

Kurier

Hochschulzeitung der Deutschen Sporthochschule Köln – Ausgabe 1/19 – 42. Jahrgang – März 2019

Modern, schick, funktional	2
„Angenehme Erschöpfung“	4
Serie: Werdegänge	6
Wissen aus der Mensa	6
Tüftler zwischen Körper und Technik	7
„Etwas auf die Beine stellen“	9
Ruhmreich, aber arm	10
Revolution im Kraftraum	12
Ist eSport wirklich Sport? - Ein hochschulinternes Pro & Contra	14
Wie gesund sind eSportlerInnen?	16
Von Damaskus in die Biomechanik-Werkstatt	17
„Köln ist das Herz Europas, und dieser Rolle wollen wir gerecht werden“	19
Hochschule Digital	21
Small Talk von Volker Schürmann	24
Der Rennfahrer auf dem Einrad	25
Doppelter Landespreis	26
Personal	26
Meldungen	26
Fußball-EM 2020 fest im Blick	26
Traueranzeige	26
Impressum	27

Modern, schick, funktional

Die Highlights des neuen Institutsgebäudes NawMedi

Am 4. Dezember 2018 war es endlich soweit: In drei Teile zerlegt machte sich die 2,8 Tonnen schwere CNC- Fräsmaschine aus dem elften Stock des Institutsgebäudes I (IG I) mit dem Lastenaufzug auf den Weg nach unten, um dann ein paar Meter weiter im neuen Institutsgebäude der Deutschen Sporthochschule Köln ihre neue Heimat zu beziehen. Künftig verrichtet sie hier nun im ersten Untergeschoss ihre Arbeit. Mit dem Einzug der Maschine und der gesamten Feinmechanikentwicklungswerkstatt ist die Belegung des IG NawMedi, des Institutsgebäudes Naturwissenschaften und Medizin, nun komplett. Wenn die silberne Fassade des NawMedi im Sonnenlicht glitzerte, dann sah das Gebäude von außen schon längere Zeit fertig aus. Doch wie bei großen Bauprojekten üblich, musste sich die Hochschule mit der Inbetriebnahme und dem Einzug gedulden, immer wieder gab es Verzögerungen – vor allem für die Verantwortlichen im Dezernat für Bauangelegenheiten und Gebäudemanagement, aber auch für viele weitere HochschulmitarbeiterInnen, eine stressige Zeit.

Beheimatet sind im IG NawMedi zwölf verschiedene Institute und Forschungseinrichtungen. Deren MitarbeiterInnen arbeiten und forschen in einer Vielzahl von Büros und Laboren mit unterschiedlichen Funktionen. Dabei sind die Nutzungsräume (2.800 m²) als klassische Büros, und teilweise als offene Arbeitsbereiche angelegt. Jedes Institut verfügt über einen eigenen Besprechungsraum mit interaktiven Whiteboards. Labore nehmen 3.700 m² Fläche ein. Hier wird unterschieden zwischen klassischen Laboren gemäß der technischen Regeln für Gefahrstoffe (TRGS) und Experimentallaboren bzw. Funktionsräumen, u.a. das Wadaakkreditierte Anti-Doping-Labor. „Im neuen Gebäude sind adäquate Platzverhältnisse gegeben, die eine den modernen Analysegeräten gerecht werdende Klimatisierung erlauben und die beengten Verhältnisse des ehemaligen Bereichs schnell vergessen lassen“, sagt Univ.-Prof. Dr. Mario Thevis, Prorektor für Forschung und wissenschaftlichen Nachwuchs. Instrumente, die aus Platzmangel im IG I nicht mehr betrieben werden konnten, kommen nun wieder zum Einsatz. Das eröffnet jungen talentierten NachwuchswissenschaftlerInnen neue Forschungsmöglichkeiten; zudem „können neue Gebiete der Anti-Doping-Arbeit erschlossen werden, die sowohl für Sportlerinnen und Sportler als auch für Anti-Doping-Organisationen einen Mehrwert liefern“, sagt Thevis. U.a. zählen zehn Kühlräume für Dopingproben, darunter Gefrierzellen und -schränke mit bis zu -40, -60 und -80 Grad, zur Laborausstattung.

Auch andere Institute freuen sich über Equipment und Ausstattung auf dem neuesten Stand der Technik. Ein vollausgestattetes zell- und molekularbiologisches Labor mit hochauflösender Bildgebung ist das Highlight der Abteilung Molekulare und zelluläre Sportmedizin. Mit einem Gerät zur Laser-Mikrodissektion lassen sich per Laserstrahl Zellen aus Gewebeproben oder Zellkulturen isolieren. Die Abteilung Präventive und rehabilitative Sport- und Leistungsmedizin verfügt über modernste medizinische Diagnostik, z.B. ein nagelneues Hochgeschwindigkeitslaufband, das bis zu einer Geschwindigkeit von 60km/h beschleunigen kann. Das schafft zwar kein Läufer, aber: Im Institut für Bewegungs- und Neurowissenschaft ermöglicht ein ebensolches Laufband spezifische Diagnostiken im Handcycling. Es ist in eine Grube im Boden eingelassen, so dass ein Rennrollstuhl ebenerdig darauf fahren kann. Auch das Institut für Biomechanik und Orthopädie profitiert von den größeren Ausmaßen: Mit eineinhalb Geschossen besitzt das Labor eine Deckenhöhe von 7,80m und eine Anlaufbahn von 21m. Hier lässt sich sogar Stabhochsprung simulieren. Individuell einstellbare Kraftmessplatten und Hochgeschwindigkeitskameras können Unmengen an Daten ermitteln. Des Weiteren zählen ein Ganzkörperscanner und ein Roboterraum zur Ausstattung des Instituts. Die Abteilung Kognitions- und Sportspielforschung besitzt neuerdings ein Tischtennis-Labor mit integrierter Tischtennisplatte.

Clevere Betonkerntemperierung

Eine Trainings- und Therapiehalle mit zahlreichen Trainingsgeräten hat das Institut für Bewegungstherapie und bewegungsorientierte Prävention und Rehabilitation im Erdgeschoss

eingerrichtet. Der Raum ist lichte durchflutet und – auch wenn hier fleißig geschwitzt wird – immer angenehm auf 21 Grad temperiert. Dafür sorgen die Heizschlangen, die in die Betondecken und -böden eingebaut sind. Je nach Temperatur können diese heizen oder kühlen (Betonkernthermierung). Das IG NawiMedi ist hochgradig energieeffizient.

Wärmerückgewinnungsanlagen sorgen dafür, dass ein Teil der Abluftwärme aus den Lüftungsanlagen wieder genutzt werden kann. Es gibt Anlagen zur Wasseraufbereitung und Abwassernachbehandlung der Labore. Das NawiMedi verfügt über ein eigenes Blockheizkraftwerk, welches Gas in Strom umwandelt. Die Wärme, die dabei als Abfallprodukt entsteht, wandelt der Absorber in Kälte um. Im Sommer kann diese z.B. zur Kühlung der beiden Serverräume oder der Labore genutzt werden. Bei kräftiger Sonneneinstrahlung gewährleistet auch ein vollumfänglicher Sonnenschutz, teilweise bis zur Vollverdunklung, konzentriertes Arbeiten. Ein modernes Sicherheitskonzept gibt es für Notfälle wie Stromausfälle, und ein Zutrittssystem regelt das Kommen und Gehen in den teils abgetrennten Gebäudebereichen.

Auch für die Studierenden bietet das IG NawiMedi einige Annehmlichkeiten, z.B. acht moderne und zusammenlegbare Seminarräume, ausgestattet mit interaktiven Whiteboards. Zudem gibt es im gesamten Gebäude vollflächiges W-LAN. Neu gepflanzte Bäume und Sitzmöglichkeiten laden auf der Rückseite des Gebäudes zum Verweilen ein. Nun, da auch in den Werkstätten alle Maschinen wieder zusammengebaut sind, läuft der Betrieb. Manch ein Karton wartet noch darauf, ausgepackt zu werden, der eine oder andere Schrank wird noch aufgebaut. Die Werkstattmitarbeiter haben jetzt deutlich mehr Platz. So kann demnächst auch eine CNC-Drehmaschine angeschafft werden, für die bislang im IG I keine Fläche vorhanden war. Das Einzige, das manchen fehlt, ist die Aussicht „op dr Dom“.

IG NawiMedi in Zahlen:

Maße: 138m Länge, 18m Breite, 26m Höhe

Fläche: 16.000m² Bruttogeschossfläche, 7.700 m² Nutzfläche, 2.700 m² Verkehrsfläche (Flure, Treppen etc.), 1.200 m² Technikfläche, verteilt auf EG, 2xUG, 4xOG

Nutzung: 2.800 m² Instituts- und Büronutzungs-räume, 3.700 m² Laborräume, 1.200 m² Seminarräume, insgesamt 350 Räume

„Angenehme Erschöpfung“

Für den SpoHoetry Slam strömten Mitte Januar rund 450 ZuschauerInnen in den Hörsaal 1 der Deutschen Sporthochschule Köln. Was geht ab hinter den Kulissen des beliebten Wortgefechts?

Und ich kresse, wie der Zeiger einer Uhr. Uhren sagen die Zeit an. Zeit habe ich keine. Keine Ahnung, warum, denn ich studiere Sportwissenschaften...“. Es ist ein fast schon gewöhnlicher Mittwochabend im Musischen Forum der Deutschen Sporthochschule Köln. Mit 13 Leuten sitzen wir in einem chaotisch eingerichteten Raum, manche auf einem Sofa, andere auf einem Stuhl, wie- der andere auf einem Kasten. Lennard gibt seinen Zettel weiter an Johanna. Johanna schreibt: „Sportwissenschaften – das ist ein ernstzunehmender Studiengang. Studiengang – ein dehnbarer Begriff...“ Es ist eine dieser Schreibübungen, die uns kreativ werden lassen. Eine dieser Schreibübungen, aus denen später ein Text entstehen soll, der sich vortragen lässt auf der großen Bühne des Hörsaals 1. Manche haben schon eine genaue Idee, in welche Richtung sie schreiben möchten, sogar erste Entwürfe stehen. Andere – ich gehöre auch dazu – brauchen noch Zeit, Inspiration und eine Menge der kreativen Tritte in den Hintern, die uns Theo Vagedes in jedem Workshop mitgibt. Theo ist der künstlerische Leiter des SpoHoetry Slams und erarbeitet mit uns Ideen, feilt an der Umsetzung und gibt Tipps, zur Performance und wie wir die Zeit auf der Bühne genießen. Theo hat viele verschiedene Aufgaben, gemeinsam ist allen: die zeitliche Begrenzung. „Das zeitlich begrenzte Tun ist effektiver, dann besiegt Ihr den kritischen Zeigefinger, der euch hindert, kreativ zu sein“, sagt er. Beim Drauflosschreiben gibt es erstmal kein falsch oder richtig, keine Wertung. „Wenn Ihr noch kein klares Thema habt“, sagt Theo immer, „schreibt erstmal alles auf, was gerade passiert, was Euch in den Sinn kommt.“ Und er hat Recht: Beim Schreiben kommt die Muße von ganz allein. „Das Thema ist dem Schreiben immanent“, sagt er, „erst später kommt das Formen und Gestalten“. Aus einer kurzen Schreib-Session wird so eine kleine Geschichte, aus der kleinen Geschichte eine große Idee. Ich entscheide mich für eine Geschichte über meinen besten Freund, das Smartphone. Kritische Texte gehen immer, denke ich mir und umgehe das dünne Eis, mich an einem humorvollen Text zu versuchen.

