

KURIER

Hochschulzeitung der Deutschen Sporthochschule Köln



Deutsche
Sporthochschule Köln
German Sport University Cologne



Die Hoffnung liegt im Sport

2017 ist ein Jahr der Höhepunkte für das Projekt DENKSPORT

Rund 70 zufriedene Menschen stehen am Ende des Aktionstages „Sport und Demenz“ im Foyer der Deutschen Sporthochschule, trinken Kaffee, essen Kuchen und genießen den Frühlingstag. „Das war wunderbar und hat viel Spaß gemacht“, sagt Marianne Leufen, nachdem sie während des Vormittags eine Kraft-, eine Koordinations-, eine Tanz- und eine Ausdauerinheit absolviert hat. Nun hofft die 72-Jährige, am zweiten Teil der Studie des Projektes DENKSPORT teilnehmen zu dürfen, das vor gut einem Jahr am Institut für Bewegungs- und Neurowissenschaft der Hochschule unter der Leitung von Prof. Dr. Dr. Stefan Schneider seinen Anfang nahm. Bis 2018 wollen die Wissenschaftler herausfinden, inwiefern sich Sportaktivitäten auf die geistigen Fähigkeiten von Menschen mit einer beginnenden Demenz oder ersten kognitiven Schwächen im Alter auswirken. Grundlage für das Projekt, in das auch Forscher und Institutionen aus Irland und den Niederlanden involviert sind, ist die Vermutung, dass ein aktiver Lebensstil günstige funktionelle und strukturelle Veränderungen im Gehirn bewirken kann. Noch wurden keine Ergebnisse veröffentlicht, aber eine zentrale Erkenntnis zeichne sich nach einem Jahr und der Abschlussprüfung der ersten Studienteilnehmer bereits ab, sagt der Projektkoordinator Tim

Stuckenschneider in seinem kleinen Einführungsvortrag zu Beginn des Aktionstages: „Sport und Bewegung können helfen. Wir können einen Status Quo aufrechterhalten oder sogar Verbesserungen erreichen.“ Genau diesen Effekt wünschen sich die meisten Interessenten, die an diesem Morgen gekommen sind. „Ich merke, die Koordination lässt nach, und auch das Gedächtnis macht nicht mehr alles, was ich will“, erzählt Marianne Leufen, Sport soll zur wirksamen Gegenmaßnahme werden. Denn dass die Übungen für Menschen mit solchen Problemen ein großer Gewinn sein können, bezweifelt niemand mehr.

Eingebettetes Filmprojekt

Dieser Eindruck wird auch von den insgesamt 13 Filmen gestützt, die während des ersten Studienteils entstanden sind. Die Agentur „Storyatelier“ begleitet die Probanden und dreht Geschichten über ihr Schicksal und ihre Fortschritte. Hinter diesem Projektteil steckt die Idee, einen offenen Umgang mit kognitiven Schwierigkeiten zu kultivieren und Ängste abzubauen, die fast immer im Spiel sind, wenn es um nachlassende Geisteskräfte geht. In dem geradezu rührenden Beispiel, das den Besuchern des Aktionstages vorgeführt wird, berichtet eine Teilnehmerin, wie sehr ihr einerseits die Sportangebote, aber auch die zwischenmenschlichen Begegnungen bei der Rückkehr in ein normales Leben geholfen haben. Dabei ist es nicht alleine der Sport, der die Lebensqualität der Menschen steigert, auch die sozialen Kontakte, die sich durch die Studienteilnahme und die Bewegungsangebote ergeben, wirken positiv. „Wir haben festgestellt, dass bei Menschen mit kognitiven Einschränkungen und auch schon bei Vergesslichkeit im Alter die körperli-

che Aktivität abnimmt“, sagt Stuckenschneider. Viele Betroffene ziehen sich zurück, verbringen ihre Tage in der eigenen Wohnung oftmals vor dem Fernseher – ein Verhalten, das die Dynamik der Krankheit forciert. Doch obwohl diese Problematik bekannt und Sport eines der wenigen vielversprechenden Mittel ist, um den Verlauf zu entschleunigen, gibt es immer noch kaum Angebote für diese Personengruppe. Eine Besucherin des Aktionstages ist mit ihrer Mutter gekommen, die an einer beginnenden Demenz leidet. Die Familie hatte sich schon für eine Teilnahme am ersten Teil der Studie beworben, aber keinen Platz bekommen. Und die anschließende Suche nach anderen passenden Bewegungsangeboten

blieb erfolglos. An dieser Stelle liege ein großes Problem, sagt Miriam Streich vom Kölner Stadtsportbund, der als Projektpartner beteiligt ist.

Nachholbedarf in den Vereinen

Streich ist die Referentin für die Aktion „Bewegt ÄLTER werden in NRW“ und sieht einen „Übungsleitermangel“ in den Vereinen, wo es außerdem „Berührungsängste“ zum sensiblen Thema Demenz gebe. Für sie besteht ein Hauptziel von DENKSPORT darin, „die Vereine zu motivieren, Angebote zu schaffen.“ Denn Sport für Menschen mit nachlassenden kognitiven Fähigkeiten wird von großer Relevanz sein im Vereinsleben der Zukunft, da sind sich alle Beteiligten sicher. Jedes Jahr treten in der alternden deutschen Gesellschaft etwa 300.000 Neuerkrankungen auf, und effiziente Maßnahmen, um den Verlauf der im Moment noch unheilbaren Demenz zu verzögern, sind rar. Hier soll DENKSPORT neue Wege weisen.

Zunächst einmal ist geplant, dass das mit insgesamt 1,3 Millionen Euro vom EU Joint Programme Neurodegenerative Disease Research (JPND) und dem Bundesministerium für Bildung und Forschung (BMBF) geförderte Projekt bis Mitte 2018 weiter läuft. Den Höhepunkt bildet aber das laufende Jahr, in dessen Verlauf weitere durch das Programm „Lokale Allianz für Menschen mit Demenz“ des BMBF bezuschusste Veranstaltungen geplant sind (siehe Kasten). „Wir wollen Aufmerksamkeit generieren und das Thema auch thematisch lenken“, sagt Stuckenschneider, der am Ende des Aktionstages eine höchst zufriedene Bilanz zieht: „Es hat sich wieder gezeigt, auf was für eine große Resonanz man mit diesem Thema stößt.“ *dt*



Weitere Termine des Projekts

» **Sonntag, 18.6.2017, ab 10:30 Uhr**
Filmmatinee im Kölner Cinenova mit einem Einführungsvortrag von Professor Dr. Dr. Stefan Schneider. Gezeigt werden das Hollywooddrama „Still Alice“ mit Julianne Moore und Alec Baldwin sowie Kurzfilme, die im Rahmen des Projektes DENKSPORT entstanden sind.

» **Mittwoch, 20.9.2017, ab 13:30 Uhr**
Thementag „Sport und Demenz“ mit Vorträgen, Filmvorführung und Workshop-Sessions.

» **Mittwoch, 20.9.2017, ab 19:00 Uhr**
Kölner Abend der Sportwissenschaft im Anschluss an den Thementag. Sportmoderator Wolf-Dieter Poschmann diskutiert mit hochkarätigen SportwissenschaftlerInnen und VertreterInnen aus Sport, Gesundheit und Politik über Demenz und die Bedeutung von Sport für Menschen mit altersbedingten kognitiven Schwächen.

» **Weitere Informationen unter:**
www.dshs-koeln.de/denksport



Theorie im Hörsaal: Tim Stuckenschneider

INHALT

STUDIUM | 2

Studentin Laura Hottenrott über Leistungssport und Studium

STUDIUM | 3

Das Austauschprogramm Erasmus feiert 30. Geburtstag

STUDIUM | 4

Olympionikenehrung, Familienstipendium, Partnerunis und ein Buch für die Sporthochschule

FORSCHUNG | 5

Gehirnerschütterungen im Sport – Wann ist der Wiedereinstieg möglich?

FORSCHUNG/HOCHSCHULE | 6

Fan-Rivalität – Die Kunst der Deeskalation

HOCHSCHULE | 7

Senat: Aufgaben, Mitglieder und Ziele des neu gewählten Gremiums

UND SONST | 8

Insektenpower im Fitnessriegel: Zwei Studenten bringen Proteinriegel aus Insekten auf den Markt

TERMINE

Kongress Nachwuchsförderung NRW

Zum Thema „Erfolgsfaktor Athletik – Grundlagen für erfolgreiches Training im Nachwuchsleistungssport“ findet am 24. und 25. April der NRW-Kongress an der Sporthochschule statt. Weitere Infos und Anmeldung: www.sportland.nrw.de

Girls'Day

Am 27. April findet bundesweit der Girls'Day statt. Auch an der Sporthochschule erhalten Mädchen ab 15 Jahren Infos zum Studienangebot sowie Einblicke in die Forschungsarbeit. www.girls-day.de

Master-Infotag

Der Master-Infotag am 6. Mai informiert über die konsekutiven Master-Studiengänge der Sporthochschule. Weitere Infos und Anmeldung: www.dshs-koeln.de/master-infotag

UnterWASSERWelt & BadeWASSER-technik

Im Rahmen des Kölner Themenjahres 2017 unter dem Motto „Alles im Fluss – Lebensader Wasser“ bietet die Sporthochschule am 19. Mai eine Veranstaltung an, die Infos zum fit2dive-Test und zur Funktionsweise eines Schwimmbades kombiniert. Weitere Infos und Anmeldung: www.dshs-koeln.de/themenjahr

Kölner Abend der Sportwissenschaft

„Akzeptanz des Spitzensports in der Gesellschaft“ lautet das Thema des 12. Wissenschaftsabends der Sporthochschule am 30. Mai. Weitere Infos und Anmeldung: www.dshs-koeln.de/kads

„Study and train. Train and study.“

Laura Hottenrott (24) ist deutsche Mittel- und Langstreckenläuferin – und zwar eine sehr erfolgreiche! Die Kasselerin stellt jedes Jahr neue Bestzeiten auf. Erst im vergangenen Jahr wurde sie deutsche Vizemeisterin über 10.000 Meter und siegte beim Köln Halbmarathon. Seit dem Wintersemester 2016/17 studiert sie an der Deutschen Sporthochschule Köln den M.Sc. Exercise Science and Coaching. Wie ihr das Leben in Köln und das Studium an der SpoHo gefallen und wie sich Leistungssport und Studium verbinden lassen, verrät sie uns im Interview.



Trainingseinheit morgens vor der Uni und eine nach der Uni. Das Gute beim Laufen ist, dass ich direkt hier von der Sporthochschule loslaufen kann. Wenn ich es morgens mal nicht schaffe, kann ich auch in der Mittagspause laufen gehen. Es gibt hier viele, die in ihrer Mittagspause Sport treiben und das motiviert natürlich. Das war auch mit ein Grund, warum ich an die Sporthochschule wollte. Hier hat man einfach Spaß am Sport, weil alle Sport treiben. Natürlich gibt es auch sehr stressige Phasen, vor allem, wenn viele Wettkämpfe an den Wochenenden anstehen. Ich nehme mir aber auch die Zeit, um mich mal abends oder am Wochenende mit Freunden zu treffen und wegzugehen.

