partner den Inhalt definiert. So wird deutlich: Das ist nichts, was wir uns nur im Elfenbeinturm ausdenken, sondern genau das, womit sich die Management-Praxis beschäftigt“, erklärt Seminarleiter Univ.-Prof. Sebastian Uhrich. Vor rund fünf Jahren hatte er die Kooperationsveranstaltung ins Leben gerufen: „Ich hatte die Idee, dass man dem studentischen Interesse an managementrelevanten und projektartigen Seminaren nachkommt und sich mit einer konkreten Branche intensiver beschäftigt.“

Ursprünglich wollte Uhrich jedes Semester mit einem anderen Partner zusammenarbeiten. Weil aber die Kooperation mit dem FC von Beginn an erfolgreich war und als beiderseits fruchtbar wahrgenommen wird, besteht die Zusammenarbeit bis heute. „Die Tatsache, dass wir jetzt in die elfte Auflage gehen, spricht für sich. Auch Geschäftsführer Alexander Wehrle ist ein



Fan der Kooperation und hat sie über die Jahre regelmäßig gestützt. Er kommt auch immer mal wieder zu den Abschlusspräsentationen“, erzählt Uhrich.

Die Abschlusspräsentationen im Stadion-Ambiente, zu denen der 1. FC Köln die Studierenden einlädt, bilden den Höhepunkt des Seminars. Die Studierenden stellen ihre erarbeiteten Konzepte, gefüttert durch eigenständig erhobene wissenschaftliche Daten, vor und erhalten im Gegenzug eine Bewertung und konstruktives Feedback von Seiten des Vereins. Die Mitglieder der beiden besten Gruppen lädt der FC zu einem Heimspiel in die VIP-Loge ein.

Im Laufe der letzten fünf Jahre haben sich die Studierenden mit ganz unterschiedlichen Fragestellungen beschäftigt – Teile aus den Konzepten wurden vom 1. FC Köln umgesetzt. Angefangen vom Stadionerlebnis mit W-LAN über die Affinität von Teenagern zum Fußball bis hin zur Verbindung von Digitalisierung und Fan-Erlebnis: Am Ende, sagt Uhrich, standen jedes Mal gelungene Präsentationen. „Wenn man merkt, der Funke springt über, die Studierenden ziehen gut mit und liefern bei den Abschlusspräsentationen immer wieder tolle Sachen, dann motiviert das und man investiert selbst gerne viel Arbeit in das Seminar.“ Weil an verschiedenen Stellen der Sporthochschule ähnlich erfolgreiche Projekte in Zusammenarbeit mit dem FC durchgeführt werden, ist 2015 aus allen Einzelprojekten eine übergeordnete Kooperation entstanden. Die Kooperationsvereinbarung, die gerade für fünf Jahre verlängert wurde, bildet den formalen Rahmen. Weitere Projekte laufen zum Beispiel im Bereich Sportpsychologie, eSport, Karriereförderung, Talententwicklung, Kommunikation oder – ganz neu dabei – StartUps. Dieses aktuelle Thema könnte auch interessant sein für die Studierenden des nächsten FC-Seminars. Zwar stehen die konkreten Themen noch nicht fest, eine Idee ist aber, sich mit dem StartUp-Förderprogramm des 1. FC Köln und dem Bereich Gründung in der Sporttechnologie zu beschäftigen. *Mw*



Senkrechtstarterin im Eiskanal



Leonie Fiebig ist 29 Jahre alt und Masterstudentin an der Sporthochschule. Über ein Projekt kam sie zum Bobsport und feierte dort im Dezember 2018 ihr Weltcup-Debüt als Antrieberin im Zweierbob. Bei der WM in Altenberg fuhr die Herzskölnerin nun mit ihrer Pilotin auf den 5. Platz. Wir haben uns während eines Trainings im Leichtathletikzentrum mit Leonie über ihren steilen Aufstieg unterhalten.

Wie bist du zum Bob gekommen?

Ich war wissenschaftliche Hilfskraft im Deutschen Forschungszentrum für Leistungssport. Da hatten wir ein Projekt mit Wintersportlern, unter anderem Bobfahrern. Die Athleten waren von der Statur her überwiegend groß und kräftig und ich dachte, da könnte ich ganz gut reinpassen. Kurze Zeit später saß ich in einem Bob. Am Anfang war es eine komplette Schnapsidee, dann habe ich aber ein Probetraining gemacht und bin dran geblieben.

