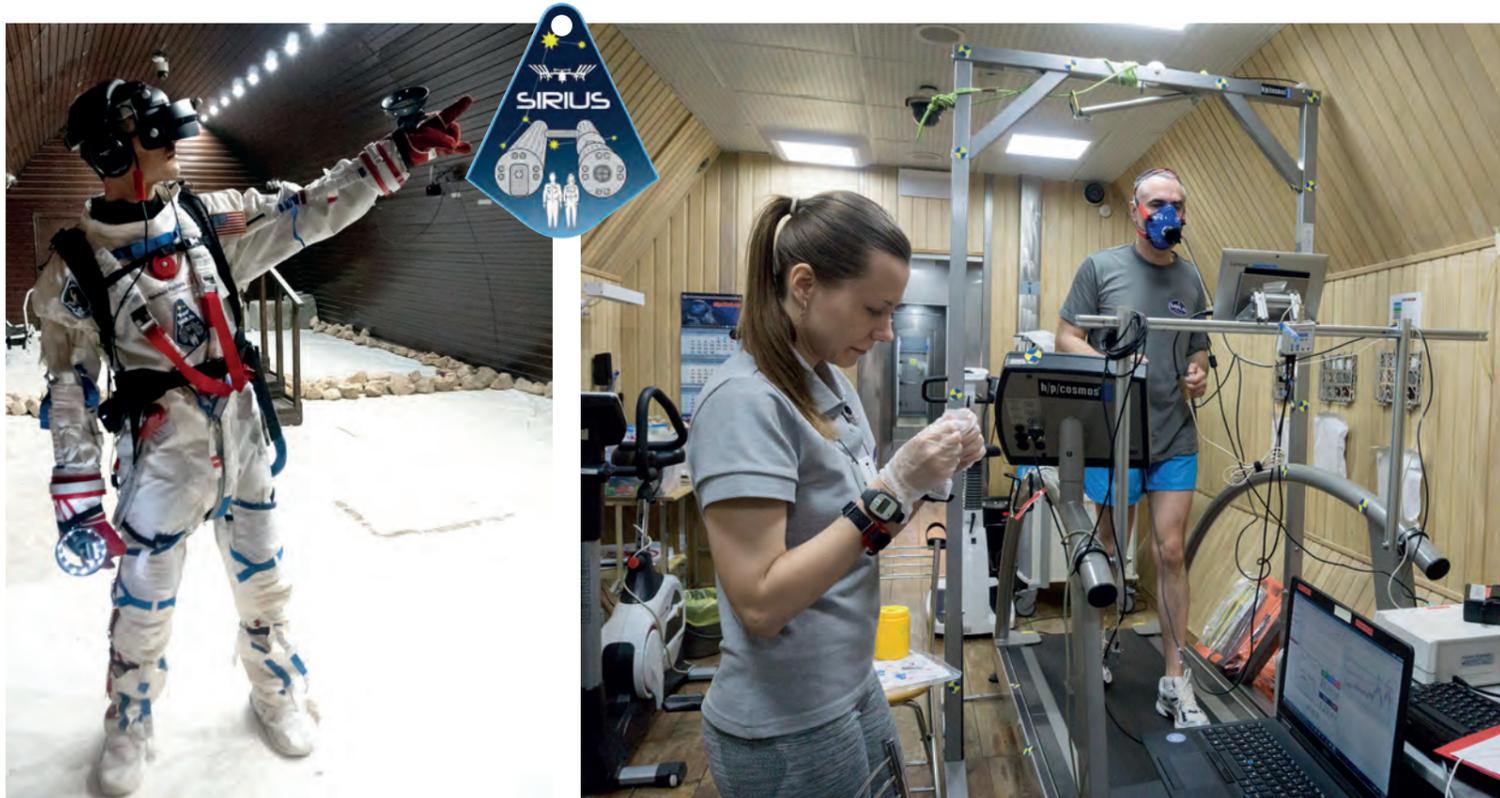


KURIER

Hochschulzeitung der Deutschen Sporthochschule Köln



Deutsche
Sporthochschule Köln
German Sport University Cologne



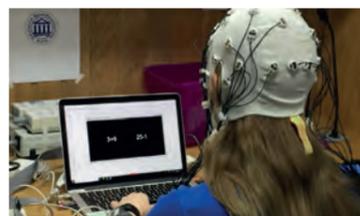
Mit Intervalltraining zum Mond

SpoHo-Wissenschaftler*innen forschen am IBMP in Moskau

Ein bisschen wie in einer russischen Sauna sieht es aus im Isolationsmodul des Instituts für biomedizinische Probleme (IBMP) in Moskau. Öffnet man die schwere metallene Eintrittsluke, sieht man Holz – wie in der Sauna – und komplexes technisches Equipment. Neben einem elektrischen Laufband steht ein Fahrradergometer, und auf einem kleinen Tisch findet man Utensilien zur Blutabnahme. Etwas entfernt schließen sich weitere fensterlose Containermodule an. Während der viermonatigen Isolationsstudie SIRIUS-19 lebten und arbeiteten sechs Proband*innen in dieser Umgebung, um die Effekte von Isolation unter weltraumähnlichen Bedingungen zu erforschen.

Mit an Bord waren zwei Experimente der Deutschen Sporthochschule Köln, die sich mit den körperlichen und den mentalen Auswirkungen von Isolation befassen. „Wir haben eine Fragestellung aufgegriffen, die derzeit auch auf der Internationalen Raumstation erforscht wird. Wir untersuchen die Veränderung von Herz-Kreislauf-, Atmungs- und Stoffwechselfparametern, ergänzt um den Faktor koordinative Leistungsfähigkeit bei körperlicher Arbeit“, erklärt Dr. Uwe Hoffmann vom Institut für Trainingswissenschaft und Sportinformatik. Er ist Studienleiter des Projekts CaReCS (Cardiorespiratory Regulation and Cognitive Skills). Zwar sei