Wie war für Dich der Studienstart hier in Köln??
Ich habe vorher in den USA in Boston Biologie studiert. Der Start dort war völlig anders als an der SpoHo. Hier sind wir im Master eine kleine Gruppe von 30 Studierenden. Wir haben uns schnell kennengelernt, verstehen uns gut und haben viele gemeinsame Interessen. Auch der Austausch zwischen den Studierenden und den Dozenten ist hier an der SpoHo wirklich gut. Dies hat den Studienstart sehr angenehm gemacht und zudem hatte ich das Glück, durch den Köln-Marathon unmittelbar vor Beginn des Wintersemesters auch im Sport direkt Anschluss zu finden.

Welche Tipps hast Du für die Erstis? Welche Partys dürfen sie auf keinen Fall verpassen?
An der SpoHo kann man sehr gut zusammen Sport machen, das Angebot ist riesig und man findet so auch außerhalb der Vorlesungen schnell Freunde. Ein guter Treff sind natürlich auch die Mensa und die Cafete. Ich war zwar nicht auf den Ersti-Partys, habe aber gehört, dass sie ein Highlight zum Studienstart sind. Köln bietet auch am Abend zum Beispiel im belgischen Viertel tolle Bars und Restaurants.

„Study and train. Train and study“ heißt es in einem Deiner letzten Facebook-Posts. Wie stressig ist es, das Studium, den Leistungssport und die Freunde unter einen Hut zu bekommen?
Um das Studium und den Leistungssport zu verbinden, ist schon ein gekonntes Zeitmanagement gefragt. Das heißt für mich: eine

Wie oft trainierst Du?
Im Schnitt sind es etwa zehn Trainingseinheiten in der Woche. Das ist nicht nur Laufen, sondern auch alternatives Training wie Spinning, Mountainbiking oder Schwimmen. Hinzu kommen Stabilitäts- und Koordinationstraining. Vor allem jetzt im Winter liegt der Fokus mehr auf den Grundlagen, im Sommer gibt es dann wieder mehr laufspezifische Einheiten auf der Bahn.

Wie sehen Deine Pläne für die Zukunft aus?
Mich interessiert vor allem die sportwissenschaftliche Forschung. Aus dem Grund habe ich auch den Master Exercise Science and Coaching gewählt, weil da die Schnittmenge zwischen Biologie und Sport optimal gegeben ist. Besonders die Leistungsphysiologie finde ich interessant. Mit meiner Masterarbeit möchte ich dann gerne einen Einblick in die Forschung bekommen und dann mal schauen, wie es mir gefällt und wie es dann weiter geht.

Und wie sehen Deine sportlichen Pläne aus?
Dieses Jahr stehen die deutschen Meisterschaften über Strecken von 5.000 bis 10.000 Meter im Fokus und natürlich auch der Kölner Halbmarathon und weitere internationale Straßenrennen. Nächstes Jahr ist dann die Europameisterschaft in Berlin ein großes Ziel. Ich habe also in jedem Fall vor, in den nächsten Jahren weiterhin Leistungssport zu machen.



Den Köln Halbmarathon hast Du im letzten Jahr gewonnen. Was bedeutet es Dir, jetzt Botschafterin zu sein?
Der Veranstalter ist nach dem letzten Köln Marathon auf mich zugekommen und das hat mich sehr gefreut. Es ist für mich wirklich eine Ehre und es bedeutet mir sehr viel, dass ich jetzt Botschafterin sein darf. Für mich war es ein einmaliges Erlebnis, gleich bei meinem ersten Halbmarathonrennen gewinnen zu können. Ich bin vorher noch nie eine so lange Strecke im Wettkampf gelaufen. Köln ist wirklich eine laufbegeisterte Stadt und jetzt den Köln Marathon repräsentieren zu dürfen, ist schon toll. Diese sportliche Großveranstaltung verbindet viele Läuferinnen und Läufer das ganze Jahr hinweg. Ich treffe so viele Sportler, die dafür trainieren. Das Event motiviert und verbindet.

Das Interview führte Alina Knops.



An alter Wirkungsstätte

Zu den Präsenzphasen des European Handball Managers kehrt Stefan Eickelmann an die Deutsche Sporthochschule Köln zurück und fühlt sich, als würde er nach Hause kommen.

Was die SpoHo angeht, ist Stefan Eickelmann ein „alter Hase“: Vor mehr als 15 Jahren begann er hier sein Sportstudium, schloss 2007 mit dem Diplom ab. Nun ist der 35-Jährige an seiner alten Wirkungsstätte wieder als Student aktiv – im Zertifikatsstudiengang European Handball Manager (EHM). Hier will Eickelmann, der seit 2011 als Marketingleiter für die Bundesligahandballerinnen des VfL Oldenburg arbeitet, sein theoretisches Handballwissen ausbauen. Dabei kommt ihm nicht nur seine eigene Leistungssportkarriere zugute: Der Linksaußen und Spielmacher spielte mehrere Jahre in der Dritten Handballliga und wechselte 2008 sogar zum belgischen Erstligisten HC Eynatten. Auch im Handballteam der Sporthochschule feierte Eickelmann Erfolge, z.B. als deutscher Hochschulmeister 2006 oder als Drittplatzierter bei der Uni-Europameisterschaft 2008. Und nicht nur diese sportlichen Erfolge sind ihm im Gedächtnis geblieben: „In dieser Zeit sind Freundschaften fürs Leben entstanden“, sagt er über einige seiner damaligen Teamkameraden. Auch seinen Berufseinstieg im Handballsport ebnete Eickelmann an der Sporthochschule. Als studentische Hilfskraft im Institut für Sportökonomie und Sportmanagement begann er, an seiner Karriere zu feilen. Auch wenn er seine mündliche Prüfung in Sportmanagement bei seinem damaligen Chef und Institutsleiter Heinz-Dieter Horch verweigerte, wurde er als Lehrbeauftragter mit den Schwerpunkten Werbung, Sponsoring und Public Relations eingestellt – ein Berufsweg, der sich bis heute fortgesetzt hat und für den Eickelmann noch viel Entwicklungspotenzial sieht: „Durch den European Handball Manager möchte ich meine bisher erworbenen Kompetenzen noch einmal vertiefen. Auf lange Sicht würde ich gerne vom

Marketing ins Sportmanagement, zum Beispiel in die Geschäftsführung eines Vereins wechseln.“ Die Kohorte, in der Eickelmann im EHM studiert, ist der erste internationale Jahrgang des berufsbegleitenden Zertifikats. Handballexperten aus 16 verschiedenen Ländern und mit unterschiedlichen Berufs- und Tätigkeitsfeldern kommen hier zusammen, ob Trainer, Lehrer, Verbandsfunktionäre, Clubmanager oder – wie Eickelmann – Marketingexperten. Die Heterogenität der Gruppe in Sachen Herkunft, Sprache und Entwicklungsstand im Handball ist eine Herausforderung, aber gleichzeitig gewinnbringend: Gerade der Austausch auf internationaler Ebene, „mal zu schauen, wie das die anderen so machen“, reizt den 35-Jährigen. Daneben interessieren ihn insbesondere die Lehrinhalte zu Sponsoring, Arbeitsrecht, Finanzierung und Unternehmensführung. Von seinem Diplomstudium an der Sporthochschule ist ihm vor allem der große Zusammenhalt unter den Studierenden in Erinnerung geblieben: „Das gemeinsame Sporttreiben, die gegenseitige Unterstützung, der Teamgeist unter den Studenten – das zeichnet die Sporthochschule aus. Das Netzwerk, das man hier bildet, ist etwas ganz Besonderes“, sagt er. Wenn er nun zu den Präsenzphasen des European Handball Managers an die SpoHo zurückkehrt, genießt er dies in vollen Zügen: „Wenn ich hier bin, dann fühlt es sich immer an wie nach Hause kommen. Und in der Mensa gibt es immer noch dieselben Gerichte wie vor 15 Jahren“, sagt er augenzwinkernd. Dies erlebt er dann wieder vom 30. Mai bis 2. Juni, wenn er das letzte Modul des EHM absolviert, die Prüfungen ablegen muss und sich dann hoffentlich European Handball Manager nennen kann. David Rech/Jn

Profilergänzung Nordischer Skisport

Erstmalig hat im Wintersemester 2016/17 eine Profilergänzung (PE) mit sechs Semesterwochenstunden in den nordischen Sommer- und Wintersportarten stattgefunden. Damit kommt das Institut für Natursport und Ökologie der erhöhten Nachfrage in Tourismus und Breitensport nach. Die Studierenden erhielten in zwei Kursen fundierte Einblicke in Nordic Walking, Nordic Skating, Skiking, Rollenskillauf und Skilanglauf in der freien und klassischen Technik. Während ein nicht schneegebundener Kurs semesterbegleitend an der Sporthochschule lief, fand der zweite Kurs kompakt am Bundesleistungszentrum am Notschrei (Hochschwarzwald) im Schnee statt. Ein Highlight für die Studierenden war ein Schnuppertraining Biathlon. Das dazugehörige Seminar unterrichteten mehrperspektivisch Dr. Achim Schmidt, Dr. Christiane Wilke und Yvonne Kilian, die auf langjährige Erfahrungen im nordischen Skisport zurückgreifen können. Die Profilergänzung wird künftig jedes Wintersemester angeboten und rundet neben den Lehramtskursen „Skilanglaufen“ im Wintersemester und „Nordische Sommersportarten“ im Sommersemester das Angebot im nordischen Bereich ab. Ansprechpartner ist Dr. Achim Schmidt (Institut für Natursport und Ökologie). PuK





Hin und weg...

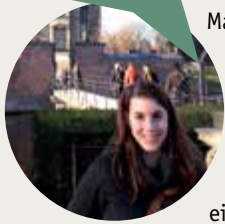
Das Erasmus-Programm wird 30: Seit 1987 hat es sich zum größten und renommiertesten Austauschprogramm Europas entwickelt. Die Sporthochschule ist von Anfang an dabei und hat seitdem insgesamt 1.200 SpoHo-Studierende ins europäische Ausland geschickt. Jährlich treten rund 70 SpoHo-Studierende ein Auslandssemester in Europa an – zusätzlich erhalten 20 Studierende eine Praktikumsförderung über Erasmus. Pro Semester kommen mehr als 30 junge Europäer zum Studium an die Sporthochschule. Auch Dozierende und Verwaltungsbeschäftigte der Sporthochschule haben die Möglichkeit, Lehr- und Arbeitserfahrung zu sammeln. Auf diese Weise entsendet die Sporthochschule jedes Jahr zirka 25 MitarbeiterInnen ins europäische Ausland. Seit 2014 heißt das Programm Erasmus+ und vereint Bildungsprogramme der EU unter einem Dach. Ergänzend zum Erasmus-Programm hat die Sporthochschule viele Partnerschaften in Übersee.