Innerhalb von zwei Jahren in die Weltspitze. Wie viel Arbeit steckt dahinter?

Sehr viel harte Arbeit! Meine Familie und Freunde waren anfangs wenig begeistert. Ich hatte einen ganz anderen Plan, wollte promovieren, weil ich den Leistungssport eigentlich schon an den Nagel gehängt hatte. Es gab auch Zeiten, wo ich anfangs dachte: Was zur Hölle machst du? Du bist Ende 20 und fängst etwas komplett



anderes an? Zudem musste ich mich selbst finanzieren und war im Vollzeitpraktikum.

Wie sieht so eine Trainingswoche bei dir aus?

Es ist viel Athletik: Sprint, Sprung, Kraft, da profitiere ich sehr von meiner leichtathletischen Ausbildung. Zudem geht es einmal die Woche nach Winterberg zum Techniktraining. Eigentlich kann ich aber größtenteils alles alleine trainieren. Das jedoch erfordert immer viel Motivation und manchmal starre ich auch eine Stunde die Wand an, bevor ich anfrage.

Wie entscheidend ist eine Antrieberin beim Bob?

Du hast schon einen erheblichen Anteil. Die Gesamtleistung setzt sich zusammen aus Start, Fahrweise und Material. Wir haben eine Faustregel: Der Startrückstand, den du oben hast, verdoppelt sich nach unten. Nicht immer, aber im Bobsport geht es nun mal um Hundertstel und da ist der Start schon eine entscheidende Komponente. Als Außenstehender sieht es dann so aus, als würde man nur reinspringen und sich runter fahren lassen. Aber es ist unglaublich anstrengend, vor allem mental, die Kontrolle abzugeben. Das fühlt sich an wie eine Buckelpiste, du bekommst blaue Flecken und musst dich eben auch auf deine Pilotin verlassen können.

Und wenn der Bob dann mal kippt bei 130 Stundenkilometer?

Es wird richtig laut dadurch, dass der Helm auf dem Eis kratzt. Das Geräusch vergisst ein Bobfahrer wohl nie mehr in seinem Leben.

Und es wird total heiß an den Körperstellen, die das Eis berühren, das ist beim Antrieber meist die Schulter. Ein Kollege hatte mich damals gefragt: Und Leonie, wie war dein Nahtod-Erlebnis? Das klingt zwar hart, Unrecht hatte er aber nicht. Du kannst nichts machen und dich auch nicht wirklich darauf vorbereiten. Bisher ist immer alles gut gegangen, aber schön zu reden gibt es da definitiv nichts. Bei der WM sind dieses Jahr doch einige gestürzt, auch direkt vor unserem ersten Lauf. Das war mental schon sehr belastend.

Wie lief denn die WM?

Wir wurden von vielen zum engen Favoritenkreis auf den Titel gezählt. Platz fünf ist nicht das Ergebnis, das wir uns vorgestellt und angestrebt hatten. Ich sehe es aber nicht als Niederlage. Ich sehe es viel eher als wichtige Erfahrung, aus der wir lernen werden und spätestens in zwei Jahren bei den Olympischen Spielen in Peking soll dann alles passen.

Drei Weltcups in dieser Saison. Zweimal Podium, zweimal Startrekord. Beste Startzeiten auch bei der WM. Es läuft richtig gut bei dir. Wie viele Jahre sind auf dem Niveau noch möglich?

Ich bin sehr zufrieden mit der Saison und meiner Leistung. Bestätigt wurde ich nach der WM, als die Weltmeisterin Kallie Humphries zu mir sagte, sie würde sich total freuen, bei unseren Startzeiten mithalten zu können. Da wurde mir erst einmal bewusst, dass wir dieses Jahr glaube ich für einige das Maß der Dinge waren, was die Startzeiten angeht. Einen Vorteil sehe ich darin, dass ich schon relativ früh raus bin aus dem Leistungssport mit Anfang 20 und mein Körper vielleicht noch nicht so ‚verbraucht‘ ist. Ich glaube schon, dass ich noch einige Zeit auf dem Niveau mitmischen kann – das wird aber neben dem eigentlichen Training viel Arbeit sein: Physio, Yoga, Ernährung und Regeneration.

Warum Köln und warum die Spoho?