körperliches Training schon seit mehreren Jahrzehnten fester Bestandteil des Trainings und der Tagesroutine von Astronaut*innen und Kosmonaut*innen, es könne aber noch effizienter trainiert werden. Derzeit verbringe ein Astronaut täglich rund zwei Stunden seiner Arbeitszeit damit zu trainieren. Die Experimente der Sporthochschule sollen Ansätze für noch gezieltere Trainingsmethoden liefern. „Man geht heute eher mit der Philosophie ran, die Astronauten so zu trainieren, dass sie nach der Rückkehr zur

Erde wieder den ursprünglichen Trainingszustand erreichen“, erklärt Hoffmann. Denkt man an eine Expedition zum Mars oder an die Idee, längerfristig eine Raumstation auf dem Mond zu errichten, reiche Rehabilitationsfähigkeit allein nicht mehr aus. Astronaut*innen müssten für diese Missionen gezielt darauf vorbereitet werden, im All arbeitsfähig zu sein. Gerade bei solchen Langzeitmissionen gewinnen, neben der körperlichen Leistungsfähigkeit, mentale und kognitive Faktoren an Bedeutung. Denn sobald Astronauten an körperlicher Leistungsfähigkeit verlieren, kann sich das, neben anderen Faktoren, auf die Psyche niederschlagen. Dr. Vera Abeln vom Institut für Bewegungs- und Neurowissenschaft hat ihrem Projekt den Untertitel „Bodyfitness = Brainfitness“ gegeben. Im gemeinsamen Studiendesign mit Dr. Uwe Hoffmann beschäftigt sie sich damit, wie körperliche und mentale Fitness zusammenspielen.



„Wir wollen herausfinden, welche sportliche Betätigung für die kognitive und mentale Leistungsfähigkeit die gewinnbringendste ist“, erklärt Projektleiterin Dr. Vera Abeln.