Zwei Monate später. „Die unbekannte Ferne beginnt direkt vor der Haustür“, sagt Arnd in das Mikrofon. Sein Text sitzt noch nicht zu hundert Prozent, manchmal sieht man ihm die Suche nach den nächsten Worten an. Während der Generalprobe wird kein Feedback gegeben, wir spielen den kompletten Ablauf des großen Abends durch. „Mo gen sitzt der Text“, sagt Arnd später, „während beim letzten Slam die Aufregung im Vordergrund stand, überwiegt dieses Mal die Freude.“

„Das dritte Auge sieht weiter und wacht noch zudem, wie ein goldener Reiter mit solch einer Leuchtkraft, dass die Entdeckung des Feuers bedroht ist im Schatten zu stehen, über deinen Geist und deinen Körper und gibt dir sein Sehen.“ Malte ist an der Reihe. Mit kratziger Stimme liest er routiniert seine Zeilen. Am Technik-Pult des Hörsaals steht Dr. Ansgar Molzberger und pegelt Maltes Stimme so aus, dass sie nicht zu laut und nicht zu leise den Hörsaal erfüllt. Molzberger hat den SpoHoetry Slam ins Leben gerufen. Seitdem ist er der Organisator des Wortgefechts, koordiniert im Hintergrund.

Die Hütte ist voll

„Das war okay“, sagt Theo in der Abschlussbesprechung, „so, wie eine Generalprobe zu sein hat. Morgen ist aber bei jedem noch 30 Prozent Luft nach oben.“ Einen guten Text zu haben ist eben das eine, ihn so vorzutragen, dass er beim Publikum einschlägt, das andere. Am nächsten Tag treffen wir uns zwei Stunden vor Beginn des SpoHoetry Slams. „Die Zeit wird vergehen wie im Flug“, hatte Theo gesagt. Leicht nervös versammeln wir uns im Hörsaal 1, unterhalten uns, lenken uns ab. Dann kommt das Aufwärmen. Wie im Sport ist das Aufwärmen das Wichtigste. Wir stehen in einem Kreis und machen Sprechübungen, schneiden Grimassen, dehnen uns. Locker werden für den großen Auftritt.

Danach ist jeder bei sich, geht seinen Text durch, hört Musik, zieht sich um. Sofie steht an einer kühlen Wand des Backstage-Bereichs und flüstert: „Das sind Fragen voller Widerliebe, jede für sich eine wunderbare Lüge in unserem Erdendasein. Lug und Trug, mehr Schein als Sein.“ Max hingegen sitzt einfach nur da, schweigt, konzentriert sich. Die Türen werden geöffnet. Menschen strömen in

den Hörsaal. Immer wieder versuchen wir einen Blick durch die Vorhänge zu erhaschen, um zu sehen, wie voll es ist. Der Mittelblock füllt sich, dann der linke Block, dann der rechte.

„Volles Haus“, sagt Theo und reibt sich die Hände. Er wünscht uns viel Spaß und verschwindet im Publikum. Es geht los. Johannes Steuding, der Moderator des Abends, betritt die Bühne. Gekonnt stimmt er das Publikum ein, dann kündigt er mich an. Ich bin als Erster an der Reihe. Mein Adrenalin-Pegel katapultiert sich ins Unendliche. „Ich wünsche mir, dass wir smarter sind als unsere Phones“, mein letzter Satz. Das war's. All die Vorbereitung und Aufregung für diesen kurzen Augenblick auf der Bühne. Hinter der Bühne fühle ich mich erleichtert. „Geil war's!“, sage ich zu den anderen, die ihren Auftritt noch vor sich haben. Ich setze mich hinter den Bühnenvorhang und lausche den Texten meiner Mitstreiter. „Es ist nicht immer leicht in die richtige Bahn einzusteigen, den richtigen Weg einzuschlagen, es nicht zu vergeigen“, trägt Lena ihren Text vor. Später ist Max an der Reihe. Er rappt: „Raupe Nimmersatt, walzt die ganze Kugel platt. Schachbrett des Lebens, du setzt dich Narrenmatt.“ Das Publikum ist begeistert. Begeistert von Max' Rap, begeistert von der Vielseitigkeit der Texte und den verschiedenen Darstellungsformen.

Wer den Abend gewinnt, entscheidet der größte Applaus. Alle Texte werden frenetisch beklatscht und bejubelt, die Entscheidung fällt nicht leicht. Am Ende sind es zwei, die sich den Sieg teilen. Max überzeugt mit seinem beeindruckenden Rap über das Bienensterben, Lennard begeistert mit seinen Kurzgeschichten über den Wahnsinn unserer Überflussgesellschaft. „Es hat riesigen Spaß gemacht, das Publikum war die ganze Zeit dabei“, resümiert Andy den Abend. Er hat Recht. Es hat riesigen Spaß gemacht, vor einem begeisterten Publikum das zu sagen, was man zu sagen hat. Es hat riesigen Spaß gemacht, Tage und Wochen, zuhause und in Theos Workshops an seinem Text zu feilen.

Am Tag nach unserem Auftritt schreibt Arnd in unsere WhatsApp-Gruppe, er fühle sich etwas „verkatert“, wie in einem Tief nach dem Hoch. Theo schreibt darauf, dass das ganz normal sei: „Wirklich durchlebte Auftritte sind wie geistige ‚Geburten‘. Ihr wart in der Zeit davor ‚schöpferisch‘ tätig. Jetzt seid ihr ‚erschöpft‘.“ Eine angenehme Erschöpfung, die ich jederzeit wieder auf mich nehmen würde.

Serie: Werdegänge

„Und was machst Du später damit?“ Das Projekt Werdegänge stellt exemplarisch die Wege von SpoHo-AbsolventInnen vor. www.dshs-koeln.de/werdegänge

Andreas Opiolka ...

Gesundheitsmanager bei der RWE Power AG / RWE Generation SE und Ausbilder für Trainerlizenzen bei der Akademie für Sport, Gesundheit & Ernährung

Kriterien für die Einstellung: Kompetenzen in allen Gesundheitsbereichen (Bewegung, Stress und Ernährung), Motivator für Gesundheitsthemen und einschlägige Berufserfahrung

Tätigkeit: Referent für betriebliches Gesundheitsmanagement und Gesundheitsförderung, Ausbilder für die Trainerscheine Athletiktrainer A und Fitnesstrainer B

Berufliche Stationen: Bahn-BKK, Deutsche Sporthochschule Köln, freiberuflicher Personaltrainer (Referent), Akademie für Sport, Gesundheit & Ernährung

Studium: Diplom-Sportwissenschaften, Schwerpunkt: Rehabilitation und Prävention (Deutsche Sporthochschule Köln)

Praktikum: Städtische Kliniken Duisburg, Klinik Bad Hermansborn

Ausland: Namibia Football Association (Namibia), Barnett Sports (Frankreich)

Nebenjobs: act-if training & coaching, freiberuflicher Personaltrainer, Kursleiter für Wassergymnastik, Durchführung Orientierungstutorien

Ehrenamt: Mitglied des Studierendenparlaments der Deutschen Sporthochschule Köln

Zusatzqualifikationen: Qualitätsstandards und Kennzahlenentwicklung im betrieblichen Gesundheitsmanagement

- Universität Bielefeld (2016), Hochschuldidaktische Schulung der Deutschen Sporthochschule Köln - Startsprung Lehre (2012), Einstieg E-Learning – multimediale Lerneinheiten gestalten, Schwerpunkt: Learning Management System (moodle) (2010), Sport und Ernährung (2009), Fortbildung als Leiter von Krebsnachsorge- Sportgruppen (2009), Teilnahme an der Abschlussveranstaltung für „Klasse in Sport - Initiative für täglichen Schulsport e. V.“ (2008), Rhetorikschulung – Kommunikation und Präsentation für Tutorinnen und Tutoren (2007), Schulung zur Leitung und Gestaltung von Orientierungstutorien für Erstsemester (2007) » Die SpoHo bietet tolle Studienbedingungen. Das Miteinander und die absolute Fokussierung auf das Thema Sport und Bewegung in all ihren Facetten haben mich am meisten geprägt. «

Wissen aus der Mensa

- » 392.410 Essen
- » 5100 kg Langkornreis
- » 4380 kg Süßkartoffeln
- » 3219 kg Hähnchenbrust Natur
- » 1702 kg Eisbergsalat
- » 538,5 kg Rindergeschnetzeltes
- » 630 Sitzplätze, ca. 120 Sitzplätze im Bistro
- » Lieblingsessen: Currywurst & Pommes

Tüftler zwischen Körper und Technik

Der Masterstudiengang Human Technology in Sports and Medicine bringt AbsolventInnen mit spannenden Berufsperspektiven hervor.

„Fast überall, wo Menschen und Technik interagieren, ist biomechanisches Wissen relevant.“ Prof. Dr. Wolfgang Potthast

Technologische Entwicklungen werden auch im Sport immer bedeutsamer, im professionellen Hochleistungssegment genauso wie im Freizeitbereich oder in der Rehabilitation. Eine Folge dieses Fortschritts ist der steigende Bedarf an Expertinnen und Experten, die in der Lage sind, das komplexe Zusammenspiel zwischen dem menschlichen Körper und der oftmals hoch entwickelten Ausrüstung der SportlerInnen zu optimieren. Jannik Kögel zum Beispiel, der zunächst für das „Adidas Future Team“ arbeitete und nun seit fünf Jahren in der Abteilung „Athlete Services“ des großen Sportartikelherstellers aus Herzogenaurach mitwirkt. Dort betreut der 30-Jährige derzeit professionelle AthletInnen, er berät bei der Wahl der richtigen Schuhe und nimmt Rückmeldungen entgegen, die er im nächsten Schritt in die Entwicklung neuer Produkte einfließen lässt. „Oft bin ich unterwegs bei den Vereinen, manchmal auch bei Weltmeisterschaften oder Olympischen Spielen“, erzählt Kögel. Andere Tage verbringt er im Labor. Sein Schlüssel in diesen abwechslungsreichen Berufsalltag: der Abschluss M.Sc. Human Technology in Sports and Medicine an der Deutschen Sporthochschule Köln.