30 Jahre



STATEMENTS



Man ist zuerst komplett auf sich alleine gestellt und muss sich in einem fremden Land zurecht finden. Aber genau das stärkt die Persönlichkeit. Auch die Arbeit mit neuen Kollegen erfordert Flexibilität. Aus dem Praktikum nehme ich für mich eine offener und entschlossener Art mit sowie eine genaue Vorstellung über meine berufliche Zukunft.

Sarah Brücher, Praktikum in Kopenhagen/Dänemark

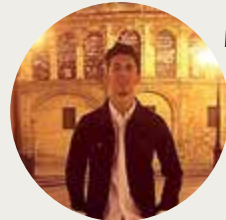
Am liebsten denke ich an den Tag zurück, an dem ich meine WG in Montpellier kennengelernt habe und ich direkt wusste: Das werden wunderbare sechs Monate! Und so kam es auch. Ich kann ein Auslandssemester ebenso weiterempfehlen wie ein Praktikum über Erasmus+. Die monatliche Förderung hat mir sehr dabei geholfen, meinen Frankreich-Traum zu verwirklichen. Ich bin sehr viel selbständiger geworden. Außerdem lernt man Toleranz, Verständnis und Liebe für andere Kulturen und natürlich die Sprache. *Leonie Seinsche, Auslandssemester in Montpellier und Praktikum in Straßburg/Frankreich*



Bei den Dänen habe ich mich ganz besonders gut aufgenommen gefühlt. Sie sind sehr offen, höflich, freundlich und hilfsbereit. Ihre gemütliche und gesellige Lebensweise – sie nennen es 'hyggelig' – habe ich sehr genossen. An der Aalborg Universität wird eigenverantwortliches Arbeiten groß geschrieben: Ich konnte mein Wissen an Studenten weitergeben und Messungen zu meinem Projekt im Labor und im Feld durchführen. Durch die Förderung über Erasmus+ konnte ich die hohen Lebenshaltungskosten in Dänemark gut decken. *Anna Wisser, Praktikum in Aalborg/Dänemark*



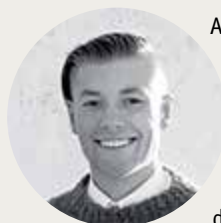
Mein absolutes Highlight in Köln war das gemeinsame Wasserskifahren im Sommer. Es hat uns alle noch enger zusammenwachsen lassen. Die Abende mit Internationals und Deutschen waren toll, um Menschen, Kultur und Sprache besser kennenzulernen. Ich habe jetzt Freunde fürs Leben auf der ganzen Welt. *Wil Brown, Austauschstudent aus Coventry/UK*



Mein Auslandssemester war eine der besten und wichtigsten Erfahrungen in meinem bisherigen Leben. Ich habe nicht nur Land, Sprache und Kultur genossen, sondern auch neue Freunde gewonnen und die Erkenntnis erlangt, neue Herausforderungen selbstbewusst angehen zu können. Nur wenn man Unbekanntem positiv begegnet, kann man Erfahrungen sammeln, über die man für immer glücklich sein wird. Mein Highlight: Noch im Oktober mit dem Fahrrad an den Strand fahren, Beachvolleyball spielen, das Gesicht in die Sonne halten. Lieblingessen: eine Paella Valenciana. *Yannick Platte, Auslandssemester in Valencia/Spanien*



An der Litauischen Sportuniversität in Kaunas habe ich Kollegen drei Tage lang Berufsperspektiven im Sportmanagement aufgezeigt und einen Überblick über den Entwicklungsstand des Sportmanagements gegeben. Aufgrund relativ begrenzter Möglichkeiten suchen die Kollegen dort immer nach neuen kreativen und innovativen Lösungsansätzen. Die Partneruni in Kaunas richtet dieses Jahr die Konferenz des Weltverbandes für Sportmanagement aus – eine Riesensache für die Entwicklung des Sportmanagements in Osteuropa. Ich durfte einen kleinen Teil dazu beitragen, konnte wertvolle Kontakte knüpfen und ein Netzwerk aufbauen, von dem auch unsere Studierenden profitieren. *Dr. Stefan Walzel, Institut für Sportökonomie und Sportmanagement, Dozierendenmobilität in Kaunas/Litauen*



Als Geschichtsfan haben mich der Kurs in deutscher Geschichte und die Exkursion nach Berlin besonders fasziniert. In den Sportpraxiskursen habe ich eine Menge neuer Übungen und Ansätze kennengelernt, die ich in meiner Heimat anwenden will. Ich bin in neun Länder und quer durch Deutschland gereist. Ein Brasilianer, ein Australier und ein Isländer ... einzigartige Kombo. Ich habe jetzt eine internationale Familie und ein Extra-Bett auf vier Kontinenten. Das Semester an der SpoHo war die beste Entscheidung, die ich je getroffen habe. *Sveinn Sampsted, Austauschstudent aus Reykjavik/Island*



An der University of Brighton in Eastbourne habe ich die Prüfungsorganisation an einer englischen Universität kennengelernt. In enger Absprache mit dem dortigen Kollegen besuchte ich verschiedene Verwaltungsabteilungen und löscherte die Mitarbeiter mit Fragen. Manches, das an deutschen Unis in Stein gemeißelt scheint, kann durchaus funktional hinterfragt werden. Neben dem fachlichen Austausch konnte ich die Erstsemesterbegleitung in einem Pfadfinderlager, die traditionelle englische Pubkultur und eine ziemlich holprige Anreise auf dem Motorrad erleben. *Maximilian Ragaller, Prüfungsamt, Mitarbeitermobilität in Eastbourne/UK*

Die besten Fotos von den Auslandsaufenthalten werden beim Fotowettbewerb des International Office prämiert und auf dem Campus präsentiert.



FAKTEN



Erasmus von Rotterdam (1466-1536): Gelehrter der Renaissance, Humanist, Kosmopolit und Namensgeber des Programms



VORTEILE EINER ERASMUS-FÖRDERUNG

- » Keine Studiengebühren an der Gasthochschule
- » Finanzieller Zuschuss
- » Anerkennung der Studienleistungen
- » Sonderförderung für Studierende mit Kind und Studierende mit Behinderung
- » Kostenloser Online-Sprachkurs
- » Mehrfachförderung möglich
- » Für Dozierende und Mitarbeiter: Zuschuss zu Fahrt- und Aufenthaltskosten

ÄLTESTE PARTNERUNIVERSITÄT

- » Chelsea School of Human Movement Eastbourne, Vereinigtes Königreich
- » Université de Montpellier, Frankreich

JÜNGSTE PARTNERUNIVERSITÄT

- » Edinburgh Napier University, Vereinigtes Königreich

ERASMUS FÖRdert

Studierende, Praktikanten, Graduierte, Dozierende und VerwaltungsmitarbeiterInnen

SPOHO → EUROPA



EUROPA → SPOHO



deutsche Studierende seit 1987

651.000

3,6 Mio.

Förderungen europaweit seit 1987

Anzahl Erasmus-Programmländer

1987
11

2017
33

40 SpoHo-Partner in 22 Ländern

Anzeige





Feierliche Ehrung

TeilnehmerInnen der Olympischen Spiele in Rio 2016 erhalten die Silberne Ehrennadel.

Drei Leichtathletinnen, zwei Judoka, ein Turner und eine Fußballerin – gleich sieben Studierende der Sporthochschule haben im vergangenen Jahr an den Olympischen Spielen in Rio teilgenommen und damit nicht nur die deutschen Farben, sondern auch die Deutsche Sporthochschule Köln vertreten. Mit dieser besonderen Leistung hätten sich Konstanze Klosterhalfen, Lara Hoffmann, Alexandra Wester, Martyna Trajdos, Marc Odenthal, Fabian Hambüchen und Almuth Schult spezielle Verdienste um die Hochschule erworben – für die Hochschulleitung ein gewichtiger Grund, ihnen im Rahmen einer Feierstunde die Silberne Ehrennadel der Hochschule zu verleihen. Neben den sieben Olympioniken erhielten viele weitere SpoHo-Studierende Dank und Anerkennung: Insgesamt waren es rund 90 Studierende, die für ihre sportlichen Leistungen und ihr Engagement im Sportjahr 2016 geehrt wurden, darunter zahlreiche deutsche HochschulmeisterInnen sowie TeilnehmerInnen der European und World University Games und die so genannten DFB-Scouts, die während der Fußball-Europameisterschaft der Männer und beim olympischen Fußballturnier Spielanalysen für den Deutschen Fußball-Bund durchführten. Die Deutsche Sporthochschule Köln gratuliert allen Sportlerinnen und Sportlern für ihre tollen Leistungen und Erfolge im Sportjahr 2016 und wünscht ihnen alles Gute für das Sportjahr 2017! *Jan*

Neue Partnerunis in Taiwan und Indien

Wem Frankreich oder Spanien nicht weit weg genug ist, der kann in Taiwan und Indien studieren.



Die Deutsche Sporthochschule Köln ermöglicht ihren Studierenden Auslandsinsätze an zwei neuen Partneruniversitäten: der National Taiwan Sports University und dem Lakshmi Bai National Institute of Physical Education in Indien. Vertreter des Rektorats waren in die jeweiligen Länder gereist, um die Kooperationsverträge zu unterschreiben.

Die National Taiwan Sports University, kurz NTSU, gegründet 1987, bietet ihren 2.300 Studierenden sieben Bachelor- und acht Master-Studiengänge an, welche auf vier Colleges verteilt sind (Athletics, Exercise and Health Sciences, Management, Physical Education). Die Kooperation sieht einen Studierendenaustausch vor, welcher mit zwei Stipendien gefördert wird. Beim Lakshmi Bai National Institute of Physical Education (LNIPE) handelt es sich um die einzige Sportuniversität Indiens. Das LNIPE wurde 1957 als Ausbildungsstätte für Sportlehrer gegründet und untersteht in direkter Linie dem Ministerium für Jugend und Sport. Derzeit sind dort 900 Studierende, verteilt auf 14 Studiengänge, eingeschrieben. Weitere Informationen zu den neuen Partnerunis und zu einem möglichen Austauschsemester gibt das International Office (www.dshs-koeln.de/international). *Jan*



Familienstipendium gibt Sicherheit

Die Deutsche Sporthochschule unterstützt Eltern bei der Vereinbarkeit von wissenschaftlicher Karriere und Familie.

Das Berufsleben mit der Kinderbetreuung zu vereinbaren, kann mitunter ziemlich stressig sein. Das Kind ist krank, aber eigentlich steht ein wichtiger Termin im Büro an. Oder das Kind muss aus der Kita abgeholt werden, gerade als noch ein dringender Arbeitsauftrag reinkommt. Um jungen WissenschaftlerInnen einen Teil dieses Stresses zu nehmen, vergibt die Deutsche Sporthochschule Köln das Familienstipendium. Damit will sie NachwuchswissenschaftlerInnen mit Kind/ern in ihrem wissenschaftlichen Berufsweg fördern und Mütter und Väter im Sinne einer familiengerechten Hochschule unterstützen. Beide Elternteile sollen in der Lage sein, Familienaufgaben und wissenschaftliche Karriere miteinander zu vereinbaren. Der finanzielle Zuschuss wird für die Betreuung und/oder Hilfe im Haushalt zur Verfügung gestellt. Die hierdurch gewonnenen Freiräume sollen die Eltern nutzen, um eine wissenschaftliche Publikation zu erstellen.