Isolationssimulationen wie SIRIUS-19 stellen für solche Experimente optimale Bedingungen bereit: Zwar können auf der Erde die Effekte der Schwerelosigkeit nicht untersucht werden. Den getakteten Tagesablauf, die typische Weltraum-Kost, den eingeschränkten Bewegungsraum und die sozialen Herausforderungen von

Isolation zu simulieren, funktioniert aber gut. Bei SIRIUS-19 wurden mit Start der Mission die Eintrittsluken versiegelt und erst nach 122 Tagen wieder geöffnet. Ab diesem Moment konnten die Proband*innen nur noch mit Zeitverzögerung per Funk Kontakt mit der Außenwelt aufnehmen. Nachschub-Lieferungen kamen nur alle 30 Tage – natürlich simuliert als Andocken einer Raumkapsel. „Wenn man verstehen möchte, was Bewegung auslöst, welchen Wert Bewegung hat, dann ist das der angesagte Forschungsansatz. Kontrollierter als unter diesen Bedingungen haben wir es selten auf der Erde“, erklärt Hoffmann. Im Rahmen der Mission SIRIUS-19 arbeiteten Abeln und Hoffmann zum ersten Mal intensiv zusammen und mussten sich mit einem internationalen Team aus europäischen und amerikanischen Wissenschaftler*innen abstimmen. Jedem der rund 70 Experimente der Mission war nur ein kleines Zeitfenster zugeteilt, und sobald die Mission gestartet war, gab es nur wenig Gelegenheit nachjustieren. „Das sollte ja wirklich eine Missionssimulation sein. Wenn man im Weltraum so etwas macht, hat man auch nicht ständig die Möglichkeit, mit dem Operator, der den Versuch durchführt, oder dem Probanden zu kommunizieren“, sagt Hoffmann. Die beiden Wissenschaftler*innen mussten ihre Projekte deshalb im Vorfeld akribisch vorbereiten und die Proband*innen in den Tagen vor der Mission auf das Equipment schulen. In der Studie zur Sportphysiologie sollten die Proband*innen in zwei verschiedenen Walkinggeschwindigkeiten (3 oder 6 km/h) auf dem Laufband Intervalle oder kontinuierliche Protokolle laufen. Währenddessen sollten sie durch Knopfdruck mit dem linken oder dem rechten Daumen auf ein bestimmtes Signal reagieren. „Uns interessieren die Reaktionszeiten, wie schnell sie in der

Lage sind, das zu machen“, sagt Hoffmann. Zusätzlich wurden im Vorfeld und Nachgang kognitive und affektive Tests mit EEG-Aufzeichnungen durchgeführt. „Die Probanden mussten komplexe kognitive Doppelaufgaben lösen, gleichzeitig rechnen und auf einen Ton reagieren. Bei den affektiven Tests wurden den Probanden emotionsgeladene Bilder gezeigt. Über die Reaktion im EEG können wir feststellen, wie sich die Wahrnehmung dieser Bilder beziehungsweise die Verarbeitungsprozesse im Gehirn während der Isolation oder durch Sport verändern“, schildert Abeln. Außerdem wurden Fragebögen zur körperlichen und zur psychologischen Befindlichkeit ausgefüllt und Blut- und Speichelproben genommen. Weil gerade EEG-Daten sehr aufwändig zu analysieren seien, rechnen die Wissenschaftler*innen erst gegen Ende Dezember mit Ergebnissen ihrer Studien. Im Rahmen eines Workshops des Projektpartners DLR, dem in Köln beheimateten Deutschen Zentrum für Luft- und Raumfahrt, möchten sie ihre ersten Ergebnisse vorstellen. Neben dem Mehrwert für Langzeitmissionen im All könnten diese Ergebnisse auch für ganz alltägliche Situationen von Menschen auf der Erde interessant sein, ergänzt Abeln: „Weltraummissionen sind oft nur ein beschleunigender Prozess von dem, was wir auf der Erde im Alterungsprozess oder über einen viel längeren Zeitraum erleben. Und bei solchen extremen Missionen hat man die Chance, diese Prozesse unter Zeitraffer-Bedingungen zu untersuchen.“ Das Bewegungstraining aus dem All und die Erkenntnisse aus der Raumfahrtforschung könnten – als positiver Nebeneffekt – auch in der Behandlung und Prävention von psychischen Erkrankungen und Bewegungsmangelerkrankungen eingesetzt werden. MW