Am 15. Juli endet nun die Frist zur Bewerbung für die Teilnahme an der nächsten Runde des englischsprachigen Studiengangs, aus dem Jahr für Jahr etwa 30 Fachleute für ein wachsendes Berufsfeld hervorgehen: Die Arbeit an der Schnittstelle zwischen Mensch und Sportgerät. „Sehr, sehr gut“ sei diese Ausbildung, sagt Kögel auf die Frage nach den Perspektiven der AbsolventInnen, denn man könne „sowohl in die Sportindustrie als auch in die medizinische Richtung gehen.“ Ähnlich sieht es auch Professor Wolfgang Potthast: Die am Institut für Biomechanik und Orthopädie ausgebildeten Fachleute seien einfach „sehr gut darin, Fragen zu beantworten, zu denen Ingenieure und Designer oft nichts sagen können“, sagt der Studiengangsleiter und spricht von einem Alleinstellungsmerkmal des Masters. „Die Vernetzung mit der Industrie und die Durchlässigkeit auf den dortigen Arbeitsmarkt“ seien einzigartig. Tatsächlich gibt es in jedem Jahrgang etliche Studierende, die ihre Masterarbeiten und im Anschluss oftmals auch Promotionen in Kooperation mit großen Unternehmen schreiben. Und dabei sind nicht nur die bekannten Sportartikelhersteller an dieser speziellen Expertise interessiert. Mehr und mehr nehmen ganz unterschiedliche Industriezweige die Stärken der Spezialisten aus Köln-Müngersdorf in den Fokus. „Fast überall, wo Menschen und Technik interagieren, ist biomechanisches Wissen relevant“, erläutert Potthast und berichtet: „Nachdem wir vor fünf, sechs Jahren in der Wahrnehmung der Industrie keine Rolle gespielt haben, passiert es inzwischen immer häufiger, dass Unternehmen aktiv auf uns zugehen und fragen: Habt ihr nicht jemanden? Zum Beispiel die Automobilbranche.“ So beschäftigen Audi, Ford und andere Autohersteller AbsolventInnen des M.Sc. Human Technology in Sports and Medicine, weil moderne Autos bequem und ergonomisch sinnvoll bedienbar sein müssen. Das große Motiv, das in Zukunft noch an Bedeutung gewinnen wird: ein möglichst harmonisches Zusammenspiel der Technologie mit dem menschlichen Körper.

Kevin Backes ist ebenfalls solch ein Experte. Der 27-Jährige nimmt neben seiner Arbeit für die Firma Velamed am Human Technology Master teil. Velamed bedient Marktbereiche, die mit dem Thema Bewegungsanalyse in Kontakt kommen, berät Reha-Zentren oder Labore, die biomechanische Verfahren anwenden oder entsprechende Geräte anschaffen wollen. „Das ist ein sehr anerkannter Master, in dem man ein sehr gutes Grundlagenwissen erhält“, berichtet Backes, der besonders schätzt, dass „der Master stark praxisorientiert und wenig verschult“ ist. Es gibt Kooperationen mit der Technischen Hochschule Köln im Bereich Materialkonstruktion und der FH Remagen für die Bereiche Programmieren, Informatik und Datenmanagement. Programme wie CAD und MathLab werden auch von den großen Unternehmen benutzt und die Daten, mit denen in der Ausbildung gearbeitet wird, stammen aus der industriellen Praxis. „Wir bilden zwar keine reinen Ingenieure aus,

aber in vielen Bereichen können unsere Leute gut mit den Ingenieuren mithalten und sie haben ein besonderes Spezialwissen“, sagt Potthast. Türen öffnen können aber vor allem die Verbindungen zu den Unternehmen. Regelmäßig werden PraktikantInnen zu Adidas vermittelt, es gibt Kontakte zu Under Armour in Portland, Oregon, wo ebenfalls Einjahrespraktika absolviert werden können.

Dennoch ist die Bewerbung für den Master neuerdings ohne zuvor bestandenen TOEFL-Test möglich. Das Zertifikat kann vor Studienbeginn nachgereicht werden. Obwohl der Studiengang englischsprachig ist, sind rund 70 Prozent der Teilnehmer Deutsche. „Mittelfristig wünsche ich mir aber eine Quote von 50 Prozent“, erzählt Potthast, der glaubt, dass dieser Ausbildungszweig noch einmal einen Schub erhalten wird, wenn der neue Institutsleiter Professor Dr. Uwe Kersting mit in die Lehre einsteigt.

„Etwas auf die Beine stellen“

Warum studentisches Engagement mehr bedeutet, als nur den Semesterbeitrag zu bezahlen. Das Campusleben der Sporthochschule ist geprägt durch die gemeinsamen Momente. In der Spike-Ball-AG kämpfen wir um jeden Ball, beim SpoHoetry-Slam feiern wir poetische Feuerwerke, und auf dem Adventsmarkt trinken wir für den guten Zweck. Es gibt unglaublich viele Möglichkeiten, die wir nur zu gerne nutzen. In dieser Fülle von Angeboten übersehen wir schnell einmal den Aufwand, der dort betrieben wird. Hier sind Studierende in ihrer Freizeit bereit sich zu engagieren, um diese Events zu realisieren. Dieses Engagement ist essentiell für die Sporthochschule. Ohne die freiwillige Beteiligung einiger würde der Hochschulalltag nicht so aussehen wie wir ihn kennen: Ob die Einführungswoche, das BIG BATTLE, der Adventsmarkt oder der International Day – keine dieser Veranstaltungen könnte ohne HelferInnen stattfinden. Planung und Durchführung liegen zum großen Teil in studentischer Hand. Doch um mitzumachen, muss man nicht zwingend in einem Orga-Team sein.

„Studentisches Engagement beginnt schon mit der Vollversammlung“, sagt Steffi Haberstock, Referentin für Internationales des Allgemeinen Studierendenausschusses (AStA). Sich einzubringen und mitzugestalten gehört für die SGP-Studentin (B.A. Sport und Gesundheit in Prävention und Therapie) so selbstverständlich zu ihrem Studium wie der Sport. Wie alle ReferentInnen des AStAs wurde Steffi, nach ihrer Bewerbung, durch Abstimmung des Studierenden Parlaments (StuPa) berufen. Dieses wiederum wird von allen Studentinnen und Studenten der Sporthochschule gewählt und ist das oberste beschlussfassende Organ der Studierendenschaft. „Alle Studierenden haben gemeinsam die Verantwortung, jemanden zu wählen, der das vertritt, was sie möchten“, gibt Steffi zu bedenken, denn das StuPa beschließt die Agenda der nächsten Monate, die dann durch den AStA umgesetzt wird. Man kann sagen, dass „das StuPa die Legislative ist, während wir (der AStA) die Exekutive sind“, bringt es Steffi lächelnd auf den Punkt. Der AStA ist damit gewissermaßen der professionelle Arm der studentischen Mitgestaltung.

Dieses umfangreiche Engagement der aktuell zehn ReferentInnen wird auf 450-Euro-Basis vergütet, wodurch sich eine Arbeitszeit von ungefähr zehn Stunden pro Woche ergibt. Einbringen können und sollen sich aber natürlich auch alle anderen, um die Entwicklung der Sporthochschule im Kleinen wie im Großen mitzubestimmen. Auch hierfür ist der AStA der Ansprechpartner: „Wir freuen uns immer, wenn Kommilitonen auf uns zukommen und Ideen oder Vorschläge haben“, sagt Steffi.

An dieser Stelle verdeutlicht ein Bild den Barfußtag, eine von vielen Aktionen auf dem SpoHo-Campus, der vom Asta organisiert wird. Wer sich einbringen will, kann sich jederzeit beim AStA melden!

Neben StuPa und AStA gibt es aber noch andere Wege sich einzubringen. Da sind die AStA-HelferInnen, die allen TeilnehmerInnen beim Eignungstest mit Rat und Tat zur Seite stehen und lauthals anfeuern. In der wohl verdienten Einführungswoche haben dann die Tutis, unter Leitung des AStA-Referenten für ErstsemesterInnen (aktuell: Dominik Grill), das Programm auf die Beine gestellt. Sie sind eine ehrenamtliche Gruppe Studierender, die die Neuankömmlinge während ihres Studienstarts unterstützt. Auch wenn sich einige beispielsweise im StuPa und bei den Tutis engagieren, so sind diese dennoch eigenständige Gruppen und nicht identisch. Wer Lust hat, neue Menschen kennenzulernen, andere zu unterstützen oder einfach nur seine Fremdsprachenkenntnisse etwas aufzubessern, der kann sich beim International Office melden und am „Buddy-Programm“ teilnehmen. Hier bekommt man einen „Buddy“ zugeteilt, der sein Auslandssemester an der Sporthochschule absolviert, und der/die sich über Unterstützung und Begleitung freut. Sich zusätzlich zum Studium einzubringen, bietet jeder/jedem Einzelnen die Möglichkeit, die eigene Universität mitzugestalten und nebenbei wertvolle Erfahrungen für das spätere Berufsleben zu sammeln. Die Sporthochschule ist eine dynamische Institution, die durch ihre Studierenden, ProfessorInnen und MitarbeiterInnen lebendig wird und sich stetig im Wandel befindet. Es gibt viele Möglichkeiten, diesen Wandel aktiv mitzugestalten. „Kommt auf uns zu, diskutiert mit und bringt Eure Vorstellungen mit ein, damit unser Campus auch unser Campus bleibt“, sagt die AStA-Referentin Steffi.

Ruhmreich, aber arm

Eine Studie des Instituts für Sportökonomie und Sportmanagement zeigt eindrucksvoll: Die Mehrzahl deutscher TopathletInnen muss mit sehr bescheidenen Einkünften auskommen.

Als „Weckruf“ bezeichnet Dagmar Freitag, die Vorsitzende des Sportausschusses im Deutschen Bundestag, die Studie, die Professor Dr. Christoph Breuer, PD Dr. Pamela Wicker und Sören Dallmeyer unter dem Titel „Die Lebenssituation von Spitzensportlern und –Sportlerinnen in Deutschland“ veröffentlicht haben. Im Durchschnitt verdienen die deutschen Topathletinnen und -athleten laut der in Kooperation mit Dr. Michael Ilgner von der Deutschen Sporthilfe durchgeführten Umfrage gerade einmal 7,41 Euro in der Stunde. Und ihre Arbeitszeiten wären für die meisten ArbeitnehmerInnen völlig inakzeptabel. Werden Aufwand für Schule, Studium, Ausbildung oder Berufsausübung zu Trainings- und Wettkampfzeiten hinzugerechnet, kommen die SportlerInnen auf eine 56-Stunden-Woche. „Wenn man diese Zahlen mit anderen Sektoren vergleicht und die Bedeutung des Spitzensports berücksichtigt, dann ist dieses Einkommen für so viel Aufwand natürlich sehr gering. An dieser Stelle wäre es sinnvoll, über zusätzliche staatliche und privatwirtschaftliche Fördermaßnahmen nachzudenken“, folgert Pamela Wicker aus den Ergebnissen. Das Fundament der Studie, die am Institut für Sportökonomie und Sportmanagement durchgeführt wurde, ist eine Befragung unter 4.253 KaderathletInnen, von denen 1.368 die Fragen beantworteten. In die Auswertung floss am Ende eine bereinigte Stichprobe von 1.079 Fragebögen ein, was der Studie eine sehr große Aussagekraft verleiht. Zielgruppe der Befragung waren alle AthletInnen, die von der Stiftung Deutsche Sporthilfe entweder finanziell gefördert werden oder immaterielle Förderung erhalten (z.B. Versicherungsschutz, Services, kostenfreie Seminare zur Berufsorientierung, Umgang mit Medien, Zugang zum Sporthilfe-Karriereportal „Sprungbrett Zukunft“). Dass das durchschnittliche Einkommen dieser besten deutschen SportlerInnen im Vergleichsjahr 2017 deutlich unter dem gesetzlichen Mindestlohn in Deutschland von 8,84 Euro lag, erscheint auf den ersten Blick regelrecht empörend. Aber natürlich gibt es einige relativierende Aspekte.