Stipendiatin Dr. Andrea Kurth vom Institut für Sportdidaktik und Schulsport hat im vergangenen Jahr an einer Veröffentlichung zum Thema Sportförderunterricht gearbeitet. Sie sagt: „Das Familienstipendium schafft Freiräume, neben der Arbeit im Institut eine Publikation zu erstellen. Ich hatte mehr Zeit, mich mit der Veröffentlichung zu beschäftigen und dennoch auch genug Zeit mit meinen Kindern.“

Stipendiat Dr. Dr. Philipp Zimmer vom Institut für Kreislaufforschung und Sportmedizin, der 2016 an einer Publikation zum Thema Immunologie gearbeitet hat, moniert teils familienunfreundliche Arbeitsverhältnisse im Wissenschaftsbetrieb: „Mit Kind oder Kindern wird einem die Ernsthaftigkeit der Lage sehr schnell klar, wenn immer wieder nur kurzfristig über eine Weiterbeschäftigung entschieden und im schlimmsten Fall plötzlich kein Gehalt mehr gezahlt wird.“ Er bedankt sich bei seiner Frau, die ihm den Rücken stärkt und an seine Fähigkeiten glaubt. „Das Familienstipendium hat uns in dieser Zeit einen etwas ruhigeren Schlaf beschert. Ich habe große Freude an meiner Arbeit in Lehre und Forschung und hoffe, dass ich diese auch zukünftig mit einem guten Gefühl weiterführen kann“, sagt Zimmer.

Die Familienstipendien werden einmal jährlich ausgeschrieben. 2017 erhalten Dr. Ingo Helmich und Dr. Andrea Schaller, die beide im Institut für Bewegungstherapie und bewegungsorientierte Prävention und Rehabilitation arbeiten, Unterstützung. Bewerbungen für das Förderjahr 2018 können zwischen Mitte Oktober und Mitte November 2017 eingereicht werden. Eine entsprechende Ausschreibung wird dann veröffentlicht. *Lena Geske*

Weitere Infos gibt es im Familienservicebüro der Sporthochschule: www.dshs-koeln.de/familienervice.

„Eine Uni - ein Buch“

Ein literarisch bewegtes Sommersemester 2017



LESUNG:

Im Rahmen der Semesteraktion besucht der Buchautor Ilija Trojanow am 27. Juni 2017 die Deutsche Sporthochschule Köln, um bei einer Lesung/Diskussion über sein Buch und das Projekt „Eine Uni – ein Buch“ zu sprechen.

Als der sportbegeisterte Schriftsteller Ilija Trojanow im Sommer 2012 vor dem Fernseher sitzt und die Olympischen Spiele in London verfolgt, setzt er sich ein äußerst ehrgeiziges Ziel: Um die Leistungen der Athletinnen und Athleten besser einschätzen zu können, will er alle 80 olympischen Einzeldisziplinen innerhalb der nächsten vier Jahre so intensiv trainieren, dass er jeweils halb so gut abschneiden würde wie die Goldmedaillengewinner von London. Seine Bemühungen, Erfolge und Misserfolge verarbeitet er literarisch und veröffentlicht sie 2016 unter dem Titel „Meine Olympiade – ein Amateur, vier Jahre, 80 Disziplinen“.

Sporthistoriker Dr. Ansgar Molzberger, Institut für Sportgeschichte, hat sich mit diesem Buch für ein spannendes Hochschulprojekt beworben: Ein Semester lang soll an der Sporthochschule über Trojanows Buch und seine Erfahrungen geredet und debattiert werden – und zwar nicht nur in der Zentralbibliothek, wo das Werk seinen angestammten Platz hat – sondern an allen zentralen Orten auf dem Campus, z.B. in der Mensa, im Foyer, in den Seminarräumen und Sportstätten und den Forschungseinrichtungen. Alle Hochschulangehörigen sind zum Schmökern eingeladen. Nebenbei soll das Buch animieren, die geschilderten sportlichen Herausforderungen anzunehmen. Vor allem in einer Vielzahl von Praxiskursen und Seminaren soll das Buch thematisiert und diskutiert werden, zudem bei einer Lesung – möglichst unter Anwesenheit des Autors – und beim „SpoHoetry Slam“.

Bei der Lektüre von Ilija Trojanows „Meine Olympiade“ fällt schnell auf, dass das Buch eine Vielzahl von Aspekten behandelt, die auch

das Campusleben der Sporthochschule prägen, so Molzberger: die Geschichte der Olympischen Bewegung, die Entwicklung der (olympischen) Sportarten, die Vermittlung und das Lernen von Bewegungstechniken sowie Fragen zur Sinngabe des Sports und zum Wandel des Kulturphänomens Sport. Darüber hinaus stelle das Buch vor allem eine mitreißende

Schilderung von Trainings- und Wettkampfsituationen sowie von den Herausforderungen und Schwierigkeiten beim Erreichen eines festgesetzten Ziels dar. „All die genannten Aspekte sind im Studien- und Lehralltag einer Sportuniversität stetig präsent, vor diesem Hintergrund eignet sich Trojanows ‚Meine Olympiade‘ hervorragend, ein Semester lang campusweit thematisiert zu werden“, sagt der Sporthistoriker.

Fragestellungen, mit denen sich die Semesteraktion auf dem Campus der Sporthochschule beschäftigen will, sind zum Beispiel: Können SpoHo-Studierende in olympischen und paralympischen Sportarten bzw. Disziplinen halb so gut abschneiden wie die aktuellen Sieger der Olympischen Spiele bzw. Paralympics? Falls nicht, können sie im Laufe eines Semesters dieses Leistungsniveau erreichen? Welchen Aufwand müssen sie hierfür betreiben? Oder: Wie sind die im Buch thematisierten Sportarten entstanden? Wie kann ich mich sprachlich oder literarisch mit Training und Wettkampf auseinandersetzen? Was bedeuten Sieg und Niederlage?

Der von Molzberger eingereichte Projektantrag ist eine von zehn Ideen, die der Stifterverband und die Klaus Tschira Stiftung in Kooperation mit DIE ZEIT mit jeweils 5.000 Euro fördern. Die Projektförderung beginnt mit dem Sommersemester 2017. *PuK*

Wann ist das Gehirn wieder bereit für Sport?

Es muss nicht immer Ski alpin, Radsport, Boxen oder American Football sein. Auch in anderen Sportarten ist das Risiko, eine Kopfverletzung zu erleiden, nicht zu unterschätzen. So treten auch im Fußball, Handball oder Basketball regelmäßig Gehirnerschütterungen auf. Das Gefährliche: Eine Gehirnerschütterung ist eine Verletzung, die auf den ersten Blick keine sichtbaren Spuren hinterlässt.

Gehirnerschütterungen werden häufig unterschätzt, vor allem im Sport. So zeigt etwa eine Studie unter American Football-Spielern in den USA, dass 43 Prozent der untersuchten Spieler mit einer Gehirnerschütterung noch am selben Tag das Spiel wieder aufgenommen haben. Gehirnerschütterungen können aber, insbesondere wenn wiederholte Ereignisse auftreten, gefährliche Langzeitschäden verursachen. Mit dem Thema sportbedingte Gehirnerschütterungen beschäftigt sich seit einigen Jahren Dr. Ingo Helmich von der Abteilung Neurologie, Psychosomatik, Psychiatrie. Und das sehr erfolgreich: Erst unlängst warb er mit einem Antrag eine hochschulinterne Förderung für eine neue große Studie ein. Auf diesem speziellen Forschungsgebiet hat er sich einschlägige Expertise angeeignet, nicht zuletzt durch einen Forschungsaufenthalt am Neurologischen Institut der McGill Universität in Montreal/Kanada. „Eine Gehirnerschütterung im Sport muss richtig erkannt, richtig diagnostiziert und richtig auskuriert werden“, sagt Helmich. „Gefährlich kann es vor allem dann werden, wenn ein Trauma nicht ausreichend geheilt ist, wenn ein Spieler also zum Beispiel zu früh wieder mit dem Sport beginnt und einen zweiten Schlag auf den Kopf erleidet“, erklärt er. Das kann schwere Folgen haben, wie etwa das Beispiel des ehemaligen Eishockeyspielers Stefan Ustorf zeigt, der seine Karriere aus diesem Grund beenden musste.

Helmich hat sich mittlerweile zum Experten auf dem Gebiet der funktionellen Nahinfrarotspektroskopie (fNIRS) gemausert. Hierbei handelt es sich um eine relativ neue optische Methode zur Untersuchung der Sauerstoffversorgung im Gehirn nach einer Gehirnerschütterung. Sie hat sich als geeignet erwiesen, eine sportbedingte



Gehirnerschütterung zu diagnostizieren. Dieses bildgebende Verfahren untersucht die Arbeitsweise des Gehirns anhand einer Kappe, die auf den Kopf gesetzt wird. Helmich hat zudem untersucht, wie häufig Gehirnerschütterungen in den verschiedenen Sportarten vorkommen und welche Personen charakteristischerweise betroffen sind – in Deutschland gab es dazu bislang noch keine Zahlen.

In bestimmten Teamsportarten ist jeder Fünfte betroffen

Mittels einer Onlinebefragung wurden 3.000 SportlerInnen aus Fußball, Handball, Basketball und Volleyball befragt. Über alle vier Sportarten bestätigten 18 Prozent, also fast jeder Fünfte, schon mal eine Gehirnerschütterung erlitten zu haben. Im Fußball und im Handball war es sogar jeder Vierte. Zwar gibt es in bestimmten Sportarten bereits so genannte Concussion Protocols, eine Art Schnelltest, der feststellen kann, ob ein Schädelhirntrauma vorliegt und weitere Untersuchungen notwendig sind. Diese Tests werden aber noch längst nicht flächendeckend eingesetzt. Und schon gar

nicht im Amateursport. „Auffällig ist, dass im Amateursport deutlich mehr Ereignisse stattfinden als im Profisport. Das ist besonders kritisch, weil gerade im Freizeitbereich nur äußerst selten eine medizinische Betreuung vor Ort vorhanden ist“, sagt Helmich.

Er möchte nun die Diagnose von Gehirnerschütterungen mittels fNIRS weiter verfeinern und dabei auch untersuchen, wann ein Athlet seinen Sport wieder aufnehmen kann und wie sich ein verfrühter Wiedereinstieg vermeiden lässt.