INHALT

FORSCHUNG | 2

Zehnjähriges Bestehen des Forschungsinstituts für Inklusion durch Bewegung und Sport

FORSCHUNG | 3

Porträt: der Mensch als bewegtes Wesen im Institut für Biomechanik und Orthopädie

STUDIUM | 4

SpoHo-Student Tim Jost als Fußballtrainer in Tansania

STUDIUM | 5

SpoHo-Student Johannes Grasser als Surfer mit Handicap

HOCHSCHULE | 6

Das Technische Gebäudemanagement stellt sich vor / Neue Abteilung für Trainingspädagogik und Martial Research

HOCHSCHULE | 7

Interview mit Rektor Univ.-Prof. Dr. Heiko Strüder

UND SONST... | 8

Kanutin und WM-Starterin Sophia Schmidt im Interview

TERMINE

Vorlesungszeitraum

Die Vorlesungszeit für das Wintersemester 2019/20 beginnt an der Deutschen Sporthochschule Köln am 7. Oktober 2019 und endet am 31. Januar 2020.

www.dshs-koeln.de/studienorganisation

Kein Stress mit dem Stress

Psychische Gesundheit im Leistungssport ist das Thema eines Fachforums unter Beteiligung der Deutschen Sporthochschule, das am 10. Oktober von 14 bis 18:30 Uhr im studio du mont in Köln stattfindet.

www.dshs-koeln.de/termine

4. SpoHo-Karrieretag

SpoHo-Studierende aller Studiengänge und den wissenschaftlichen Nachwuchs unterstützt der SpoHo-Karrieretag bei ihrer beruflichen Orientierung. Der 4. SpoHo-Karrieretag findet am 20. November statt.

www.dshs-koeln.de/skt

Hospitationswoche

Die Hospitationswoche richtet sich an studieninteressierte Schüler*innen und ermöglicht Einblicke in die Lehre an Deutschlands einziger Sportuniversität. Sie findet im Wintersemester vom 25. bis 29. November statt.

www.dshs-koeln.de/termine

Campustag

Der Campustag am 30. November ist ein Angebot für Schüler*innen der Jahrgangsstufen 10 bis 13. Sie erhalten Informationen zu den Bachelor- und Lehramts-Studiengängen der Sporthochschule, zum Bewerbungsverfahren und zu Berufsperspektiven.

www.dshs-koeln.de/campustag

Wie können Bewegung, Spiel und Sport die Teilhabe und Inklusion von Menschen mit Behinderungen fördern? Das ist das zentrale Anliegen von FIBS, dem Forschungsinstitut für Inklusion durch Bewegung und Sport. Das FIBS ist ein An-Institut der Deutschen Sporthochschule Köln, das vor Kurzem sein zehnjähriges Bestehen feierte. Viele Projekte sind in dieser Zeit entstanden, die vor allem ein Ziel verfolgen: Nachhaltigkeit. „Wir setzen den Forschungshebel da an, wo wir nachhaltig in der Lage sind, bestehende Strukturen für verschiedene Zielgruppen mit Beeinträchtigung besser zu verstehen – im organisierten Sport, im kommunalen Setting, in der Eingliederungshilfe und dem Gesundheitssystem“, erklärt Geschäftsführer Dr. Volker Anneken. Im Fokus der Forschungsarbeiten steht daher die Untersuchung der Rahmenbedingungen, wie Menschen mit Beeinträchtigung durch Sport und Bewegung mehr Teilhabe erfahren können. „Unsere Arbeit zeigt, dass eine aktive und selbstbestimmte Teilhabe am Sport im Wesentlichen davon abhängt, wie die Wohn- und Lebensumstände einer Person sind“, so Anneken, der das FIBS seit Beginn an leitet. „Die Frage der Anreise zu einem Sportangebot, die barrierefreien räumlichen Rahmenbedingungen vor Ort oder die Kommunikationsassistenten beim Sport selber sind Faktoren, von denen eine Teilhabe abhängig ist“, sagt die wissenschaftliche Leiterin des FIBS, Dr. Vera Tillmann. So bietet beispielsweise das Projekt MoBA niedrigschwellige Mobilitäts- und Bewegungsangebote im Alltag für Menschen mit kognitiven Beeinträchtigungen in betreuten Wohn-

formen. Das MoBA-Projekt wurde in den Jahren 2016 bis 2018 in Zusammenarbeit mit dem Institut für Bewegungs- und Neurowissenschaft der Deutschen Sporthochschule durchgeführt und von der Stiftung Wohlfahrtspflege NRW gefördert. Die Angebote finden weiterhin statt und der Kreis der Teilnehmer*innen steigt stetig.