So wurden auch Kadermitglieder aus der Gruppe der Zwölf- bis 18-Jährigen befragt. Menschen dieser Altersgruppe haben außerhalb des Sports gar kein oder nur ein sehr geringes Einkommen. Und auch der auf den ersten Blick enorme Arbeitsaufwand lässt sich erst durch Vergleiche mit Lebensentwürfen jenseits des Spitzensports einschätzen. Viele FreizeitsportlerInnen bewältigen ebenfalls eine 50-Stundenwoche, wenn sie beispielsweise eine Ganztagschule besuchen, zweimal die Woche im Breitensportverein trainieren und an den Wochenenden an Wettkämpfen teilnehmen. Der Hauptbefund bleibt jedoch bedenklich: „Die Studie zeigt, dass sich viele Spitzensportler weiterhin am Existenzminimum bewegen, aber trotzdem jeden Tag hochmotiviert im Training stehen und Bestleistungen erbringen“, sagt der ehemalige Weltklasse-Badmintonspieler Marc Zwiebler, der der Athletenkommission des Deutschen Olympischen Sportbundes (DOSB) angehört. In jedem Fall stellt sich die Frage, ob die Gesellschaft ihre Olympia- und WM-Stars angemessen würdigt. Denn „der Spitzensport in Deutschland produziert öffentliche Güter: nationale Repräsentation, Stolz, Glücksempfinden und Vorbilder“, heißt es im Fazit der Studie, die das Bundesinstitut für Sportwissenschaft publiziert hat. Der Unterschied zu „den meisten anderen öffentlichen Gütern“ liege darin, dass „nicht der Staat und die Bevölkerung das Produktionsrisiko“ tragen, „sondern primär die AthletenInnen alleine“.

Einbußen in Altersvorsorge

Diese Bedingungen können abschreckend wirken, wenn SportlerInnen vor der Entscheidung stehen, ob sie viel Energie in eine ungewisse sportliche Karriere und die vage Hoffnung investieren sollen, vielleicht irgendwann an Olympischen Spielen teilzunehmen. Nicht selten erscheint es für die eigene Lebensplanung sinnvoller, alle Kräfte in Ausbildung, Studium und eine berufliche Karriere zu investieren. Und nicht zuletzt brechen etliche AthletInnen ihre Karrieren vorzeitig ab, um eine stabile berufliche Existenz aufzubauen, denn im Alter von 30 Jahren haben sie oft schon viel verloren. „Berücksichtigt man die sportbezogenen Ausgaben, so lässt sich für die Altersspanne von 18 bis 30 Jahren ein kumulierter Verzicht der AthletenInnen alleine beim Bruttoarbeitsverdienst (d.h. ohne

beispielsweise weiteren Verzicht auf Altersvorsorge) von durchschnittlich 57.990 Euro berechnen“, schreiben die AutorInnen. Damit wird deutlich, dass der verspätete Berufseinstieg oft auch zu empfindlichen Abstrichen beim Aufbau einer stabilen Altersvorsorge führt. Die immer noch weit verbreitete Vorstellung, dass WeltklasseathletInnen automatisch in dieser entrückten Welt landen, in der vergoldete Steaks verspeist und Urlaube auf Privatyachten gemacht werden, geht weit an der Realität vorbei. Wahr ist vielmehr, dass die Lebensbedingungen von WeltmeisterInnen oder MedaillengewinnerInnen bei Olympischen Spielen oftmals sehr bescheiden sind.

Weitere Informationen:

Viele LeistungssportlerInnen in Deutschland arbeiten viel, verdienen aber wenig. Das ergab eine Umfrage der Deutschen Sporthilfe unter KaderathletInnen.

https://www.sporthilfe.de/fileadmin/pdf/Studien/Akzeptanz_des_Spitzensports_in_Deutschland_2017.pdf

Revolution im Kraftraum

Industrieroboter und Wissen aus dem Institut für Biomechanik und Orthopädie könnten schon bald zu grundlegenden Änderungen im Trainingsalltag des Spitzensports, in Fitnessstudios und Rehasentren führen.

Die Schwächen des klassischen Trainings an den Gewichten im Kraftraum liegen auf der Hand. „Man drückt gegen irgendwas, wo irgendein Kilo-Wert draufsteht, aber keiner weiß genau, was für Kräfte dabei eigentlich im Körper entstehen“, sagt Dr. Björn Braunstein vom Institut für Biomechanik und Orthopädie an der Deutschen Sporthochschule Köln. Selbst SpezialtrainerInnen und PhysiotherapeutInnen wüssten in der Regel nicht, welchen Belastungen ein Muskel beim Drücken einer Beinpresse oder bei der Arbeit am Ab-Coaster ausgesetzt ist und welche Kräfte auf Gelenke und Knochen wirken. Zu unterschiedlich sind die individuellen Voraussetzungen, zu komplex ist das Zusammenspiel der Gelenke und der Muskeln mit anderen Gewebestrukturen. „Das ist Raten“, glaubt Braunstein, der gemeinsam mit Prof. Dr. Kirsten Albracht an einem vom Bundesministerium für Bildung und Forschung geförderten Projekt forscht, das das Krafttraining fundamental verändern könnte. Im Spitzensport, im Gesundheitssport, in der Reha. Gemeinsam mit dem Institut für Regelungstechnik an der RWTH Aachen, dem Unternehmen BEC GmbH und dem Roboterhersteller KUKA entwickeln Braunstein und Albracht am Institut für Biomechanik und Orthopädie Trainingsapparaturen, mit denen es möglich wird, die individuelle Konstitution der Trainierenden, eventuelle Vorschädigungen und die physiologischen Veränderungen innerhalb der Übungen in die Steuerung der Intensität zu integrieren. „Mit einer entsprechenden Sensorik sind wir in der Lage, Belastungen zu erkennen, die auf einzelne Gelenke, einzelne Muskelgruppen und auf das Zielgewebe einwirken“, berichtet Albracht. Darauf reagiert das adaptive Trainingsgerät in Echtzeit, so dass der Trainingsreiz schon bei der nächsten Wiederholung angepasst werden kann. Mit einem solchen Vorgehen lässt sich das Training von SpitzenathletInnen und von FreizeitsportlerInnen optimieren, besonders profitieren dürften aber PatientInnen in großen Gesundheitszentren. So ist etwa nachgewiesen, dass die Kräftigung bestimmter Beinmuskulaturgruppen die Schmerzen bei Kniearthrosen reduzieren kann; allerdings besteht bei entsprechenden Übungen zugleich die Gefahr, dass der Knorpel noch weiter beschädigt wird. Braunstein spricht von einem „geschlossenen Regelkreis“, mit dem sich solche unerwünschten Nebeneffekte umgehen lassen: Auf der Grundlage der Echtzeitdiagnostik steuern lernende Algorithmen nicht nur die Trainingsintensität, sondern auch ganz exakt die Belastungen in zuvor definierten Gelenkbereichen. So lässt sich über Winkeleinstellungen festlegen, ob die Belastung eher auf der Innenseite einer Gelenkfläche oder eher außen liegen soll. Oder ob der Widerstand in einer bestimmten Phase einer Bewegung besser verringert werden sollte, um sensible Geweberegionen zu schonen. „In Zukunft ist ein ganz neues Finetuning des Trainings möglich“, sagt Albracht.

Marktreife in zwei Jahren

Das technische Herzstück der Innovation ist ein Roboter der Augsburger Firma KUKA, bei dem es sich im Prinzip um das gleiche Gerät handelt, das auch in vielen Fabriken zum Einsatz kommt – etwa bei der Herstellung von Autos. Ausgestattet wird der Roboterarm allerdings mit anderen „Werkzeugen“, im Fall der Beinpresse mit einer flachen Sensorplatte. Wobei das Gerät theoretisch jede Krafttrainingsmaschine ersetzen kann, denn er bewegt sich völlig frei und kann Widerstände in alle Richtungen aufbauen und mit unterschiedlichsten Griffen, Hebeln oder Platten ausgestattet werden, die der Trainierende dann bewegt. Und das ist nicht nur für Physiotherapiezentren und Reha-Kliniken interessant, sondern auch für Fitnessstudios und natürlich für den Hochleistungssport. Möglich werden ganz neue Trainingsformen, zum Beispiel mit variierenden Widerständen innerhalb einer Übung. Ein Sprinter, der im Kraftraum bisher nur einzelne Muskelgruppen trainieren konnte, hat künftig die Möglichkeit, seinen individuellen Bewegungsablauf beim Rennen vermessen zu lassen. „Und dann drückt der Roboter funktional genau in der Konfiguration, die der Sprintbewegung der Sportlerin oder des Sportlers entspricht“, sagt Braunstein. Er glaubt, dass die meisten TrainerInnen noch gar nicht ahnen, welche Möglichkeiten ihnen in den kommenden Jahren zur Verfügung stehen werden. Bis es so weit ist, wird nun vor allem an Sicherheitsfragen geforscht, die bei den

Krafttrainingsrobotern auch deshalb eine besonders große Rolle spielen, weil es sich nicht alleine um ein Sportgerät handelt, sondern um eine Apparatur für den medizinischen Gebrauch. In einem nächsten Schritt werden KUKA und der Ingenieursdienstleister BEC, der zusammen mit dem Institut für Regelungstechnik der RWTH Aachen die Software entwickelt, ein marktreifes Produkt herstellen. Etwa zwei Jahre wird es noch dauern, bis die Revolution im Krafraum dann endgültig Fahrt aufnehmen wird.

Ist eSport wirklich Sport? - Ein hochschulinternes Pro & Contra

Schach, Darts und jetzt eben eSport. Über die Frage, ob es sich dabei um echte Sportarten handelt, sind hitzige Debatten entbrannt. Unlängst hat der Deutsche Olympische Sportbund, Herr über die olympischen Sportarten, nochmals seine ablehnende Haltung zum eSport als Sportart bekräftigt. Auch an der Deutschen Sporthochschule Köln gibt es gegensätzliche Meinungen und Ansätze. Zwei stellen wir hier vor.

Pro

„Der eSport ist kein Ersatz für traditionellen Sport, sondern eine Ergänzung – vergleichbar mit dem Schieß-, Schach- und Motorsport. Von daher ist es legitim zu sagen: eSport ist Sport!“ - Univ.-Prof. Dr. Ingo Froböse, Leiter des Instituts für Bewegungstherapie und bewegungsorientierte Prävention und Rehabilitation

Der Deutsche Olympische Sportbund verweigert dem eSport bislang die Anerkennung als Sportart. Ein häufig genanntes Argument: Dem eSport fehle die „eigene, sportartbestimmende motorische Aktivität“. Wie unsere Forschung zeigt, liegt diese jedoch vor, wenn auch nicht so offensichtlich wie zum Beispiel im Fußball. Die Aktivität ist deutlich kleinräumiger. Professionelle eSportlerinnen und eSportler erreichen bis zu 400 zielgerichtete Aktionen in der Minute mit Maus und Tastatur. Wer diese Geschwindigkeiten selbst einmal erreicht hat, wird den motorischen Anspruch im eSport nicht mehr infrage stellen. Hinzu kommen die kognitiven Anforderungen, die weitere Parallelen zum traditionellen Sport deutlich werden lassen.