Probanden für neue Studie gesucht

Für diese neue Studie sucht der Forscher noch Probanden: „Bislang haben wir stets Betroffene mit Gehirnerschütterung und gesunde Probanden verglichen. Nun wollen wir versuchen, Vor- und Nachhermessung bei ein- und derselben Person durchzuführen, das heißt Sportler zu finden, die potenziell eine Gehirnerschütterung erleiden könnten.“ Viele SportlerInnen und TrainerInnen hätten Angst, die Forschung auf diesem Gebiet könne ein negatives Bild von ihrer Sportart zeichnen. Dies sei aber ausdrücklich nicht sein Ziel, so Helmich, im Gegenteil: „Wir möchten alle Beteiligten für das Thema sensibilisieren und deutlich machen, welche Gefahren mit Gehirnerschütterungen verbunden sind, wenn sie nicht richtig diagnostiziert und behandelt werden.“ Jeder, der bei den Untersuchungen mitmacht, erhält einen Rundumcheck und viele wichtige Infos. „Das Forschungsgebiet sportbedingte Gehirnerschütterungen ist in Deutschland noch relativ jung. Es gibt noch viel Forschungsbedarf. Zudem wird im deutschen Sport heiß darüber diskutiert“, weiß Helmich. Beste Voraussetzungen also für ihn und die Sporthochschule, sich hier zu positionieren. *Jn*

Kontakt

Dr. Ingo Helmich
Tel.: +49 221 4982-7290
E-Mail: i.helmich@dshs-koeln.de
Weitere Infos zur Studie:
<https://inhelmich.wixsite.com/concussionstudy>



Janz Kölle hät Doosch

Hans Braun beantwortet die Frage: „Wie viel Flüssigkeit braucht der Mensch?“



Wissenschaft an Orten, wo normalerweise Politik stattfindet: Im Ratssaal des Kölner Rathauses klärte Hans Braun vom Institut für Biochemie der Deutschen Sporthochschule Köln Anfang März rund 80 ZuhörerInnen über die Fakten und Mythen zum Wasserhaushalt des menschlichen Körpers auf: Wie viel sollte ich am Tag trinken? Was passiert mit einem Körper, der zu viel oder zu wenig Wasser zu sich nimmt? Im Rahmen der Vortragsreihe „Wissenschaft im Rathaus“ und passend zum Motto des Kölner Themenjahres 2017 „Alles im Fluss – Lebensader Wasser“ lieferte Braun interessante Einblicke rund um den Flüssigkeitsbedarf des Menschen sowie gezielte Tipps für Alltag und Leistungssport.

Gleich zu Beginn räumte Braun mit bekannten Mythen auf, wie „Wasser kann man nicht genug trinken“. Anhand von aktuellen Forschungsergebnissen und Beispielen zeigte er nicht nur auf, dass die sagenumwobene Zweiliter-Grenze am Tag zwar ein guter Richtwert ist, dieser aber an den jeweiligen Körperbau angepasst werden muss, denn: „Jede Jeck es anders“. Das angestrebte Maß für Erwachsene sollte hier bei circa 35 ml Flüssigkeit pro Kilogramm Körpergewicht liegen, von denen aber allein 20 bis 30% allein über die Nahrung geregelt werde.

Wer dies deutlich unterschreitet, dem drohen Konsequenzen von leichtem Schwindel bis zu starker Gesundheitsgefährdung. Doch auch vor dem anderen Extrem, der Überhydratation, warnte Braun eindringlich. Meldungen aus den

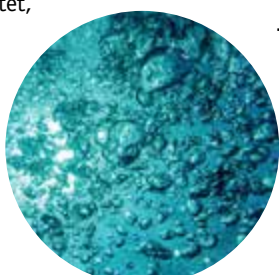
vergangenen Jahren verlauten immer wieder Fälle, in denen übermäßiger Wasserkonsum von mehreren Litern in kurzer Zeit zu einer umgangssprachlichen „Wasservergiftung“ führen kann – im schlimmsten Fall eine tödliche Angelegenheit. Darüber hinaus beschränkte sich Braun nicht auf das bloße Wiedergeben von Inhalten. Immer wieder wurde das Publikum durch Fragestellungen in den Vortrag mit einbezogen und beispielsweise aufgefordert, die nächsten Wochen kleinere Aufgaben, wie die Dokumentation der täglichen Flüssigkeitsaufnahme, zu erfüllen. Besonders große Aufmerksamkeit galt zudem dem Trinken beim Sport. Auch hier konnte Braun mit interessanten Kennzahlen aufwarten: Grobe Werte besagen, dass bereits ab 3% Gewichtsverlust durch Flüssigkeit im Wettkampf merkliche Beeinträchtigungen bei Kraft, Ausdauer und Konzentration auftreten können. Alles über 10% Verlust stelle sogar eine deutliche Gefährdung für Leib und Leben dar. Daraus leitete der Sportwissenschaftler ab, dass Athleten umso mehr darauf achten müssen, mit einem ausgeglichenen Flüssigkeitshaushalt in Wettbewerbe zu starten, um etwaige Gefahren zu minimieren. Aber auch hier reicht Flüssigkeit allein nicht aus, warnte Braun zum Ende seines Vortrags: Gerade Sportler mit hohem Wasserbedarf müssten auf fehlende Nährstoffe und Elektrolyte achten. *or*

TERMINE AN DER SPORTHOCHEULE:

- 19. Mai: „Tauchtest Fit2dive & Schwimmbadtechnik“
- 23. Juni: „Schnuppertauchen – Unterwasserwelt für Jung und Alt“



www.dshs-koeln.de/themenjahr



Hochschulinterne Förderung



Die Projekte, die in der Bewerbungsrunde 2016/2017 hochschulintern gefördert werden, stehen fest: Auf 13 Anträge verteilt wurden mehr als 145.000 Euro bewilligt.

FÖRDERLINIE 1 (JUNGER WISSENSCHAFTLICHER NACHWUCHS):

- » Thomas Hosang, Psychologisches Institut: Die Signalwirkung oraler Kohlenhydratverfügbarkeit auf das zentrale Nervensystem und die kognitive Leistungsfähigkeit
- » Alexander Schenk, Institut für Kreislaufforschung und Sportmedizin: Zum Einfluss von freiem Serotonin auf die Zytotoxizität von natürlichen Killerzellen
- » Timo Klein, Institut für Bewegungs- und Neurowissenschaft: Effect of weightlessness on cognitive function and its relationship on cerebral blood regulation during parabolic flight
- » Gaspar Epro, Institut für Bewegungs- und Sportgerontologie: Analyse der Materialeigenschaften der Achillessehne von Spitzensportlern im Jahresverlauf
- » Josef Viellehner, Institut für Biomechanik und Orthopädie: Entwicklung eines radsportspezifischen Diagnostikinstrumentariums zur Anwendung im rehabilitativen Bereich
- » Gerrit Friedrichs, Institut für Kreislaufforschung und Sportmedizin: Der Einfluss von variablen Belastungsmustern durch Krafttraining auf die Aktivierung von Komponenten des STARS-Signalweges im humanen Skelettmuskel

FÖRDERLINIE 2 (PROJEKT- UND ANSCHUBFINANZIERUNGEN FÜR POSTDOCS):

- » Dr. Ingo Helmich, Institut für Bewegungstherapie und bewegungsorientierte Prävention und Rehabilitation: Diagnose sportbedingter Gehirnerschütterungen – Wann ist der Wiedereinstieg in den Sport möglich?
- » Dr. Dr. Philipp Zimmer, Institut für Kreislaufforschung und Sportmedizin: Akute und chronische Effekte einer Ausdauerbelastung auf die Genexpression von natürlichen Killerzellen
- » Dr. Sylvain Laborde, Psychologisches Institut: Touch me if you can! The influence of handtouch on vagal tone and cortisol
- » Dr. Sebastian Gehlert, Institut für Kreislaufforschung und Sportmedizin: Der Effekt einer Trainingsintervention im Rahmen pulmonaler Rehabilitation auf molekulare und strukturelle Aspekte der Skelettmuskelanpassung bei Patienten mit chronischem Lungenemphysem
- » Dr. Sebastian Ruin, Institut für Sportdidaktik und Schulsport: „Frag doch mal uns!“ – Konstruktionen inklusiven Schulsports durch Schülerinnen und Schüler

FÖRDERLINIE 3 (ANSCHUBFINANZIERUNG FÜR JUNGE POSTDOCS):

- » Ninja Putzmann, Institut für Europäische Sportentwicklung und Freizeitforschung: Nationale Sportsysteme im europäischen Vergleich: Konzepte, Modelle und Theorien
- » Alan Metcalf, Institut für Kreislaufforschung und Sportmedizin: Optimising Physical Activity for Rehabilitation in Patients Post Oncological Treatment

Die Kunst der Deeskalation

Neue Erkenntnisse zu Fanrivalitäten könnten bald zur Beruhigung gewalttätiger Konflikte rund um Fußballspiele beitragen. Die Ergebnisse der Sporthochschule wecken sogar Interesse an der renommierten Harvard Universität.

Die Verwendung wissenschaftlicher Erkenntnisse ist längst ein elementarer Erfolgsaspekt für die Trainerteams der Fußball-Bundesliga. Kein Profiklub kommt mehr ohne Spielanalysten, Ernährungsexperten, hochspezialisierte Mediziner und technische Hilfen bei der Belastungssteuerung aus. Auf den Führungsetagen der konservativen Fußballbranche scheint die Offenheit gegenüber empirischen Daten dagegen weniger ausgeprägt zu sein. Andernfalls hätte die aufgeregte Debatte um die beleidigenden und zur Gewalt aufrufenden Transparente auf der Südtribüne des Dortmunder Westfalenstadions vor dem Spiel des BVB gegen RB Leipzig im Februar womöglich einen etwas besonneneren Verlauf genommen. Borussia Dortmunds Geschäftsführer Hans-Joachim Watzke war vorgeworfen worden, mit seiner skeptischen Grundhaltung gegenüber dem von einem Getränkehersteller alimentierten Fußballprojekt und vor allem mit der Behauptung, bei RB Leipzig werde „Fußball gespielt, um eine Dose zu performen“, den Hass der eigenen Fans geschürt zu haben. „Ich hätte mir gewünscht, dass die Äußerungen bedachter gewesen wären, so wurde die Situation angeheizt“, sagte beispielsweise Bundestrainer Joachim Löw, nachdem die umstrittenen Banner auf der Südtribüne gezeigt worden waren. Der BVB und seine Anhänger wurden hart bestraft, beim nächsten Heimspiel gegen den VfL Wolfsburg musste die berühmte Tribüne leer bleiben, und Watzke nahm sich das zu Herzen. Er habe „viel nachgedacht“, sagte er einige Tage nach der Eskalation, erklärte aber auch: „Ich erkenne nach wie vor nichts, wodurch ich zur Gewalt beigetragen hätte.“

„Das beschwichtigende Herunterspielen der Rivalität ist falsch“

Um diese These zu stützen, hätte er gute Argumente in den Arbeiten von Professor Sebastian Uhrich und Johannes Berendt vom Institut für Sportökonomie und Sportmanagement finden können. „Schon in unseren ersten Studien zu diesem Thema sind wir zu der Ansicht gelangt, dass Rivalitäten grundsätzlich wichtig sind und zu gegebener Zeit ruhig auch ein bisschen befeuert werden können“, sagt Uhrich. Zwar raten die Wissenschaftler von Provokationen unmittelbar vor brisanten Duellen ab, aber ein direkter



Zusammenhang zwischen der viele Wochen vor der Eskalation geäußerten Getränkedosen-Aussage und der Herstellung der beleidigenden Transparente ist auch in den Augen der Kölner Wissenschaftler nicht mehr als Spekulation. Solche Situationen sind „hochkomplex“, im Einzelfall sei es kaum möglich, all-gemeingültige Wahrheiten zu finden, sagt Uhrich. „Was wir aber definitiv sagen können ist: Die Praxis des Herunterspielens, der Versuch, dem Konflikt die Bedeutung zu nehmen, das ist falsch.“ Das jüngste Forschungsprojekt, an dem mehr als 4.000 Anhänger von Eintracht Braunschweig, Hannover 96, dem 1. FC Nürnberg, Borussia Dortmund und Fortuna Köln teilnahmen, zeige sogar, dass ein beschwichtigendes Herunterspielen „die Fans erst aggressiv macht“, sagt Doktorand Johannes Berendt und erklärt: „Wenn die Rivalität nicht ernst genommen wird, reagieren Fans verärgert, denn der schwelende Konflikt mit dem Rivalen ist ein Teil ihrer Identität.“ Als Verantwortlicher hier den richtigen Ton zu treffen, ist eine enorme Herausforderung.