An der Spoho und vor allem in Köln habe ich mich schon immer wohlfühlt. Wenn die Termine für die Wettkämpfe rauskommen, gucke ich zuerst, wann Karneval ist. Da muss ich dann meist erstmal voller Selbstmitleid feststellen, dass ich nicht mitmachen kann oder zumindest den Auftakt verpasse. Aber wenn ich nach den Wettkämpfen nach Hause komme und den Dom wiedersehe, ist immer alles gut (lacht).

Das Interview führte Henrik Mertens.

Fan von Lisa²

Frauen und Männer sind im Sport nicht gleichberechtigt. Für die zwei Spoho-Studentinnen Lisa Kalina und Lisa Steffny war das ein Anlass, den Blog „Fan von DIR“ ins Leben zu rufen. Ein Blog über Erfolgsgeschichten von Frauen im Sport – und über Vorbilder auf Augenhöhe

„Die wenigsten können nachvollziehen, wieso ich das alles mache: Tausende von Euro im Jahr für Sport auszugeben und wenn es die Zeit zulässt, nebenbei noch studieren“, schreibt Laura Bo Voss auf Fan von DIR. Laura ist Leistungssportlerin. Seitdem sie fünf ist, segelt sie – bis heute. Und das, obwohl ihre Karriere zwischenzeitlich vor dem Aus stand. Laura ist eine von bisher 28 Frauen, denen der Blog „Fan von DIR“ Raum gibt, ihre Geschichte zu erzählen.

Vor knapp einem Jahr haben die beiden Masterstudentinnen Lisa Kalina und Lisa Steffny „Fan von DIR“ ins Leben gerufen. Im Master International Sport Development and Politics, den beide seit Oktober 2018 studieren, diskutierten sie damals über das Thema Chancengleichheit im Sport. Schnell wurde ihnen klar, dass die fehlende Gleichberechtigung zwischen Frauen und Männern im Sport kein reines Phänomen des Profibereichs, sondern auch im Alltag wahrnehmbar ist. „Bei einem Vorstellungsgespräch für einen Trainerposten bei einem Profifußballteam wurde ich gefragt, ob ich ein Problem mit frauenfeindlichen Sprüchen auf der Arbeit habe“, erzählt Lisa Steffny. Ihre Studienkollegin ergänzt: „Ich habe schon Aussagen erlebt wie ‚Ach, jetzt ist ein Mann in der Runde, dann kann ich meine Sportfrage stellen.‘ Schon eine komische Situation, wenn man daneben sitzt und Sportpolitik studiert.“ Dass beide Studentinnen miterlebt haben, wie unterschiedlich sich Frauen und Männer im Sportkontext verhalten und dadurch oft auch verschieden wahrgenommen und behandelt werden, hat sie angespornt, selbst aktiv zu werden. Zunächst im Freundeskreis, mittlerweile auch darüber hinaus, ließen sie ihr Netzwerk spielen und suchten nach Frauen, die bereit waren, andere



an ihrer Erfolgsgeschichte aus dem Sport teilhaben zu lassen. Sie wurden fründig. Immer nach einem ähnlichen Muster aufgebaut, berichten seither Frauen verschiedene

Alters aus unterschiedlichen Sportarten und Leistungsniveaus von Hürden und Vorurteilen, denen sie begegnet sind. Sie erzählen, mit welchen Rückschlägen sie zu kämpfen hatten und was sie motiviert, ihren Weg weiter zu verfolgen. Unter ihnen ist zum Beispiel Jule, die als einzige Frau Mitglied des Fußball-Schiedsrichter*innen-Kreisförderkaders ist, Vivian, die Rugby spielt, oder Carmen, deren Hobby Bodybuilding ist.

„Mit unserem Blog wollen wir Frauen im Sport ihre Geschichte erzählen lassen und zeigen, dass sich niemand alzu schnell von Rückschlägen aus der Bahn werfen lassen sollte“, erzählt Lisa Kalina. Zwar gäbe es schon einige Organisationen, die sich mit dem Thema Chancengleichheit befassen, den beiden Studentinnen fehlte aber der direkte Austausch mit greifbaren weiblichen Vorbildern – Vorbildern auf Augenhöhe, wie Lisa Steffny sie bezeichnet.

Zusätzlich zu den Blog-Beiträgen ihrer Protagonistinnen veröffentlichten die Studentinnen auch eigene Beiträge. Sie führen Interviews zu Themen, die kontrovers diskutiert werden, und eröffnen durch die Sicht von Beteiligten neue Perspektiven. So gibt es im Blog zum Beispiel ein Interview mit Cheerleaderin Cindy, die sich zur Entscheidung des Basketball-Clubs Alba Berlin äußert.