Ein eSportler benötigt unter anderem kurze Reaktionszeiten, wie ein Sprinter an der Startlinie; eine gute Wahrnehmung und Auffassungsgabe, wie ein Quarterback, der den freien Mitspieler sucht; ein hohes Maß an Konzentration und die Fähigkeit, unter Stress Leistung zu erbringen, wie jeder Athlet im klassischen Sport auch.

Ein weiterer Aspekt, der dem eSport nachteilig ausgelegt wird, ist die Einhaltung ethischer Werte. Dies scheint auf den ersten Blick bei sogenannten Egoshootern durchaus nachvollziehbar, da dort virtuell auf menschliche Gegner geschossen wird. Jedoch beinhaltet der eSport unter anderem auch Strategiespiele und Simulationen klassischer Sportarten. Den gesamten eSport pauschal als unethisch zu bezeichnen, ist demnach nicht korrekt; zumal hinterfragt werden muss, ob es prinzipiell ethisch eher zu vertreten ist, wenn sich Boxer in ihrer Sportart gegenseitig so stark schlagen, dass sie bewusstlos werden, oder in manchen Disziplinen des Sportschießens mit realen Waffen auf Tierattrappen geschossen wird. Ist es dann nicht harmloser, wenn eSportlerinnen und eSportler auf dem Bildschirm mit der Maus auf Pixel klicken, auch wenn dabei Feuergefechte simuliert werden? Zu Schaden gekommen ist dabei bislang zumindest noch niemand.

Mit der Anerkennung von eSport als Sport geht oftmals die Auffassung einher, dass der eSport anstatt anderer Sportarten ausgeübt wird. Diese Idee ist der falsche Ansatz. Der eSport ist kein Ersatz für traditionellen Sport, sondern eine Ergänzung – vergleichbar mit dem Schieß-, Schach- und Motorsport.

Von daher ist es legitim zu sagen: eSport ist Sport!

Contra

„Mir ist kein Verständnis von Sport bekannt, mittels dessen man sagen könnte, dass eSport eine Sport-Veranstaltung ist. eSport ist ein riesiges Geschäft und nichts weiter.“ - Univ.-Prof. Dr. Volker Schürmann, Leiter der Abteilung Philosophie im Institut für Pädagogik und Philosophie

Selbstverständlich kann man diese Frage nicht direkt mit Ja oder Nein beantworten. Selbstverständlich hängt die Antwort davon ab, was man unter Sport versteht. Es sollte heutzutage

selbstverständlich sein, dass man nicht einfach eine Definition von Sport voranstellen kann, um dann jene Frage mit „Ja“ oder „Nein“ zu beantworten. Man handelt sich dann sofort die Folgefrage ein, warum man gerade diese Definition wählt, und nicht eine der zahllosen anderen. Es hilft dann nicht, nur Recht haben zu wollen. Deshalb setzt jede Antwort auf die Frage, ob eSport wirklich Sport ist, einen Appell an ein gemeinsam geteiltes Verständnis von Sport voraus. Mir ist kein Verständnis von Sport bekannt, mittels dessen man sagen könnte, dass ein Musikwettbewerb eine Sport-Veranstaltung ist. Musikerinnen und Musiker müssen filigran ihr Instrument beherrschen, sie sind aufgeregt oder cool, sie verbrauchen jede Menge Kalorien während eines solchen Wettbewerbs und vieles mehr – all das macht aus einer Musik-Veranstaltung keinen Sport. Das gleiche gilt für den Science Slam. Da ging es sogar um Sportwissenschaft, aber auch das macht daraus keinen Sport. Mir ist kein Verständnis von Sport bekannt, mittels dessen man sagen könnte, dass eSport eine Sport-Veranstaltung ist. ESport ist ein riesiges Geschäft und nichts weiter. Wohlgermerkt: Mit(!) dem Sport kann man riesige Geschäfte machen. Er wird dann kommerzialisiert, und zu viel Kommerzialisierung gefährdet ihn als Sport. Aber der eSport wird nicht kommerzialisiert, sondern er ist(!) ein Geschäft. Möglicherweise kann man streiten, ob der eSport tatsächlich nichts weiter als ein riesiges Geschäft ist. Immerhin gilt er als Teil der Jugendkultur. Man müsste dann gut begründen, dass es mehr ist als ein einziges Geschäft mit Jugendlichen. Der Vorbehalt ist klar: Beim Gamen bleibt kein Moment von Kultur übrig.

Selbst wenn man dies anders sieht: Mir ist kein Verständnis von Sport bekannt, das aus dem Gamen ein Sport-Spielen macht. Ein Spielen mit Figuren – Halma, Monopoly, Siedler von Catan etc. pp. – ist kein Sport-Spielen. Warum sollte ein Spielen mit virtuellen Figuren, und seien dies im Einzelfall auch Sportfiguren, ein Sport-Spielen sein? Wer dafür plädiert, den eSport als Sport aufzufassen, wie dies selbstverständlich die Lobby-Arbeiter des eSport-Bundes Deutschland und auch Teile des Deutschen Olympischen Sportbundes tun, der verfolgt Geschäftsinteressen, und weiter nichts.

Wie gesund sind eSportlerInnen?

Pünktlich zum Start der virtuellen Bundesliga stellt die Deutsche Sporthochschule Köln die erste eSport-Gesundheitsstudie vor.

Markus ist 25 Jahre alt, spielt seit vielen Jahren an der Konsole, im Winter rund drei Stunden am Tag, im Sommer etwas weniger. Damit ist der Bachelorstudent ein Durchschnittsgamer: männlich, jung, gut gebildet. Zudem ist er neben dem Sitzsport vor dem Bildschirm im realen Sport auf dem Basketballplatz, im Krafraum oder auf dem Rad anzutreffen. Was es bedeutet, die langen Sitzzeiten durch Bewegung auszugleichen, lernt er im Studium und hat er schon am eigenen Leib erfahren. „Als ich diesen Ausgleich aufgrund einer Verletzung nicht machen konnte, habe ich mich deutlich unwohler und ungesünder gefühlt“, sagt er. Genau diese subjektiven Erfahrungen belegt die „eSport Studie 2019“: Erstmals haben WissenschaftlerInnen der Deutschen Sporthochschule Köln das Trainings- und Gesundheitsverhalten von eSportlerInnen aus dem Amateur- und Profibereich systematisch erfasst.

Das Institut für Bewegungstherapie und bewegungsorientierte Prävention und Rehabilitation beschäftigt sich seit fünf Jahren mit der eSport-Forschung. „Wir wollen herausfinden, was die Spielerinnen und Spieler brauchen, welche Fähigkeiten sie auszeichnen“, erklärt Institutsleiter Univ.-Prof. Dr. Ingo Froböse. Die Angaben von fast 1.200 eSportlerInnen sind in die eSport Studie 2019 eingeflossen. Knapp über die Hälfte der Befragten erreicht das von der Weltgesundheitsorganisation empfohlene Mindestmaß von 2,5 Stunden Bewegung pro Woche. „Damit liegt unsere Stichprobe in etwa auf dem Niveau der Gesamtbevölkerung in Deutschland. Allerdings sehen wir beim Bewegungsverhalten, aber auch bei der Ernährung und beim Schlaf noch Verbesserungspotenzial“, konstatiert Froböse. So schlafen Gamer zum Beispiel im Schnitt 40 Minuten weniger pro Nacht als die Vergleichsgruppe, auch die Schlafqualität fällt häufig schlecht aus. Das sind Warnsignale, die für den Gesundheitspartner des Projekts, die AOK Rheinland/Hamburg, von Interesse sind. „Als Gesundheitskasse möchten wir die Erkenntnisse aus der eSport-Forschung zur Gesundheitsförderung und Prävention nutzen, unter anderem für Arbeitswelt und Schule“, sagt Rolf Buchwitz, AOK Rheinland/Hamburg.

Als eine erste Maßnahme hin zu ganzheitlichen Trainingskonzepten für eSportlerInnen haben die WissenschaftlerInnen einen Leistungstest entwickelt, der u.a. Reaktionsschnelligkeit, Wahrnehmung und körperliche Fitness erhebt. Zahlreiche Amateure und Profis wurden bereits getestet, das Interesse der deutschen Clubs, die nun in der virtuellen Bundesliga unterwegs sind, ist groß. Denn: Die WissenschaftlerInnen sind überzeugt davon, dass ein gezieltes Training nicht nur die allgemeine Fitness und Gesundheit der eSportlerInnen verbessert, sondern auch die Leistung an der Konsole. Ein Argument, das auch die SpielerInnen interessieren dürfte.

Von Damaskus in die Biomechanik-Werkstatt

Seit zweieinhalb Jahren macht Amer Kashma seine Ausbildung zum Elektroniker an der Deutschen Sporthochschule Köln. Bei seinen Arbeitsprojekten ist Kreativität gefragt, denn sie sind oft außergewöhnlich und meistens einzigartig.

Wenn Amer Kashma morgens um 7:30 Uhr seinen Dienst an der Sporthochschule antritt, dann herrscht im Untergeschoss des IG NawiMedi schon reger Betrieb. Zu dritt sitzen sie dort in der Elektro-Werkstatt des Instituts für Biomechanik und Orthopädie und beschäftigen sich mit der Elektronik von Forschungsgeräten. Amer, sein Azubi-Kollege Alexander und Ausbilder Thomas Förster nutzen Datenblätter und reden über Sensoren, Verstärker oder Taktgeneratoren. Mit solchen Begriffen ist man vertraut, wenn man eine Ausbildung zum Elektroniker für Geräte und Systeme macht. Amer Kashma macht diese Ausbildung. Im Wechsel arbeitet er rund drei Monate an der Sporthochschule und geht dann einen Monat in die Berufsschule in Bonn. „In meiner Ausbildung geht es darum, Elektronik zu verstehen. Wenn man die Grundlagen der Elektronik verstanden hat, dann versteht man auch vieles, was darüber hinausgeht“, sagt der 24-Jährige.

Dass er heute in Deutschland über die Vorzüge einer Elektroniker-Ausbildung schwärmen würde, hätte sich Amer vor einigen Jahren wohl nicht gedacht. Er ist halb Syrer, halb Jordanier und erst vor fünf Jahren als Geflüchteter nach Deutschland gekommen. In seiner Heimatstadt Damaskus, der Hauptstadt Syriens, hatte er damals gerade die Schule abgeschlossen und den Plan zu studieren. Dass er in Damaskus für seine Vorstellung eines nicht-korrupten Syriens demonstrierte, durchkreuzte seine Pläne. „In Syrien ist es verboten zu demonstrieren. Ich habe es trotzdem gemacht, und deshalb musste ich fliehen. Andernfalls wäre ich wahrscheinlich verhaftet worden“, berichtet er. Auf dem Weg zum Rest seiner Familie nach Schweden, wurde er in Deutschland „erwischt“, wie er sagt, und musste bleiben. Im Nachhinein eine glückliche Fügung, denn er fühlt sich wohl mit seiner Ausbildung in Köln.

Besonders spannend findet er die Projekte, an denen er in der elektronischen Entwicklungswerkstatt arbeitet. Oft sind sie außergewöhnlich, weil in der Werkstatt des Instituts für Biomechanik und Orthopädie die Elektronik für Bauteile von Forschungsprojekten gebaut wird, die es bisher nicht gab. Die Wissenschaftler kommen mit einer Idee in die Werkstatt, und Amer setzt diese Idee dann in Zusammenarbeit mit seinen Kollegen um. „Zuletzt haben wir an einer Art Stolpergerät gearbeitet. Dieses Gerät sollte jemanden auf Knopfdruck auf einem Laufband zum Stolpern bringen“, beschreibt Amer.