Die Ergebnisse der Kölner Wissenschaftler sind nicht nur überraschend, sie sind derart spannend, dass sie das Interesse von Psychologen an der amerikanischen Elite-Universität Harvard geweckt haben. Im März waren Uhrich und Berendt zu Besuch an der berühmten Hochschule, um ihre Erkenntnisse vorzustellen und zu diskutieren. „Wir haben uns sehr über die Einladung gefreut“, sagt Uhrich. Interessant waren die Kölner Studien für die Amerikaner vor allem, weil ihnen „echte Rivalitäten als empirischer Kontext“ zu Grunde liegen, erzählt Uhrich. Die Harvard-Psychologen, die zu ganz unterschiedlichen Konflikten zwischen Gruppen forschen, simulieren ihre Untersuchungskonstellationen dagegen in der Regel nur. Zwar gibt es auch im amerikanischen Sport gelegentlich Auseinandersetzungen zwischen Fangruppen, aber längst nicht in der Regelmäßigkeit und Ausprägung wie in Europa. Für die Konflikte in der Bundesliga haben Uhrich und Berendt mittlerweile sogar Handlungsweisen erarbeitet, mit denen sich drohende Gewaltausbrüche deeskalieren lassen könnten. Ratsam sei, „Gemeinsamkeiten mit dem Rivalen zu betonen“, sagt Uhrich.

Vor diesem Hintergrund kann das Auftauchen von RB Leipzig in der Bundesliga womöglich sogar positive Effekte auf andere mitunter gewalttätige Fanrivalitäten entwickeln. Denn Schalke und Dortmund haben jetzt „mit dem in der Wahrnehmung vieler Fans nur durch Kommerz nach vorne gepushten Klub ein gemeinsames Feindbild“, sagt Uhrich. Das verdeutliche die Gemeinsamkeiten: „Ruhrpott, Tradition, der BVB und Schalke stehen für den wahren, echten Fußball.“ Und die Bewusstmachung solcher Parallelen ist den Studien zu Folge ein probates Mittel, um der Eskalation von Konflikten vorzubeugen. *Dt*

Japanische Sportstudierende besuchen SpoHo-Campus

Ein gemeinsamer Tag mit Gästen von der japanischen Tenri University vertiefte nicht nur eine bestehende Kooperation, sondern lieferte auch wichtige Forschungsdaten.

Tage lang einen tieferen Einblick in die deutsche Kultur zu erlangen. Dafür standen unter anderem Besuche an der Anne-Frank Gesamtschule in Düren und der Deutschen Sporthochschule Köln auf dem Plan. Auch um eine kleine Praxisexkursion in Form einer Tanzeinheit kamen die Studierenden nicht herum.

Doch der Reihe nach: Bereits der Besuch der Anne-Frank Gesamtschule in Düren war gespickt mit Highlights: In deb Austausch kamen die japanischen Studierenden mit den Schülerinnen und Schülern im Rahmen von Unterrichtshospitationen und Demonstrationen, beispielsweise zur Falte Kunst Origami. Dazu gesellte sich ein bunter Mix aus Sportspielen und Workshops, an denen die Schüler und Studierenden teilnehmen konnten. Zudem unterstützten die Japaner die Forschung der Deutschen Sporthochschule Köln: Im Rahmen einer Kooperation mit dem Institut für Tanz und Bewegungskultur wurden ganztägig Bewegungsanalysen durchgeführt, die auf einem Konzept von Professorin Hedda Lausberg, Abteilung für Neurologie, Psychosomatik und Psychiatrie, basieren, bei dem mittels dreidimensionaler Testraumvermessung das Bewegungsverhalten der Studierenden erfasst wird. Mit diesen Daten soll untersucht werden, inwieweit Körpererfahrungen in unter-

schiedlichen Kulturen als Ressource für Lernprozesse, zum Beispiel den Zweitspracherwerb, genutzt werden können. Den nächsten Schritt wird das Projekt, welches Forschung mit Schulpraxis und Kultur verknüpfen will, im November dieses Jahres in Tenri ansteuern.

Campusrundgang und Tanztraining

Am Nachmittag konnten sich die Studierenden dann über einen Besuch auf dem Campus der Deutschen Sporthochschule Köln freuen. Gleich nach der offiziellen Begrüßung durften sie sich beim Shoppen im DSHS-Sportshop austoben, hier weckten Hosen, Jacken und Caps große Begehrlichkeiten. Nach dem alles gekauft, verpackt und eingetütet war, ging es auf eine kleine Reise über den Campus. Spannende Infos zu Leichtathletikzentrum, Institutsgebäuden, NetCologne-Stadion und Schwimmzentrum lockerten auch bei trübem Wetter die Stimmung. Vor allem das Schwimmzentrum stieß auf großes Interesse, weil die Studierenden aus Japan den Athleten begeistert beim Schwimmen und Springen zuschauen konnten. Anschließend wartete noch das Tageshighlight: Kaum in Halle 4, angekommen begrüßte Christian Büning vom Institut für Tanz und Bewegungskultur die Anwesenden zur Bewegungseinheit, bei

der er einen Swing-Partnertanz vorstellte. Anfangs eher schüchterne bis skeptische Blicke erntend, war diese Distanz bereits nach wenigen Minuten verschwunden. Wie verwandelt tanzten die sonst eher zurückhaltend wirkenden Japaner alle Schritte nach und wirbelten ihre Partnerinnen umher, unter denen sich auch einige interessierte Studentinnen der Sporthochschule befanden.

Für einen gemächlichen Ausklang des anstrengenden Tages sorgten Fingerfood und Kölsch im Hockey-Judo-Zentrum – der Verpflegung war selbst der Präsident der Tenri University, Noriaki Nagao, nicht abgeneigt. Er zeigte sich sehr begeistert von seinem Besuch in Köln und betonte die Bedeutung des Austauschs für die Studierenden, um die gesammelten Erfahrungen zurück nach Japan zu bringen. Auch wenn er noch keinen konkreten Plan für einen Rückbesuch der Sporthochschule in Japan hat, so „möchten wir uns, wenn wir heim kommen, unbedingt sofort an die Planung setzen und uns mit gewissen Leuten über die Möglichkeiten abstimmen.“ Einer weiteren Intensivierung der deutsch-japanischen Beziehungen steht also nichts im Wege. *or*

Weitere Infos zum Forschungsprojekt „Listen to Gym – Second Language Learning in Motion“ von Marco Grawunder und Constantin Wirth im Forschungsinformationssystem (www.dshs-koeln.de/fis).



„Halten Sie Ihre Eindrücke fest und tragen Sie sie weiter. Herzlich willkommen in Köln!“, so begrüßte der Prorektor für Studium und Lehre, Univ.-Prof. Dr. Jens Kleinert, die circa 35 Lehramtsstudierenden und Repräsentanten der Tenri University, welche im Februar die über 9.000 Kilometer weite Reise auf sich genommen hatten, um einige

Transparenz, Austausch, Mitbestimmung

Der neue Senat nimmt seine Arbeit auf. Im KURIER erklären Gremiumsmitglieder ihre Vorhaben und Aufgaben für die bevorstehende Amtszeit.

Wäre die Deutsche Sporthochschule ein kleines Land, könnte man versucht sein, von einer kleinen Revolution zu sprechen, die sich gerade an der Universität vollzieht. Nur drei der insgesamt 18 Mitglieder des Senats wurden bei der jüngsten Wahl in ihren Ämtern bestätigt, während 15 Abgeordnete neu in die höchste demokratisch legitimierte Vertretung aller Hochschulangehörigen berufen wurden. Diese erstaunliche Fluktuation deutet auf große Umwälzungen hin, „ist aber eigentlich eher unspektakulär und das Resultat von knappen Wahlergebnissen an einer vergleichsweise kleinen Hochschule“, sagt Dr. Bettina Rulofs vom Institut für Soziologie und Genderforschung, die nach drei Jahren Pause wieder in das Gremium zurückkehrt. Tief greifende Reformen erwartet niemand, und doch ist die Arbeit des neu zusammengesetzten Gremiums, das bis zum 31.3.2020 amtiert wird, von essenzieller Bedeutung für Wissenschaftler, Lehrende, Verwaltungsangestellte und Studierendenschaft. „Der Senat ist eines der zentralen und wichtigsten Organe der Hochschule, kein anderes Gremium bietet Vertretern aller Mitgliedsgruppen der Universität regelmäßig ein Forum, um über die Entwicklung und aktuelle Fragen ihrer Hochschule zu diskutieren und beraten“, sagt der Hausjurist Tom Fragel, der als einer der drei Vertreter für den Bereich Technik und Verwaltung gewählt wurde. Die 18 stimmberechtigten Mitglieder verteilen sich auf die sogenannten Statusgruppen: HochschullehrerInnen (9), akademische MitarbeiterInnen (3), MitarbeiterInnen aus dem Bereich Technik und Verwaltung (3) und Studierende (3). Als nicht stimmberech-

tigte Mitglieder gehören dem Gremium außerdem die Vertrauensperson für schwerbehinderte Menschen, die Vorsitzenden der Personalräte, der AStA-Vorsitzende, die Gleichstellungsbeauftragte und die Mitglieder des Rektorats an. Aber was genau macht dieses Gremium, das ungefähr alle sechs Wochen tagt? Wo genau liegt seine Macht? „Die wohl einflussreichste Aufgabe ist die Beteiligung an Wahl und Abwahl der Rektoratsmitglieder“, erklärt Tom Fragel. „Aber im Alltagsgeschäft steht eher der Erlass von Ordnungen, wie der Grundordnung, der Einschreibungsordnung oder von Prüfungsordnungen im Vordergrund.“ Fragel ist schon vor seiner Wahl regelmäßig zu den Sitzungen gekommen und erinnert sich staunend an das Engagement der Studierenden: „Die treten da vollkommen gleichberechtigt und selbstbewusst auf, auch gegenüber gestandenen Hochschullehrern, das finde ich persönlich sehr beeindruckend“, erzählt der Jurist.