Der Club hatte Cheerleading als nicht mehr zeitgemäßen „weiblichen Pausenfüller“ abgeschafft. Außerdem findet man ein Interview mit Paralympics-Goldmedaillengewinnerin Franziska (Bild rechts). Mit ihr haben die beiden Studentinnen über Organspende gesprochen, denn



Lisa Kalina (re.) und Lisa Steffny (li.)



@fanvondirblog

eine Spenderlunge und eine Spenderniere ermöglichen es Franziska, zu leben und erfolgreich Sport zu treiben. Mit der Kombination aus Interviews und Erfahrungsberichten soll „Fan von DIR“ über Chancengleichheit informieren und für Gendergerechtigkeit sensibilisieren. Der Blog soll einen Einblick in individuelle Erfolgsgeschichten geben und Mut machen – Männern und Frauen gleichermaßen. Das ist Lisa und Lisa wichtig. Für 2020 wünschen sich die beiden noch mehr Beiträge. Ihr Blog-Projekt soll noch größer werden und noch mehr positive Beispiele dafür liefern, wie Gleichstellung im Sport funktionieren kann. *MW*

Das Kölner Studierendenwerk (Werk) plant Sanierungsarbeiten im und am Turm, unter anderem an der Fassade.

Generationen von Spoho-Studierenden kennen ihn. Er ist ein Wahrzeichen im Kölner Westen. Ein Leuchtturm inmitten der Großstadt. Ein Wegweiser. Ein Hingucker. Der „Turm“ ist nicht zu übersehen. An der Ecke Aachener Straße/Am Sportpark Müngersdorf ragt er mit seinen ca. 80 Metern hoch auf.

Mitte 1972 wurde mit dem Bau begonnen, am 1. Februar 1975 zogen die ersten Studierenden ein. Die nannten ihr damaliges Domizil noch „Stift“. Kurze Zeit später wurde die liebevolle Vereinfachung „Turm“ in die Campussprache aufgenommen. 2020 feiert der Turm, der von Beginn an ein Wohnheim des Kölner Studierendenwerks (KStW) war, somit seinen 45. Geburtstag. Und ihm ist eine mittelschwere Midlife Crisis anzusehen. Seit Jahresbeginn ist das Gebäude in mattes Weiß gehüllt. Der Grund: Die bräunliche Waschbetonfassade ist in die Jahre gekommen und muss saniert werden. „Durch Witterungseinflüsse ist die Fassadenoberfläche stark ausgewaschen, wodurch sich Kiesel lösen und herabfallen können. Damit niemand zu Schaden kommt, hat das Werk vorsorglich den Turm mit dieser Schutzverkleidung aus engmaschigem Kunststoff abgenetzt“, erklärt Jörg J. Schmitz, Geschäftsführer des Werks. Eine Komplettanierung bei einem vollbewohnten 25-stöckigen Gebäude? Kein einfaches Unterfangen. Geplant ist, mit den Fassadenarbeiten im Oktober zu beginnen. Dazu ist es notwendig, einzelne Etagen zu entmieten, da die Sanierung nur in den unbewohnten Etagen erfolgen kann. „Wir wollen immer drei Etagen zusammen sanieren. Das hat den Vorteil, dass nicht alle Mieter*innen ausziehen müssen. Hat aber auch den Nachteil, dass die Arbeiten deutlich länger dauern und die verbleibenden Mieter*innen mit Baulärm rechnen müssen“, sagt Werk-Geschäftsführer Schmitz. Anfang März wurde der Bauantrag bei der Stadt Köln eingereicht. Erst wenn die Baugenehmigung vorliegt, können die Arbeiten starten. Der Baubeginn ist daher ungewiss. Für die Fassadenarbeiten wird ein Gerüst aufgebaut und die Verkleidung dann nach und nach aufgeschnürt. Das Werk schätzt die Kosten für die komplette Sanierungsmaßnahme auf 3,5 bis 4,5 Millionen Euro. Übrigens: Die Gesamtkosten für den Turmbau in den 1970er Jahren beliefen sich auf 14 Millionen DM.