Außergewöhnlich war auch Amers bisheriges Lieblingsprojekt: Zusammen mit seinem Azubi-Kollegen sollte er durch Treten der Pedale eines Fahrrads einen großen Luftventilator in Gang setzen und gleichzeitig dahinter ein Licht aufleuchten lassen, das sich je nach Trittfrequenz verändert. Kurz gesagt: Je schneller, desto roter und desto mehr Gegenwind. Das Ergebnis dieser verrückten Idee kann man mittlerweile im Deutschen Sport & Olympia Museum ausprobieren. „Es gab dieses Fahrrad zwar schon früher, aber damals war es über ein Programm gesteuert, das sehr fehleranfällig war. Mit unserer neuen Elektronik funktioniert es jetzt sehr gut“, sagt Amer stolz.

Im Vergleich zu anderen Ausbildungsstätten, bei denen oft identische Bauteile an ein und derselben Stelle aneinander gelötet werden müssen, sei die Ausbildung an der Sporthochschule wegen solcher Projekte besonders interessant. Statt monotoner Lötarbeiten wird gebrainstormt, kreativ diskutiert, und manchmal kommt eben ein Fahrrad mit leuchtender Gegenwindanlage dabei heraus. „Herr Förster sagt immer, wir haben nach der Ausbildung das Wissen eines Meisters nur ohne den Meisterbrief“, sagt Amer und schmunzelt. „Herr Förster kommt immer zu uns Azubis, wenn es ein neues Projekt gibt. Wir haben eine Tafel bei uns in der Werkstatt, an der er uns viel zeigt und zum Beispiel das Innenleben von Geräten erklärt“, sagt Amer. Verglichen mit seinen Mitschülern hat er auch deshalb in vielen Bereichen mehr Erfahrung. Er könnte sogar seine Ausbildung verkürzen, doch das will er nicht: „In einem halben Jahr lernt man hier so viel. Das möchte ich nicht verpassen und lieber noch an einigen Projekten mitarbeiten.“ Mit 24 bleibt für die Zukunftsplanung auch noch Zeit.

Ein Ziel steht für Amer aber schon heute fest: Irgendwann möchte er gerne noch studieren. Er möchte seine Leidenschaft für die Elektronik und seine Kenntnisse aus der Ausbildung mit seinem Hobby, dem Filmen, verbinden. „Egal was passiert, man sollte immer motiviert sein. Auch wenn mal was schief läuft, sollte man immer versuchen, sich weiterzuentwickeln und positiv in die Zukunft blicken“, sagt er. Dass er diese Einstellung lebt, merkt man ihm an. Sie hat ihn nach Deutschland geführt, sie hat ihn nach Köln geführt und sie hat ihn in die elektronische Entwicklungswerkstatt der Sporthochschule geführt. Der einzige Wermutstropfen: Nach dem Umzug in den Keller des NawiMedi kann er die tolle Aussicht von seinem ehemaligen Arbeitsplatz und Lieblingsort an der Sporthochschule, dem 11. Stock des IG I, nicht mehr bei der Arbeit genießen. In den Pausen bleibt aber noch heute Zeit für einen kurzen Abstecher.

Ausbildungsstätte Sporthochschule

Derzeit bildet die SpoHo sechs Auszubildende aus. Zwei Fachangestellte für Medien- und Informationsdienste, Fachrichtung Bibliothek in der ZBSport, zwei Industriemechaniker, Fachrichtung Geräte und Feinwerktechnik in der elektronischen Entwicklungswerkstatt des Instituts für Biomechanik und Orthopädie und zwei Elektroniker für Geräte und Systeme.

www.dshs-koeln.de/berufsausbildung

„Köln ist das Herz Europas, und dieser Rolle wollen wir gerecht werden“

Köln besitzt sechs staatliche Hochschulen. Darüber hinaus zahlreiche private und eine kirchliche Hochschule. Die Domstadt ist damit zusammen mit Berlin und München einer der drei größten Hochschulstandorte in Deutschland. Hinzu kommen zahlreiche bedeutende außeruniversitäre Forschungseinrichtungen. Mit rund 100.000 Studierenden und über 3.000 Wissenschaftlerinnen und Wissenschaftlern zählt die Kölner Region zu den größten und innovativsten Wissenschaftsregionen in Deutschland und Europa. Köln ist aber auch ein bedeutender Wirtschaftsstandort, der vor allem von seiner geografischen Lage und herausragenden Verkehrsanbindung durch Auto, Bahn, Flugzeug und Schiff profitiert. Das Sichtbarmachen dieser Wissenschafts- und Wirtschaftspotenziale ist das Ziel der Kölner Wissenschaftsrunde (KWR) – ein Zusammenschluss der Kölner Hochschul- und Forschungseinrichtungen sowie der Stadt Köln und der Industrie- und Handelskammer. Zahlreiche Angebotsformate bringen den Kölner Bürgerinnen und Bürgern neueste Erkenntnisse aus der Wissenschaft näher. „Wir wollen Wissenschaft greifbar und erlebbar machen“, sagt die KWR-Vorsitzende Prof. Dr. Elisabeth Fröhlich. Ob bürgernahe Vorlesungen bei Wissenschaft im Rathaus, Exkursionen, Vorträge und Führungen im Rahmen der Kölner Themenwochen oder Vorträge an außergewöhnlichen Orten in der Reihe Wissenschaft in Kölner Häusern. Neu hinzugekommen ist in diesem Jahr die Wissenschaftsshow, die am 19. Mai im Konzertsaal der Hochschule für Musik und Tanz Köln stattfindet. „Mit der Wissenschaftsshow haben wir ganz bewusst ein Unterhaltungsformat gewählt. Wir sind gespannt, wie die Show angenommen wird“, so Fröhlich. Ein weiterer Kerngedanke der Kölner Wissenschaftsrunde ist die intensive Vernetzung der Wissenschaftseinrichtungen untereinander sowie der Wissenschaft mit der Wirtschaft. Ziel ist die Stärkung des Profils sowie die Konkurrenzfähigkeit von Köln als Wissenschaftsstandort. „Wir möchten mit unserer Netzwerk- und Öffentlichkeitsarbeit einen aktiven Beitrag zur Entwicklung einer zukunftsfähigen Stadtgesellschaft leisten“, so die KWR-Vorsitzende.

Sie möchte das Wissenschaftsprofil Kölns weiter stärken: Prof. Dr. Elisabeth Fröhlich, Vorsitzende der Kölner Wissenschaftsrunde (KWR). Das Interview führte Lena Overbeck.

Lena Overbeck: Frau Fröhlich, was zeichnet die KWR aus?

Elisabeth Fröhlich: Wir haben in Köln mit die größte Dichte an Universitäten, Hochschulen und Forschungseinrichtungen in Deutschland. In den letzten Jahren ist es uns gelungen, unsere Kräfte zu bündeln und gemeinsam interessante Formate auf die Bahn zu bringen, die die Stärken der einzelnen Einrichtungen hervorheben und sichtbar machen. Dabei bauen wir auch auf Formate, die an den Mitgliedsinstitutionen stattfinden. Wir können zu allen gesellschaftlichen Problemstellungen Lösungsvorschläge anbieten, das wollen wir deutlich machen – die KWR forscht für Köln, seine Bürgerinnen und Bürger und Unternehmen.

Lena Overbeck: Was sind die Ziele, die die Kölner Wissenschaftsrunde verfolgt?

Elisabeth Fröhlich: Das habe ich schon ein wenig in der ersten Frage angerissen. Wir fühlen uns verpflichtet, einen Mehrwert für den Standort Köln zu liefern, der sich aus den herausragenden Forschungs- und Lehrleistungen unserer Mitglieder ergibt. Wir wollen Köln sichtbar machen, Köln ist das Herz Europas, und dieser Rolle wollen wir gerecht werden. Wir sind ein attraktiver Studien-, Forschungs- und Wirtschaftsstandort, der viel für seine Bürger und Unternehmen leisten kann. Diese Vision wollen wir sichtbar machen!

Lena Overbeck: Sie sind Präsidentin der Cologne Business School. Warum engagieren Sie sich für die KWR?

Elisabeth Fröhlich: Weil ich an diese Vision glaube, meine Kolleginnen und Kollegen sehr schätze und das Potential erkannt habe, das wir hier in Köln vereinen. Ich bin dankbar für das in mich gesetzte Vertrauen, dass ich an dieser Vision mitarbeiten und eigene Impulse setzen darf.

Lena Overbeck: Was sind Ihrer Meinung nach die Programm-Highlights in diesem Jahr?

Elisabeth Fröhlich: Auf jeden Fall unsere Europa-Wochen. Das Thema Europa liegt mir persönlich sehr am Herzen, wir müssen als KWR unserer gesellschaftlichen Verantwortung gerecht werden und zu den Ereignissen der jüngsten Zeit Stellung nehmen. Ich möchte keine Veranstaltung besonders herausheben – wir bieten vom Thema Altern, Sport bis zur Bedeutung der Medien im Brexit-Austrittsszenario alles an. Wir möchten allen Bürgerinnen und Bürgern Kölns eine Plattform bieten mitzudiskutieren, einbezogen zu werden, die eigenen Ängste und Fragen mit unseren Expertinnen und Experten zu diskutieren, um Europa wieder auf ein festes Fundament zu stellen.

Hochschule Digital

„Ich google das mal schnell.“ Das Beschaffen von Informationen hat sich grundlegend gewandelt. Wo früher das Buch oder ein anderes Druckerzeugnis aufgeschlagen wurde, wird heute das Handy gezückt oder der Laptop angeschmissen. Suchmaschinen, allen voran Google und YouTube, gehören heute in allen Altersgruppen zum Alltag. Auch die Art zu lernen, hat sich verändert. Stichwort: E-Learning – das Lernen mit Hilfe digitaler und elektronischer Medien. Auch an den Hochschulen ist E-Learning nicht mehr wegzudenken. Aktuell hat das NRW-Landesministerium für Kultur und Wissenschaft eine Digitalisierungsoffensive an den Hochschulen gestartet und stellt bis 2021 jährlich zusätzlich 50 Millionen Euro, danach jeweils 35 Millionen Euro zur Verfügung. An der Deutschen Sporthochschule Köln sind Jurek Bäder und Conny Reißler für die Unterstützung der Digitalisierung in Studium und Lehre zuständig. Angesiedelt sind die beiden in der Stabsstelle für Akademische Planung und Steuerung, Abteilung Studium und Lehre. Während früher mit dem Online-Campus, abgelöst durch den Learning Space, eine reine Download-Plattform zur Verfügung stand, bietet heute das Online-Lernmanagementsystem Moodle vielseitige Funktionen. Unter anderem ermöglicht es Lehrenden, Onlinekurse mit dynamischen Lerninhalten bereitzustellen. Und genau hierbei sollen die Lehrenden zukünftig noch gezielter unterstützt werden. Wie, das berichten Conny Reißler und Jurek Bäder im Interview mit Lena Overbeck für den KURIER.