Das am 28. November 2008 gegründete Forschungsinstitut ist als gemeinnützige Gesellschaft mit beschränkter Haftung organisiert. Gesellschafter sind die Gold-Kraemer-Stiftung, die Deutsche Sporthochschule Köln und die Lebenshilfe NRW. Das FIBS befindet sich in den Räumlichkeiten der Gold-Kraemer-Stiftung in Frechen-Buschbell – im ehemaligen Wohnhaus des Stifterehepaares Paul und Katharina Kraemer, auf dessen Idee das Forschungsinstitut gründet. Dort fand auch die Jubiläumsfeier mit zahlreichen Vertreter*innen aus Politik und Verwaltung, aus dem Sport, dem Sozialwesen und der Wohlfahrt sowie gemeinnützigen Organisationen.

„Inklusiven Strukturwandel voranbringen“

„Eine inklusive Gesellschaft muss bedeuten, dass wir unbefangen miteinander umgehen. Teilhabe ist entscheidend. Dazu hat das FIBS in NRW und darüber hinaus in den vergangenen zehn Jahren einen sehr erfolgreichen Beitrag geleistet“, sagte Nordrhein-Westfalens Gesundheits- und Sozialminister Karl Josef Laumann. Professorin Dr. Gudrun Doll-Tepper, Vizepräsidentin des Deutschen Olympischen Sportbundes: „In kürzester Zeit entstand in Deutschland ein einzigartiges Projekt, das Praxis und Wis-

Zehn Jahre Forschungsarbeit für mehr Teilhabe

„Sport ist ein zentraler Teil unseres Lebens und muss für jeden zugänglich sein.“



Dr. Vera Tillmann & Dr. Volker Anneken

senschaft eng miteinander verknüpft. Wir brauchen wissenschaftlich fundierte Erkenntnisse, um die Inklusion im organisierten Sport und darüber hinaus voranzutreiben.“ Für die Gold-Kraemer-Stiftung unterstrich ihr stellvertretender Vorstandsvorsitzender Dr. Gisbert von Abercron: „Es war das Anliegen unserer Stiftungsgründer Paul und Katharina Kraemer, durch eine praxisorientierte Forschung die Lebensqualität und Teilhabe von Menschen mit Beeinträchtigung spürbar zu verbessern. Als Stiftung möchten wir heute vor allem den Partnern und Förderern des FIBS herzlich dafür danken, dass wir gemeinsam in einem wachsenden Netzwerk den inklusiven Strukturwandel voranbringen.“ Ein zentrales Anliegen sei es nun, in Zukunft den Sport über die einzelnen Fachinstitutionen hinaus neu zu organisieren. „Vereine, aber auch die Schulen, Einrichtungen der Eingliederungs- und Altenhilfe, der Arbeitsplatz sowie nachbarschaftliche Netzwerke und damit der Sozialraum eine Menschen spielen eine entscheidende Rolle für die Teilhabe und Selbstbestimmung“, so Dr. Vera Tillmann. Gesellschaftliche Teilhabe wiederum fördere den Erwerb von berufsbezogenen Schlüsselkompetenzen. Denn auch das ist ein Ziel des FIBS, die Steigerung der Beschäftigungsfähigkeit von Menschen mit Beeinträchtigung. Aktuelle Daten des Teilhabeberichtes der Bundesregierung zeigen, dass 2015 13,4% der Menschen mit einem rechtlich zugeschriebenen Grad der Behinderung von mindestens 50% arbeitslos waren. Bei den Menschen ohne Beeinträchtigung waren es 8,2%. Geschäftsführer Dr. Volker Anneken: „Wir möchten

auch in den nächsten zehn Jahren Impulse setzen und zu einer inklusiveren Gesellschaft beitragen. Die Kooperation von Stiftung, Deutscher Sporthochschule Köln und Lebenshilfe NRW hat dabei für mich immer noch etwas Besonderes. Ich freue mich darauf, den Auftrag der Stiftungsgründer Paul und Katharina Kraemer auch in Zukunft umsetzen zu dürfen: gezielte Forschung für das Wohl, die Teilhabe und Selbstbestimmung der Menschen mit Beeinträchtigung.“ Lo