Turm in weißem Gewand

Neben der Fassade werden auch der Eingangsbereich und die Flure saniert und auf den neuesten technischen Stand gebracht, vor allem was den Brandschutz betrifft. So wird etwa die Sicherheitsbeleuchtung in den Fluren ausgetauscht, die Brandschutztüren in den Fluren zum Treppenhaus werden erneuert, ebenfalls die Fenster; zudem wird die Briefkastenanlage im Eingangsbereich nach außen verlegt. Das Foyer soll zu einem Kommunikationsbereich und Treffpunkt umgestaltet werden. Geplant sind darüber hinaus neue Böden in den Wohnungen.

Der Turm bietet derzeit insgesamt 357 Wohnplätze (54 Apartments und 303 WG-Zimmer) verteilt auf 25 Etagen. Pro Nase werden zwischen 225 und 346 Euro Miete inklusive Nebenkosten monatlich fällig. Die begehrteste Wohnlage mit bestem Ausblick? Wenn man schwindelfrei ist, eigentlich ganz oben. Doch derzeit ist auch hier die Sicht nach draußen durch das Netz eingeschränkt; die Balkone dürfen nicht mehr betreten werden. Baulärm ist zu erwarten. „Die Mieter*innen der oberen drei Etagen, die zum Baubeginn ausziehen müssen, erhalten Alternativangebote, um innerhalb des Turms umzuziehen, oder bekommen einen anderen Wohnheimplatz des Werks angeboten. Diejenigen in den oberen Etagen, die die maximale Mietdauer erreicht haben, können bis zum Beginn der Baumaßnahmen in ihren Zimmern wohnen bleiben“, teilt das Werk mit und betont: „Das Kölner Studierendenwerk versteht sich als Solidarpartner der Studierenden und als fairer Vermieter.“

Grundsätzlich können Studierende aller Kölner Hochschulen im Turm wohnen, doch durch die Nähe zum Spoho-Campus ist das Wohnheim besonders bei Spoho-Studierenden beliebt: Etwa die Hälfte der Turmbewohner*innen ist an der Spoho eingeschrieben. Dies ist auch Voraussetzung, um in einem der vier Wohnheime A bis D auf dem zentralen Spoho-Campus unterzukommen. Häufig werden die 78 Wohnheimplätze an internationale Austauschstudierende vermietet. Auch hier gibt es Sanierungspläne. Das Ministerium hat eine entsprechende „Planungsollvereinbarung“ akzeptiert, die einen Sanierungszeitraum von Sommer 2021 bis Frühjahr 2023 festlegt. Eine eingeschränkte Wohnraumnutzung ist auch hier zu erwarten. Jn

Personal

Einstellung:

Saskia Pawlowski, Institut für Europäische Sportentwicklung und Freizeitforschung, 03.02.2020

25. Dienstjubiläum:

Hartmut Rubart, Zentralbibliothek, 01.01.2020

Ausscheiden:

Elke Tegtmeier, Dezernat 2, 30.06.2020

Dr. Dr. Philipp Zimmer, Institut für Kreislaufforschung und Sportmedizin, 01.03.2020

Ruhestand:

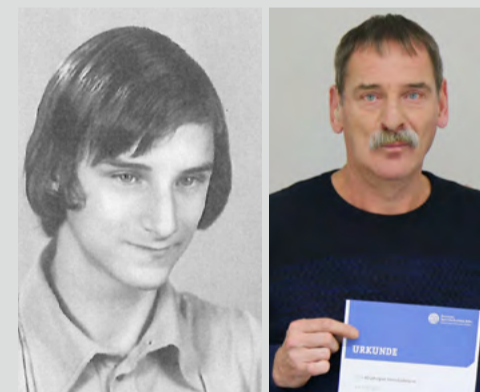
Ilona Gerling, Institut für Vermittlungskompetenz in den Sportarten, 31.03.2020