Auf ein Signal hin springt Julius (24) mit einem flachen Kopfsprung ins Wasser, geht in die Tauchgleitphase über und dann in das Brustschwimmen. Nach vier Schwimmzügen klettert er aus dem Becken und schaut sich seine Bewegungsausführung, die mitgeschnitten wurde, auf dem Tablet an. Schwimmdozentin Ilka Staub gibt ihm ein direktes Feedback. Die Digitalisierung ist längst auch an den Hochschulen angekommen. Neben traditionellen Lehr- und Lernangeboten erlangt E-Learning einen wachsenden Einfluss. An der Deutschen Sporthochschule Köln sind Jurek Bäder (33) und Conny Reißler (46) für die Unterstützung der Digitalisierung in Studium und Lehre zuständig. Im Interview erzählen die beiden, welche vielfältigen Formate möglich sind, wie sie die Lehrenden bei der Erstellung von dynamischen Lerninhalten unterstützen können und warum die Digitalisierung wichtig und richtig ist.

Frage: Nicht nur die Art der Kommunikation und Informationsbeschaffung hat sich grundlegend verändert, auch beim Lernen wird verstärkt auf elektronische Medien zurückgegriffen. Was bedeutet das für die Universitäten?

Jurek Bäder: Die Veränderungen für Universitäten zeigen sich meiner Meinung nach in dem allgegenwärtigen Informationszugriff und in einem neuen Verständnis der Informationsbereitstellung. Wir leben in einer Informationsgesellschaft – wir haben einen permanenten Zugriff auf eine scheinbar unendliche Fülle an Informationen. Welche Qualität diese Informationen haben, ist eine andere Frage. Für Hochschulen bedeutet das aus meiner Sicht zwei Dinge. Erstens: Einen Zuwachs von Konkurrenz um Wissen. Im Internet gilt ja oftmals derjenige als Experte, der gehört und geklickt wird. Wenn andere Institutionen oder Personen stärker wahrgenommen werden als die Universitäten, kann das von Nachteil sein. Die Fragen hier lauten: In welcher Form werden Publikationen heute rezipiert? Wie werden wissenschaftliche Beiträge wahrgenommen? Wo und wie werden sie im Internet überhaupt gefunden? Die zweite wichtige Herausforderung, der sich Universitäten stellen, ist die Frage nach der Vermittlung von Kompetenzen in der Mediennutzung. Also: Wo finde ich Informationen, und wie bewerte ich diese hinsichtlich ihrer Qualität? Das ist zum Beispiel ein großes Thema bei der Erstellung von Hausarbeiten, wenn es um geeignete Quellen geht.

Conny Reißler: Und natürlich: Die Digitalisierung ist eine Chance für neue Zugänge des Lernens, also eine Erweiterung. Jeder Mensch hat unterschiedliche Talente und lernt anders. Die einen kriegen Inhalte besser mit, wenn sie zuhören, die anderen müssen eher lesen, und wieder andere lernen am besten multimedial, mit Videos oder Podcasts. Ein großer Vorteil dabei ist ja, dass Tempo, Ort und Uhrzeit individuell bestimmt werden können.

Frage: Sie sind an der Sporthochschule für die Digitalisierung in Studium und Lehre zuständig. Was heißt das konkret? Was genau beinhaltet Ihre Aufgabe?

JB: Wir sind keine Dienstleister, die im Auftrag arbeiten und digitale Lerninhalte erstellen. Da fehlen uns die zeitlichen Kapazitäten, aber auch die inhaltliche Kompetenz. Ich könnte jetzt zum Beispiel keine E-Learning-Einheit zum Thema Sportpsychologie erstellen. Da bräuchte ich schon den inhaltlichen Input der Lehrenden. Und genau das machen wir: Wir unterstützen die Lehrenden bei der Erstellung von digitalen Lehr- und Lerninhalten, sowohl technisch als auch mediendidaktisch. Dazu bieten wir zum einen regelmäßige Workshops im Rahmen der hochschuldidaktischen Weiterbildung an, beraten aber natürlich auch individuell.

CB: Wenn eine Lehrperson eine konkrete Idee hat, was sie gerne digital umsetzen möchte, dann setzen wir uns zusammen und besprechen, welche Form sich dafür am besten eignen würde. Ist das geklärt, helfen wir auch gerne bei der Umsetzung und bieten natürlich die entsprechende Infrastruktur. Wir verleihen Kameras, Tontechnik, es gibt Schnittplätze und ein unkompliziertes Live-Stream-System, das neu in unserem Portfolio ist. Der Inhalt muss von den Lehrenden kommen und wir können dann eine technische und/oder methodische Unterstützung bieten.

JB: Unser langfristiges Ziel ist, die Lehrenden zu befähigen, selbständig digitale Inhalte zu erstellen. Hilfe zur Selbsthilfe. Viele, die anfangs regelmäßig zu mir gekommen sind, kommen jetzt nur noch mit High-End-Fragen. Da soll es hingehen.

Frage: Ist der Sportbereich prädestiniert für elektronische Lerninhalte. Stichwort: Bewegungsdemonstration?

CB: Ja, das denke ich schon. Wenn es um die praktische Umsetzung geht, dann kann die Sprache an ihre Grenzen kommen und es ist unter Umständen viel einfacher, etwas visuell aufzuzeigen, statt umständlich zu erklären. Oder eben beides. Wie anfangs schon gesagt, es geht ja um eine Erweiterung.

JB: Ich glaube, dass man im Sportbereich vielleicht etwas besser mit Veränderungen umgehen kann. Gerade im professionellen Sport kommt unterschiedlichste Technik zum Einsatz, und es ist bei den Lehrenden hier an der Sporthochschule eine Grundoffenheit vorhanden. Der Aufgabenbereich ist sehr vielfältig, die Möglichkeiten sind fast unbegrenzt.

CB: Spannend wird es auch, wenn dann unsere neue Drohne zum Einsatz kommt – bestimmte Bewegungsabläufe von oben oder von der Seite mitfliegend aufzuzeichnen, das ist doch genial.

Frau Beißler, Sie drehen als freiberufliche Bildgestalterin dokumentarische Projekte, Musikclips, Web- und Onlineformate. Was reizt Sie an der Stelle hier an der Sporthochschule?

CB: Wenn wir Filme gucken, hat das meist einen Unterhaltungscharakter. Eine weitere Ebene hineinzubringen, etwas Neues zu sehen und zu lernen, das finde ich sehr spannend. Und auch die Überlegung, wie das Produkt sinnvoll in den Hochschulkontext einzubetten ist. Was ich immer faszinierend finde, sind Körper und Bewegung im Raum, und da ist die Sporthochschule natürlich ein perfekter Platz. Ab dem nächsten Semester biete ich Seminare für Lehrende und Studierende an, in denen es auch um die Erstellung kleiner Filmchen gehen wird, darauf freue ich mich.

Herr Bäder, Sie haben Medientechnik und Medienmanagement studiert. Kann man sagen, dass Ihre Kollegin der kreative Part ist und Sie mehr für das Technische und Organisatorische zuständig sind?

JB: (lacht) Nein. Wir haben schon unterschiedliche Bereiche: Conny ist hauptsächlich für die Unterstützung von Videoproduktionen zuständig und ich kümmere mich schwerpunktmäßig um Moodle. Aber ob das eine jetzt mehr oder weniger kreativ ist als das andere ...

CB: Klar ist Filmen auch eine kreative Leistung. Aber ohne Technik kriegt man die Kamera auch nicht ans Laufen.

Frage: Wie digital sind Sie beide unterwegs?

JB: Ich bin sehr digital unterwegs. Es gibt kaum noch etwas, das ich analog mache. Auch meinen privaten Rechner benutze ich mittlerweile eher selten, ich mache fast alles über mein Smartphone.

CB: Bei mir ist es nicht viel anders. Das Smartphone benutze ich viel. Dann habe ich noch ein iPad und einen Laptop für Gelegenheiten, wo ich ein bisschen mehr Bild brauche. Es geht auch nicht mehr anders. Mittlerweile bekomme ich sogar Aufträge über WhatsApp.

Frage: Was glauben Sie, wohin die Reise noch geht? Sind Dozierende bald überflüssig und studiert wird zuhause im stillen Kämmerlein?

JB: Das ist ein Szenario, das gerne als Argument gegen E-Learning verwendet wird. Das ist die Angst: „Dann schaffen wir uns ja selbst ab“. Das ist meiner Meinung nach falsch. Dozierende haben schon immer ihre Vorlesungen und somit Teile ihrer Lehre als Skripte veröffentlicht. Und wenn sie ein Lehrbuch schreiben, wo alles drin steht, was es über das Thema zu wissen und zu vermitteln gilt, dann haben sie sich ja auch noch nicht abgeschafft. Die Digitalisierung zeigt eigentlich viel mehr, dass es genau andersherum ist. Die, die nicht digital arbeiten, verpassen irgendwann den Anschluss. Ich glaube, man muss vielmehr die positiven Aspekte in den Mittelpunkt rücken. Digitalisierung kann in vielerlei Hinsicht auch eine Erleichterung für die Dozierenden sein, und Wissensgebiete werden nicht eingeschränkt sondern erweitert. Außerdem brauchen wir Experten, die diese Fülle an Informationen richtig einordnen. Und Wissen wird ja auch ständig weiterentwickelt. Es ist ja nicht so, dass man eine Sache einmal erforscht und dann ist sie für die nächsten zwanzig Jahre so.

CB: Ich sehe das genauso. Eine Kombination aus digitalen und nicht-digitalen Inhalten ist optimal. Und der persönliche Kontakt ist meiner Meinung nach sowieso durch nichts zu ersetzen. Viele Fragen ergeben sich erst durch eine persönliche Interaktion. Und ein Studium ist ja auch nicht nur reine Wissensvermittlung. Der Erwerb von sozialen Kompetenzen und die Persönlichkeitsbildung gehören genauso dazu.

JB: Und im Sportbereich ist es sowieso noch einmal anders. Ich lerne nicht Schwimmen, indem ich mir Videos angucke. Da muss ich auch mal ins Wasser hüpfen.

Small Talk von Volker Schürmann

Neulich haben real existierende Kölner in aller Öffentlichkeit (docupy/#Heimatland) die Frage gestellt, wie man mit real in Köln lebenden Menschen umgehen soll, die nicht einmal Rheinländer, geschweige denn Kölner sind. Und? Was gibt es da so spitz zu betonen? Das wird man doch noch fragen dürfen, oder? Plasberg hat es sogar sehr laut gefragt: Heimat Deutschland – nur für Deutsche offen oder offen für alle? Und? Das ist krass, aber fair, oder? Diese alltagsrassistische Frage liegt in der Luft – da ist es doch die verdammte Pflicht und Schuldigkeit des WDR, solche Fragen aufzugreifen und auf dem besten Sendeplatz herauszuposaunen, oder? Zumal es ja Unterschiede im rassistischen Unterton gibt. Bei „Biodeutschen“ mit blauen Augen ist es irgendwie leichter zu ertragen als bei denen von weiter weg, wenn sie Kölsch weder verstehen noch trinken.