Abschaffung der Versuchsbeschränkung?

Einer dieser Studierenden, die sich im Gegensatz zu den für drei Jahre gewählten Hochschulangestellten jährlich zur Abstimmung stellen müssen, ist Constantin Katzera. Der 28-Jährige steht vor seiner zweiten Amtszeit und berichtet, dass er plant, auf eine Abschaffung der so genannten „Versuchsbeschränkung“ hinzuwirken. Dass Studierende nach dem zweiten (Master) oder dritten (Bachelor) Fehlversuch in einer Klausur automatisch exmatrikuliert werden, hält er für unglücklich. „Wir haben mitbekommen, dass diese Regelung für die Studierenden ein großer Stressfaktor ist“, sagt Katzera. Wie es um die Chancen dieses Vorhabens steht, wird sich zeigen, denn „natürlich haben andere Gruppen aus der Hochschule größere Stimmanteile, wir sind ja nur drei Studierende von insgesamt 18 stimmberechtigten Mitgliedern“, räumt Katzera ein. In jedem Fall biete der Senat aber einen fruchtbaren Nährboden für die Entwicklung von Konzepten und Verbesserungsvorschlägen. Bettina Rulofs beispielsweise, die als Vertreterin der Geistes- und SozialwissenschaftlerInnen gewählt worden ist, sagt, ihre Liste habe mitunter „andere Vorstellungen als Senatsmitglieder aus dem naturwissenschaftlichen Bereich.“ Es gebe unterschiedliche Fachkulturen, etwa, wenn es um Beurteilungskriterien geht, die im Rahmen von Personalentscheidungen oder bei der Mittelverteilung eine Rolle spielen können. „Wie in allen politischen Prozessen versuchen wir also, gute Argumente und Unterstützung für unsere Anliegen zu finden“, sagt Rulofs, die nicht nur die Geistes- und SozialwissenschaftlerInnen vertritt, sondern auch den Mittelbau der akademischen MitarbeiterInnen zwi-

MITGLIEDER DES NEUEN SENATS:

Univ.-Prof. Dr. Hans-Georg Predel, Univ.-Prof. Dr. Thomas Abel, PD Dr. Pamela Wicker, Prof. Dr. Christine Graf, PD Dr. Dr. Thorsten Schiffer, Univ.-Prof. Dr. Stephan Wassong, Univ.-Prof. Dr. Ralf Roth, PD Dr. Anja Niehoff, Univ.-Prof. Dr. Wiebren Zijlstra, Dr. Bettina Rulofs, Dr. Björn Braunstein, Dr. Axel Kupfer, Wolfgang Esser, Tom-Christian Fragel, Dr. Claudia Combrink, Constantin Katzera, Vldy Moschenski, Lukas Scheid

schen den ProfessorInnen sowie den Angestellten in Verwaltung und Technik.

Stärkung von Minderheiten

Um die Interessen dieser kleineren Blöcke zu stärken, wurde jüngst ein Paragraph ins Hochschulgesetz aufgenommen, der jeder der vier Statusgruppen ein Vetorecht einräumt. Ein solcher Einspruch führt dazu, dass das betreffende Thema auf die nächste Sitzung verschoben wird und statt einer absoluten Mehrheit eine Zweidrittelmehrheit erforderlich ist, um einen Beschluss herbei zu führen. Mit diesem Mechanismus wird sichergestellt, dass wichtige Entscheidungen nicht mehr nur mit knappem Vorsprung durchgesetzt werden können. Im vorigen Senat konnte die Statusgruppe der neun HochschullehrerInnen absolute Mehrheiten erzeugen und so alle anderen Interessen übergehen. Damit das nicht mehr möglich ist, wurde das Gremium um ein Mitglied auf 18 aufgestockt.

Unverändert ist dagegen die Vorschrift, dass die Senatsitzungen für jeden Hochschulangehörigen zugänglich sein müssen. Meinungsbildungsprozesse sollen transparent sein, „grundsätzlich ist es sehr positiv, dass die Entscheidungen, die in der Hochschule getroffen werden, von verschiedenen Statusgruppen reflektiert und ihre Positionen auch gehört werden“, sagt Rulofs. Nur wenige Veranstaltungsteile, wie sensible Personalentscheidungen, finden hinter verschlossenen Türen statt. Besonders, wenn alle vier bis sechs Jahre ein neues Rektorat benannt wird, kann es hier zu kontroversen Debatten und Konflikten kommen. Die nächsten Rektoratswahlen stehen allerdings erst rund um den Jahreswechsel von 2019 auf 2020 an, gegen Ende der Amtszeit der neu gewählten Mitglieder. Bis dahin werden in Kommissionen Fragen zu Forschung und Lehre, zum Wirtschaftsplan, zur Mittelverteilung, zu den Evaluierungsberichten oder zur Entwicklungsplanung erörtert, bevor auf der Grundlage dieser Diskussionen Empfehlungen und Stellungnahmen im Senat formuliert werden. „Im Moment wird an einem Hochschulentwicklungsplan für die kommenden drei Jahre gearbeitet“, erzählt Katzera, „diesen Katalog haben wir abgearbeitet und Prioritäten vergeben, von Seiten der Studierenden ist es natürlich wichtig, dass man die Qualität der Lehre voranbringt.“ Zunächst einmal verrichtet das vom 1. April an amtierende Gremium also trockene Gremiumsarbeit. Eine Arbeit, die aber von großer Bedeutung ist, wenn Gesetzesänderungen wie die Abschaffung der Anwesenheitspflicht in vielen Veranstaltungen im Hochschulalltag konstruktiv umgesetzt werden sollen. *Dt/or*



SMALL TALK
VON VOLKER
SCHÜRMANN

Oft weiß man gar nicht, was man da hat. Da hält man einen Schatz in den Händen, und sieht es nicht einmal. „Wer nie sein Brot im Bette aß, weiß nicht, wie Krümel piken.“ Was der Volksmund schon weiß, hat große Theorie dann populär gemacht: Nur Differenzen machen Sinn. Wir lernen Unterschiede. Wäre die ganze Welt rot, wir wüssten es nicht einmal. Wären alle vernünftigerweise BVB-Fans, hätten die Toten Hosen nicht so ein grandioses Lied machen können über die Gefahren, sich den Charakter zu verderben.

In Köln weiß man das, eigentlich. Vielfalt ist ein Schatz, den wir hier leben: „Jeder Jeck is anders.“ Wären alle gleich, wäre es bei uns nicht bunt, sondern das Leben wäre grau in grau, langweilig und uniform. Man kann das wissen, und man kann es für zu selbstverständlich halten. Die türkischen Staatsbürger sind gerade mit diesem Unterschied konfrontiert. Entweder uniform für Erdogan oder für die Vielfalt der Demokratie, darüber sollen sie bald abstimmen. Aber so weit muss man ja gar nicht gucken. Auch bei uns erschallen sie wieder, die Rufe nach uniformen Biodeutschen first. „Der Schoß ist fruchtbar noch, aus dem das kroch.“ (Bertolt Brecht)

Oft weiß man gar nicht, was man da hat. Dafür gibt es zahllose Beispiele. Sport inside etwa. Ein Kleinod unter den Sportsendungen, hier in Köln, bei uns vor der Haustür gemacht. Aber wissen wir wirklich, was wir daran eigentlich haben? Nichts gegen das WDR Fernsehen, wahrlich nicht. Aber warum bloß parkt die ARD eine solche Sendung am heiligen Sonntagabend im Regionalfernsehen? Wissen sie, was sie da tun? Diese Sendung ist sogar dann noch einmalig, wenn sie über Fußball berichtet. Neulich dieses Porträt der Heimatlosen – über Braunkohletageabbau, Bata Illic und den FC Viktoria Manheim 1919 e.V.! Wunderbar, und nirgends sonst könnte man das sehen. Keine Datenbanken, keine noch so absurden Statistiken (Menge aller Grashalme pro Quadratmeter, die nie wieder wachsen werden, wo Materazzi einmal hingetreten hat). Sport inside erzählt stattdessen Geschichten.

Hierher gehören all die Vorzimmer- und Butler-Berufe, die man nicht evaluieren kann, weil ihr Handwerk genau darin besteht und genau dadurch perfekt ist, dass man ihr Tun gar nicht merkt. Die, die den Laden am Laufen halten, dabei aber nicht durch eigenes Knirschen auf sich aufmerksam machen können. Die Pförtner zum Beispiel, die den lieben langen Tag ohne Schulterklopfen auskommen, auch wenn die Schranke immer genau dann aufgeht, wenn unsereins gerade ins Parkhaus fährt. Die aber dann, wenn wir mal einen Augenblick warten müssen, genau jenes Hupen zu hören bekommen, das einen Ärgerhauch zu lang ist, um bloßes Signal zu sein.

Oft weiß man gar nicht, was man da hat. Artikel 1 des Grundgesetzes der Bundesrepublik Deutschland etwa. Ein Goldschatz, der auch durch noch so viel Gold nicht aufgewogen werden kann. Es tut in diesen harten Zeiten Not, dem Wissen darum wieder öffentlich Ausdruck zu geben. Einen Tusch auf die Butler-Funktion!

Zusammenlegung zweier Institute

Am 28. Februar ist Univ.-Prof. Dr. Dr. h.c. mult. Joachim Mester, langjähriger Leiter des Instituts für Trainingswissenschaft und Sportinformatik und ehemaliger Rektor der Deutschen Sporthochschule Köln, in den Ruhestand gegangen. Das Rektorat hat in der Nachfolge die bisherigen Institute „Trainingswissenschaft und Sportinformatik“ und „Kognitions- und Sportspielforschung“ zusammengelegt. Das neue Institut wird als Name „Institut für Trainingswissenschaft und Sportinformatik“ führen; zum Leiter wurde zunächst für fünf Jahre Univ.-Prof. Dr. Daniel Memmert ernannt, der bislang das Institut für Kognitions- und Sportspielforschung leitete. Das Institut gliedert sich in drei eigenständige Abteilungen: Abteilung 1 – Sportinformatik und Sportspielforschung (Leiter: Univ.-Prof. Dr. Daniel Memmert),

Abteilung 2 – Kognitions- und Sportspielforschung (Leiterin: Jun.-Prof.in Dr. Stefanie Hüttermann) und Abteilung 3 – Trainingswissenschaftliche Interventionsforschung (N.N.). Zudem hat das Rektorat für Mitte 2018 die Neuausschreibung einer W2-Professur „Leistungsphysiologie“ mit einem deutlichen Bezug zum Leistungssport beschlossen. Diese soll in einer ebenfalls eigenständigen Abteilung 4 im Institut für Trainingswissenschaft und Sportinformatik verankert werden. Das Rektorat sieht in der Bündelung von mehreren Kompetenzen die Perspektive, auch zukünftig ein Institut mit national und international herausragender Außenwirkung zu haben und auf den Kerngebieten der Sportwissenschaft, der Trainingswissenschaft, sowie dem zukunftssträchtigen Arbeitsfeld „Sportinformatik“

eine zentrale Rolle übernehmen zu können. Die Leitung des Studiengangs B.Sc. Sport und Leistung verbleibt bei Dr. Heinz Kleinöder. Neuer Studiengangsleiter für den M.Sc. Exercise Science und Coaching ist zunächst seit 1. März 2017 Univ.-Prof. Dr. Daniel Memmert. *PuK*





Impressionen der SWARM-Protein Gründer Christopher Zeppenfeld und Timo Bäcker von Besuchen bei Grillenfarmern und Insektenkauf in Thailand.