Dr. Steffen Willwacher bei einer biomechanischen Untersuchung von Weitspringern.

Hätte sich Samuel Koch bei „Wetten, dass...?“ etwas mehr nach oben abgedrückt, wäre sein verheerender Unfall nicht passiert. Mit Sprungfedern unter den Füßen wollte er mit einem Salto über fahrende Autos springen. Ein Sprung ging schief. Seitdem ist Koch querschnittsgelähmt. „Wir sollten damals mit dem vorhandenen Bildmaterial herausfinden, was schief gelaufen ist. Letztendlich war es wahrscheinlich ein Fehler in der Bewegungstechnik. Er ist zu wenig nach oben abgesprungen und hat sich zu früh eingerollt, um die Drehung zu erzeugen“, erklärt Dr. Steffen Willwacher vom Institut für Biomechanik und Orthopädie. Als Sachverständiger hatte er damals an einem biomechanischen Gutachten mitgewirkt, das die Ursache des Unfalls aufklären sollte. Fragt man Willwacher nach den eindrücklichsten Erlebnissen seiner Forschungsarbeit, so zählt dieses Gutach-

ten dazu. Weil die Situation bedrückend, seine Aufgabe gleichzeitig aber spannend war. Biomechanik, also das Wissen darüber, wie sich der Körper unter den Gesetzmäßigkeiten von Mechanik, Anatomie und Physiologie bewegt, kann nicht nur Unfallhergänge rekonstruieren, sondern ist die Basis vieler sportwissenschaftlicher Fragestellungen. Genau diese Vielfalt schätzt Willwacher an seiner Forschungsarbeit. Als Zehnkämpfer kam er 2004 zum Studium an die Sporthochschule und hatte sich zuvor zwischen Maschinenbau, Informatik und Sport für den Sport entschieden. Während eines Praktikums entdeckte er die Biomechanik für sich, weil sie seine drei Interessen kombinierte: „Mechanik ist ein Grundpfeiler von Maschinenbau, ich habe viel mit Sportlern zu tun, und ich programmiere relativ viel, um unsere Daten auszuwerten“, erklärt Willwacher. „Das ist das Coole an der Biomechanik.“ Wie bei dem Gutachten für „Wetten,

Biomechaniker mit Herzblut

Dr. Steffen Willwacher untersuchte 2012 Usain Bolt und forscht jetzt in Australien zur Biegesteifigkeit von Schuhsohlen.

„dass...?“ erkennt man in Willwachers Forschungsarbeit häufig direkt einen praxisrelevanten Mehrwert. So wird aufgrund einer Studie zum Beispiel das Design eines Laufschuhs verändert oder es werden Sportregeln angepasst. Beides hat der 35-Jährige schon erlebt. Dank intensiver Zusammenarbeit mit den renommierten Wissenschaftlern Prof. Gert-Peter Brüggemann und Prof. Wolfgang Potthast konnte er an mehreren spektakulären Projekten mitwirken. Er untersuchte die Para-Spitzensportler Oscar Pistorius und Markus Rehm, um herauszufinden, ob ihnen durch ihre Hightech-Beinprothesen im Wettkampf Vor- oder Nachteile entstehen. Außerdem gehört er zu den wenigen Wissenschaftlern, die die jamaikanischen Weltklassesprinter Usain Bolt und Yohan Blake unter Laborbedingungen untersucht haben. „Wir haben damals ein Messsystem zur Bestimmung der Reaktionszeit beim Sprintstart entwickelt. Dafür haben wir einen kleinen Roboter gebaut, der Kräfte auf die Startblöcke ausüben konnte. Um zu verstehen, wie Top-Athleten starten, musste man Basisdaten sammeln, und dann bin ich mit einem Kollegen und unserem Messequipment nach Jamaika gefahren“, erzählt Willwacher. Genauso spannend, gleichzeitig etwas mehr grundlagenorientiert, wird sein