Deshalb wird man immer wieder daran erinnern und sagen müssen, dass der Rechtsstaat von der Errungenschaft lebt, dass die Idee des Staatsvolks gerade nicht durch ethnische Zugehörigkeit bestimmt ist, sondern dadurch, dass Staatsbürger einer gemeinsamen Verfassung unterworfen sind. Selbst die territoriale Grenze eines Staates ist bloß die Organisationsform, den Geltungsraum einer Verfassung konkret zu halten. Denn selbstverständlich kann man als Staatsbürger der Bundesrepublik auch in Ankara oder sonstwo leben. Kurzum: Demos ist nicht Ethnos, und das ist auch gut so. Es braucht dann weder Blutsverwandtschaft noch eine gemeinsame Gesinnung, um miteinander Staatsbürger gleicher Rechte zu sein. Vor allem: Nur wer Bürger*in gleicher Rechte ist, deren individuelle Gesinnungen sind im Rahmen der Verfassung geschützt vor andererseits Zumutungen, auch wenn es denen gar nicht passt, was man so denkt, sagt und tut. Wäre ja noch schöner, wenn man nicht auch in Köln richtiges Bier trinken dürfte.

Deshalb wird man immer wieder und zu gegebenem Anlass daran erinnern und sagen müssen, dass die Grundidee der Europäischen Union nicht darin liegt, aus primär ökonomischen Interessen verschiedene Ethnien zusammenzupferchen. Die in Brüssel mögen eine Politik machen, die einen aufregt. Das wird man auch sagen dürfen. Aber sie wollen uns nicht ans Blut und nicht an die Gesinnung. Die EU ist ein Verbund vieler eigenständiger Verfassungsräume, der sich daran abarbeitet, diese Vielfalt miteinander verträglich und produktiv zu machen. Dieses Bemühen treibt im Kleinen gewiss manche Stilblüte (krumme Gurken), aber im Großen ist die EU für ihr Bemühen immerhin mit dem Friedensnobelpreis ausgezeichnet worden. Das ist wahrlich nicht nichts. Ein Verbund von Vaterländern wäre das Gegenteil. Das alles löst noch kein einziges Problem. Selbstverständlich ist es eine harte Frage, wie man als Kölner mit denen aus Düsseldorf umgehen soll oder was man als Dortmunder gegenüber denen aus Schalke anderes außer Mitleid empfinden soll. Klar! Aber klar ist auch: Staatsvolk statt ethnische Zugehörigkeit ist die zurzeit beste aller möglichen Grundlagen zur Lösung unserer aller Probleme im alltäglichen Miteinander.

Der Rennfahrer auf dem Einrad

Wenn Luis Albers über seine Sportart spricht, dann sprüht er förmlich vor Begeisterung. Der 20-jährige SpoHo-Student ist leidenschaftlicher Einradfahrer, ein sogenannter Unicyclist. Was viele im ersten Moment in den Zirkus oder die Akrobatik sortieren, betreibt Luis Albers als Leistungssport. Und: Seit dem letzten Sommer hat er sogar einen Weltmeistertitel im Einradfahren vorzuweisen. Bei der Einrad-WM in Südkorea holte er über die 10-Kilometer-Distanz die Goldmedaille, über die Marathondistanz wurde er Vizeweltmeister. Angefangen hat alles mit einem Geschenk: „Als ich sieben Jahre alt war, hat mir mein Vater ein Einrad geschenkt. Darauf habe ich dann überall und ständig geübt und habe mich recht schnell weiterentwickelt“, erinnert sich Luis. Über einen Zeitungsartikel wurde die Familie dann auf den Düsseldorfer Verein Vanny und dessen Einradhockeymannschaft „Die Stachelbären“ aufmerksam. Diese Disziplin ist, neben den Renndistanzen, mittlerweile zu Luis' großer Leidenschaft geworden. Seit zwölf Jahren trainiert und spielt er mit seinem Düsseldorfer Team, eine Art Ligabetrieb in Turnierform mit deutschen Meisterschaften gibt es auch. Dabei kommt ihm zugute, dass er den Hockeyschläger ursprünglich auf dem Eis zum Einsatz brachte. Bis zum Alter von 14 spielte er leistungsorientiert Eishockey bei der Düsseldorfer EG, dann tauschte er die Eishockeymontur gegen das Einrad. „Das Verrückte und auch Spannende am Einradsport ist, dass es rund 25 verschiedene Disziplinen gibt“, sagt Luis, „zum Beispiel Einrad-Freestyle; hier fährt man alleine oder als Paar eine Kür oder Performance zu Musik. Es gibt an die Leichtathletik angelegte Disziplinen wie Einrad-Weitsprung, Einrad-Hochsprung, 100, 400, 800 Meter, Marathon. Auf dem Einrad gibt es fast keine Grenzen. Es sind schon Leute von der Zugspitze mit einem Einrad runtergefahren, andere fahren mit dem Einrad über eine Slackline“, schildert Luis die breite Vielfalt. Für seine Rennen trainiert der Bachelorstudent individuell, schreibt eigenständig seine Trainingspläne: „mal eine 30-Kilometer-Ausfahrt am Wochenende oder ein Intervalltraining am Rhein“. Im Einradhockey gibt es zwei Trainingseinheiten pro Woche mit seiner Mannschaft. Speziell ist auch das Equipment, denn für die verschiedenen Disziplinen gibt es unterschiedlich große Einräder: die kleinen 20-Zoll-Räder fürs Einradhockey, 24-Zoll-Räder für die Disziplinen auf der Tartanbahn und 28-Zoll-Räder für die langen Strecken. „Wenn ich von meinem Sport erzähle, reagieren die meisten sehr überrascht, wissen häufig gar nicht, dass es das gibt“, erzählt Luis, „dann finden es die meisten aber sehr interessant und spannend. Negative Kommentare wie ‚Das ist doch Zirkus‘ oder ‚Das ist nur was für Mädchen‘ kommen sehr, sehr selten.“ Auch an der SpoHo schauen viele ungläubig, wenn Luis mit seinem Einrad auf dem Campus unterwegs ist, aber „hier sind alle sehr offen gegenüber neuen oder außergewöhnlichen Sportarten“. Generell schätzt der Sportmanagement- und -Sportkommunikations- Student an der SpoHo vor allem die Gemeinschaft: „Man trifft immer bekannt Gesichter auf dem Campus und geht sehr freundschaftlich miteinander um.“ Ähnlich erlebt er die Einrad-Community. Über die Teilnahme an zahlreichen Turnieren, deutschland- und weltweit, hat er Kontakte in der ganzen Welt geknüpft. Zudem sei Einradhockey eine der wenigen Sportarten, bei denen gemischte Teams an den Start gehen und die man in jedem Alter betreiben könne. Im Wettkampffahr 2019 hat Luis ehrgeizige sportliche Ziele: „In meiner Titelsammlung fehlt noch ein EM-Titel. Diesen möchte ich gerne bei der EM in den Niederlanden über zehn Kilometer oder im Marathon holen.“ Außerdem nimmt der Düsseldorfer den Weltrekord auf der Marathondistanz ins Visier. „Ich bin hier zweimal knapp gescheitert. Auf der flachen Strecke in Holland will ich es erneut versuchen“, kündigt Luis an. Eine Stunde, 40 Minuten und 39 Sekunden gilt es zu unterbieten. Übrigens, kleiner Fun Fact zum Schluss: Der Weltrekord im Einradhochsprung liegt bei 1,42m – das ist höher, als die Männer beim SpoHo-Eignungstest hochspringen müssen.

Doppelter Landespreis

Die herausragenden sportwissenschaftlichen Leistungen von Dr. Bettina Rulofs und Univ.-Prof. Dr. Mario Thevis von der Deutschen Sporthochschule Köln hat das Land Nordrhein-Westfalen mit dem Landespreis für Sport und Wissenschaft gewürdigt. Bettina Rulofs vom Institut für Soziologie und Genderforschung erhielt die Auszeichnung für ihre Arbeit in den Bereichen „Gender und Diversity im Sport“ sowie „Prävention und Intervention sexualisierter Gewalt im Sport“. Den Preis in der Kategorie Lebenswissenschaften erhielt Mario Thevis vom Institut für Biochemie für seine Verdienste in der Anti-Dopingforschung und Dopingprävention.

Personal

Einstellung:

- » Sonia Stroh, Dezernat 1, Abt. 1.1, 15.11.2018
- » Ingrid Welsch, Dezernat 1, Abt. 1.1, 01.12.2018
- » Burkhard Nawroth, Dezernat 3, Abt. 3.5, 01.02.2019

Weiterbeschäftigung:

- » Annika Voß, Institut für Kreislaufforschung und Sportmedizin, 10.04.2019
- » Mark Sander, Institut für Biomechanik und Orthopädie, 01.01.2019

Ausscheiden:

Dr. Jörg Krieger, Institut für Sportgeschichte, 31.03.2019

Ruhestand:

Univ.-Prof. Dr. Otmar Bock, Institut für Physiologie und Anatomie 31.03.2019

Meldungen

Hochschulinterne Fördermaßnahmen in Forschung und Lehre. Mehr als 140.000 Euro hat die Deutsche Sporthochschule Köln im Rahmen ihrer hochschulinternen Forschungsförderung bewilligt. 15 der 37 eingereichten Anträge erhielten in der Bewerbungsrunde 2018/19 den Zuschlag. Das Gesamtbudget verteilt sich auf insgesamt fünf Förderlinien, die in ihrer Ausrichtung und Dauer NachwuchswissenschaftlerInnen in den unterschiedlichen Phasen ihrer wissenschaftlichen Karriere unterstützen sollen. Zudem wurden drei Anträge für eine Förderung in den Jahren 2019 und 2020 in dem Programm „Forschung und Lehre verbinden“ ausgewählt, für das Qualitätsverbesserungsmittel in Höhe von 30.000 Euro zur Verfügung standen. Eine Übersicht aller bewilligten Anträge finden Sie auf unserer Webseite unter „Meldungen“.

Fußball-EM 2020 fest im Blick

Das Institut für Trainingswissenschaft und Sportinformatik und der Deutsche Fußball-Bund (DFB) führen ihre langjährige erfolgreiche Kooperation mit einer dritten Kohorte des Zertifikatsstudiengangs „Spielanalyse-Team Köln“ an der Deutschen Sporthochschule Köln fort. Die 80 TeilnehmerInnen erwartet eine intensive, praxisnahe Ausbildung; sie werden u.a. in die Spielvision des DFB, die moderne Spielanalyse und das professionelle Scouting eingewiesen. Auch der Umgang mit Liveanalysen von Spielen ist Teil der Ausbildung.

Traueranzeige

Die Deutsche Sporthochschule Köln trauert um den ehemaligen Rektor Prof. Dr. Ernst Hojer, der am 1. Dezember 2018 im Alter von 88 Jahren verstorben ist, und um den ehemaligen Kollegen im Dezernat 3 Walter Vogt, der nach langer Krankheit im Alter von 65 Jahren verstorben ist.

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), Daniel Theweleit (Dt, -8553), Paul Weihermann (Pw, -6158), Arne Weise (Aw, -6158), Marilena Werth (Mw, -2080)

Layout

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

Auflage

2.500

Druck

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

Erscheinungsweise

Viermal im Jahr. Der nächste KURIER erscheint vsl. im Juni 2019. Eine PDF- und Online-Version finden Sie unter: www.dshs-koeln.de/kurier

Redaktionsschluss KURIER: 17.05.2019

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.