Insektenpower im Fitnessriegel

Bangkok, 2015, mitten in der Nacht. Zwischen Touristen aus aller Welt: Christopher und Timo. Ihr Plan: Insekten essen! Und nicht nur das. Ihre Mission: Insektenprotein auch auf dem westlichen Speiseplan zu etablieren. Heute, gut eineinhalb Jahre später, scheint ihre Mission Wirklichkeit zu werden. „SWARM Protein“ heißt er, der Fitnessriegel mit nachhaltigem Protein aus Insekten.

4.500 km langer Road Trip mit dem Motorrad

Angekommen in Bangkok war es nicht schwer, etwas Krabbelndes zu finden, was essbar war. Und so wurde die Verköstigung der ersten Tüte frittierte Raupen fotografisch rauf und runter dokumentiert, um es den Touristen, welche auf der Jagd nach den exotischsten Schnappschüssen für die Social Media-Welt waren, gleich zu tun. Obwohl der Geschmack einiges zu wünschen übrig ließ, war doch ein Hauch an Nervenkitzel zu spüren. Doch die Erkenntnis eher ernüchternd: So wird das nichts mit der Proteinrevolution. Um einen authentischeren Blick auf die Esskultur der Asiaten zu bekommen, kauften sich Christopher und Timo kurzerhand zwei Motorräder und machten sich auf einen 4.500 km langen Trip durch Vietnam, Laos und Thailand. Acht Wochen später hatten sie alles gegessen, was sechs Beine und zwei Antennen hatte. Von riesigen Wasserwanzen über Grillen zu Seidenraupen und grün schimmernden Käfern. Sie selbst hatten sich schnell an die Insekten-Snacks gewöhnen können, doch ihnen war auch klar, dass ganze Insekten im Westen eher schwer Anklang finden werden würden. „Die kulturelle Distanz ist noch zu groß ... und der heimische Tellerrand noch zu hoch“, sagt Timo. „Die herausragenden Nährstoffe und die ökologischen Vorteile überzeugen jedoch diejenigen, denen Funktionalität und Nachhaltigkeit in ihrer Ernährung wichtig sind“, ist Christopher von der Idee überzeugt. Und so entwickelten die beiden das Konzept SWARM, um Insektenprotein zu denjenigen zu bringen, die dessen Vorteile am meisten zu schätzen wissen: Sportler.

Zurück in Deutschland...

... taten sich die beiden Jungs mit Dani zusammen, einer Expertin für Sport und Ernährung. Sie studierte Sportwissenschaften (B.Sc.) an der Deutschen Sporthochschule Köln und im Anschluss angewandte Ernährungswissenschaften (M.Sc.) mit dem Fokus auf Sporternährung und Ernährungsökologie an der UMIT in Österreich. Sie war sofort begeistert von der Idee, hochwertiges und nachhaltiges Insektenprotein in der Sporternährung zu nutzen. Und so begann das Team mit der Produktentwicklung. Für den Fitnessriegel werden ausschließlich Grillen verwendet, welche ein hochwertiges Protein mit allen essentiellen Aminosäuren liefern und viel Vitamin B12 und andere Mikronährstoffe beinhalten. Die Verwendung von Grillen ist außerdem besonders nachhaltig. Im Vergleich zur Rinderzucht, welche als eine klassische Proteinquelle genutzt wird, benötigen Grillen nur acht Prozent der Landfläche, zwei Prozent des Wassers und produzieren weniger als ein Prozent CO2. Bei der Erstellung des Nährstoffpro-

files und der Prototypenentwicklung kooperierten die drei im Rahmen ihres EXIST-Stipendiums mit dem Zentrum für Gesundheit durch Sport und Bewegung und dessen Vorstand Ingo Froböse.

Geschmack in drei Variationen

Der Insektenriegel ist für die Regeneration nach dem Sport entwickelt und weist daher ein ausgewogenes Verhältnis von Kohlenhydraten und Proteinen auf. Den fertigen Riegel wird es in drei verschiedenen Geschmacksrichtungen geben. „Red Berries“ für alle, die ein fruchtiges Aroma mögen aus Cranberries und Himbeeren, „Hazelnut Chia“ aus Haselnüssen und gesunden Chia-Samen für alle Nuss-Freunde und „Raw Cacao“ mit feinen Stücken aus rohem Kakao. Kurz vor dem Beginn ihrer Crowdfunding-Kampagne ist das SWARM-Team schon jetzt, zumindest was die Idee angeht, voll auf Erfolgskurs: Sie erhielten das EXIST-Gründerstipendium, erzielten den 1. Platz beim NUK Businessplan-Wettbewerb 2016 und gewannen damit ein Preisgeld in Höhe von 10.000 Euro, machten ebenfalls den 1. Platz beim Gründerpreis der Wirtschaftsunioren Köln 2016 und erhielten den Sonderpreis „Soziale Innovation und Nachhaltigkeit“ des hochschulgründernetz cologne e.V. (hgnc). Ak



Die Crowdfunding-Kampagne startet Ende April auf www.startnext.com. Gleichzeitig wird an der SpoHo eine Verköstigung stattfinden. Weitere Infos unter: www.swarmprotein.com.

Das GATEWAY (Gründungsservice der Universität zu Köln) ist die Anlaufstelle für Gründungsinteressierte aus Kölner Hochschulen. Es gibt jeden Dienstag von 10 bis 12 Uhr eine offene Sprechstunde, die für Studierende der SpoHo kostenlos ist. Mehr Infos unter: www.gateway.uni-koeln.de.

Studierende der SpoHo können das Angebot des hochschulgründernetz cologne e.V. (hgnc) ebenfalls kostenlos wahrnehmen. Das hgnc bietet regelmäßig Workshops, Seminare und Vorträge zum Thema Selbständigkeit. Mehr Infos unter: www.hgnc.de.



KURIER QUIZ

Der Köln Bonn Airport ist einer der größten Verkehrsflughäfen Deutschlands: Mit mehr als zehn Millionen Passagieren pro Jahr liegt er bundesweit auf Platz sieben – im Frachtbereich sogar auf Platz drei. Noch viel mehr Wissenswertes und Interessantes rund um den internationalen Verkehrsflughafen Köln Bonn Airport erfahren Sie auf einer Besucherführung. Zum Beispiel: Der Koffer verschwindet auf einem Förderband – und tausende Kilometer entfernt erscheint er wieder auf einem anderen – meistens zumindest. Dahinter steckt kein Zaubertrick, so viel sei schon verraten. Aber wie kommt der Koffer wirklich ins Flugzeug und an der richtigen Stelle wieder zu seinem Besitzer? Beantworten Sie unsere Quizfrage und gewinnen Sie zwei Mal zwei Tickets für eine Besucherführung auf dem Köln Bonn Airport.

WIE VIELE PROJEKTE WERDEN IN DER BEWERBUNGSRUNDE 2016/17 HOCHSCHULINTERN GEFÖRDERT?

Schicken Sie Ihre Antwort per Post an die im Impressum angegebene Adresse, per Hauspost oder per E-Mail an presse@dshs-koeln.de. **VIEL ERFOLG! EINSENDESCHLUSS: 19. MAI 2017**

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
Daniel Theweleit (Dt) Julia Neuburg (Jn),
Alina Knops (Ak), Oliver Riedel (Or)
Tel. -3440/-3441/-3442/-6158

Layout
Sandra Bräutigam (Sb)
Tel. 0221 4982-3442

Auflage 2.500

Druck
pacemdruck oHG, 50996 Köln,
www.pacem-druck.de

Erscheinungsweise
Vierval im Jahr. Der nächste KURIER
erscheint voraussichtlich im
Juni 2017

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

Redaktionsschluss KURIER 08.05.2017

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.

Personal

Einstellung:

Christian de Brabandere,
Abt. 3.2, 01.12.2016

Ursula Bayer, Institut für Kommunikations- und Medienforschung,
01.02.2017

Jörg Schulz, Zentrale Betriebseinheit Informationstechnologie,
01.02.2017

Dieter Pohlmann, Zentrale Betriebseinheit Informationstechnologie,
15.02.2017

Weiterbeschäftigung:

Anne Schwenke, Institut für Biochemie, 01.01.2017

25. Dienstjubiläum:

Jürgen Czarnetzki, Abt. 4.4,
24.02.2017

Ausscheiden:

Dr. Gisa Falkowski, Institut für Bewegungstherapie und bewegungsorientierte Prävention und Rehabilitation, 31.03.2017

Ruhestand:

Doris Bröhl, Abt. 4.4, 31.01.2017

Univ.-Prof. Dr. Joachim Mester, Institut für Trainingswissenschaft und Sportinformatik,
28.02.2017

Hartmut Schink, Institut für Physiologie und Anatomie,
30.04.2017

Helga Meier, Abt. 3.2, 30.04.2017

Meldungen

Neue Intranetseiten der beiden Personalräte

Für die Interessen der rund 450 wissenschaftlichen MitarbeiterInnen der Sporthochschule tritt der wissenschaftliche Personalrat ein. Das derzeitige Gremium ist seit Juni 2016 im Amt. Die Amtszeit läuft bis 2020. Als einen der ersten Schritte hat der Personalrat einen neuen Webauftritt im Intranet der Sporthochschule aufgebaut. Diesen erreichen Sie aus dem Hochschulnetz im Intranet unter dem Menüpunkt Einrichtungen > Personalräte. Hier finden Sie auch umfangreiche Infos des Personalrats für das Personal in Technik und Verwaltung.

ASta-Team mit neuen Mitgliedern

Der Allgemeine Studierendenausschuss (ASta) hat mit einem neu zusammengestellten Team die Arbeit aufgenommen. Vorsitzender bleibt Bastian Biallas. Die Referate sind wie folgt besetzt: Hochschulpolitik und Lehre: Diana Jedlicka, Bildungspolitik und politische Außenbeziehungen: Kevin Nothnagel, ErstsemesterInnen: Kisolo Biskup, Hochschulsport: Stefan Reiff, Internationales: Nina Eisenburger, Events und Support: Lukas Schmandra, Öffentlichkeitsarbeit: Julia Heßler, Finanzen: Tim Ross, Soziales: Sophia Wirtz, Kassenwart: Rui Jin. In den nächsten Tagen wird die Webseite des AStas entsprechend aktualisiert: www.asta-spocho.de.



Die Deutsche Sporthochschule Köln trauert um
Dr. Renate Scholtzmethner

die am 1. Februar im Alter von 89 Jahren verstorben ist.

* 1928 † 2017