Dr. Jürgen Schiffer, Zentralbibliothek, 31.03.2020

Meldungen

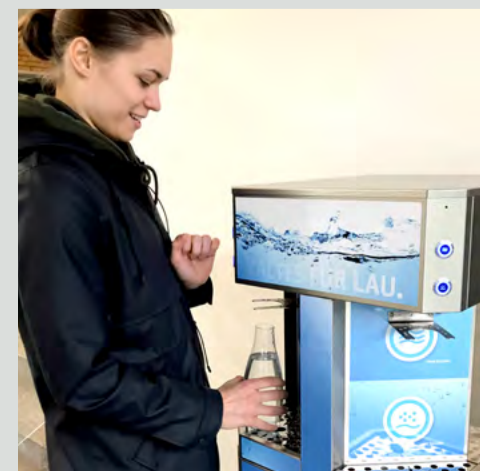
40 Jahre „pflegt“ er die Spoho

Am liebsten fährt Ferdinand Rütt (58) mit „seiner“ Kehrmaschine über den Spoho-Campus und pflegt die Außenanlagen der Hochschule. Seit nun 40 Jahren arbeitet er als Gärtner an der Sporthochschule: Ende 2019 jährte sich sein Einstellungsdatum zum 40. Mal. Im Rahmen der Urkundenübergabe gab das Bewerbungsfoto von Ferdinand Rütt aus dem Jahr 1979 Anlass zur allgemeinen Erheiterung. Jochen Schlepper, Leiter des Dezernats Personalmanagement, hatte die Personalakte des gebürtigen Kölners herausgesucht: Das alte Foto zeigt den damals 18-Jährigen, als er als Gartenarbeiter an der Spoho anfang. Seit Sommer 2016 ist Rütt zumeist mit der Kehrmaschine, dem Citymaster 1250 der Firma Hako, unterwegs.



Wasser für lau

Seit Anfang Februar stellt die Spoho ihren Studierenden und Beschäftigten kostenfreies Trinkwasser zur Verfügung. Die insgesamt drei Wasserspender befinden sich in der Eingangshalle des Hauptgebäudes, im IG NawiMedi in Raum 1 und in der Eingangshalle der Zentralbibliothek. Im ersten Monat wurden bereits ca. 5.000 Liter Wasser gezapft!



- Preis:** Zwei Tickets für Jeck im Sunnesching in der Bonner Rheinaue
- Preis:** KeepCup von Heilandt – der umweltfreundliche Coffee-To-Go-Becher



JECK IM SUNNESCHING & JECK OP KAFFEE

Jeck im Sunnesching verwandelt die Bonner Rheinaue am 29. August 2020 in eine gigantische Schunkelarena. Beim jecken Sommerfestival mit Knallerbands wie Kasalla, Brings, Cat Ballou, Miljö und vielen mehr könnt auch Ihr mitfeiern! Zu gewinnen gibt es zwei Karten.

Außerdem verlosen wir einen schicken Mehrwegbecher von Heilandt. Der KeepCup wurde speziell dazu entwickelt, den Einweg-Pappbecher abzulösen und den damit einhergehenden Müllberg zu reduzieren. Diese Version ist aus Glas mit einem Band aus Kork.

KURIER QUIZ

QUIZFRAGE:

WIE HEISSEN DIE BEIDEN INSTITUTSLEITER DES INSTITUTS FÜR KREISLAUFFORSCHUNG UND SPORTMEDIZIN?

Schicken Sie Ihre Antwort per Post an die im Impressum angegebene Adresse, per Hauspost oder per E-Mail an: gewinnspiel@dshs-koeln.de

EINSENDESCHLUSS: 24. April 2020 VIEL ERFOLG!

IMPRESSUM

KURIER
Hochschulzeitung
der Deutschen Sporthochschule Köln
Am Sportpark Müngersdorf 6
50933 Köln
www.dshs-koeln.de
presse@dshs-koeln.de

Herausgeber
Univ.-Prof. Dr. Heiko Strüder,
Rektor der Deutschen Sporthochschule Köln
Chefredaktion
Sabine Maas (Ms),
Stabsstelle Akademische Planung und
Steuerung, Presse und Kommunikation
Tel. 0221 4982-3850, Fax: -8400

Redaktion
Julia Neuburg (Jn, -3441), Lena Overbeck
(Lo, -3440), Ariane Jäger (Aj, -8553),
Henrik Mertens (Hm, -6158), Anna
Papathanasiou (Ap, -8553), Marilena
Werth (Mw, -2080)
Layout
Sandra Bräutigam (Sb)
Tel. 0221 4982-3442

Auflage
3.000
Druck
DFS Druck Brecher GmbH,
www.dfs-pro.de

Erscheinungsweise
Viermal im Jahr. Der nächste KURIER
erscheint vsl. im Juni 2020.

Eine PDF- und Online-Version finden Sie
unter: www.dshs-koeln.de/kurier
Redaktionsschluss KURIER: 18.05.2020

In dieser Publikation wird aus Gründen einer
besseren Lesbarkeit teilweise nur die männliche Form/
Ansprache verwendet. Dies soll ausdrücklich nicht
als Diskriminierung von Frauen verstanden werden.