nächstes Projekt an der University of Queensland in Australien. Im Rahmen des Förderprogramms P.R.I.M.E. des Deutschen Akademischen Austauschdienstes (DAAD) wird sich Willwacher in den kommenden zwölf Monaten mit einem „Energieabsorber“ im Fuß beschäftigen, der lange wissenschaftlich vernachlässigt wurde: die Zehengrundgelenke. „Erst seit einigen Jahren ist klar, dass die Zehengrundgelenke sehr wichtig sind. Und zwar nicht nur für das Design von Schuhen, konkret für die Biegesteifigkeit der Sohle, sondern zum Beispiel auch für die Entwicklung von Mensch-Robotern, die mit zusätzlichem Fußsegment viel besser stehen und gehen, oder für die Entwicklung von Prothesen.“

Förderung für die Grundlagenforschung

Ohne externe Forschungsförderung sei es in Deutschland, laut Willwacher, oft schwierig, sich solchen grundlegenden Themen zu widmen. Dies liege auch daran, dass der Sportwissenschaft vergleichsweise wenig gesamtgesellschaftliche Relevanz zugesprochen werde. „Ich als Kind der Sporthochschule denke, dass Sport elementar wichtig ist für gesellschaftliche Probleme. Zum Beispiel ist Laufsport ein wichtiger Weg, um die Bevölkerung gesund zu halten und um Folgekosten für die Gesellschaft einzu-

dämmen.“ Aber nicht nur vor dieser Herausforderung steht Willwacher derzeit. Statt sich komplett auf die Vorbereitung des Forschungsprojekts zu konzentrieren, beschäftigt er sich schon jetzt mit der Zeit danach. Auch wenn er sich wünschen würde, nach Australien weiter an der Sporthochschule arbeiten zu können – das Wissenschaftszeitvertragsgesetz mache dies schwierig: „Ich denke, ich habe meine Sache gut gemacht. Ich habe Förderungen und sogar einige internationale Preise erhalten. Ich bin aber in der Situation, dass ich schon 2014 promoviert habe und keine unbefristete Stelle habe.“ Auch wenn man erfolgreich an einer Hochschule promoviert und gearbeitet habe, dürfe man als Wissenschaftler, laut Willwacher, nicht davon ausgehen, immer an derselben Hochschule bleiben zu können. Man müsse – vor allem im internationalen Netzwerk der Biomechanik – Flexibilität und die Bereitschaft, auch im Ausland zu forschen, mitbringen. Sollte es für Dr. Steffen Willwacher nach dem Australien-Projekt keine Perspektive an der Sporthochschule geben, wäre er mit seinem biomechanischen Erfahrungsschatz aus der Arbeit am Institut für Biomechanik und Orthopädie auch an vielen anderen Forschungseinrichtungen ein gefragter Kollege. MW



Der Mensch als bewegtes Wesen



Am Institut für Biomechanik und Orthopädie geht es um Verletzungsprävention und Leistungsanalysen. Doch die Arbeit der Wissenschaftler*innen dient allen Menschen, die sich bewegen.

Sie analysieren die Verletzungen von Profifußballer*innen, forschen an künstlichen Körperteilen, wissen, wie sich die Astronaut*innen auf der Internationalen Raumstation ISS fit halten können oder entwickeln die perfekten Laufschuhe. Das Institut für Biomechanik und Orthopädie (IBO), eines von 19 an der Deutschen Sporthochschule Köln, arbeitet mit zwei Professoren, einer Privatdozentin, einer Juniorprofessorin sowie Promotionsstudierenden und wissenschaftlichen Mitarbeiter*innen an vielen Themen, die auch außerhalb der wissenschaftlichen Welt von Interesse sind. Biomechanik, also wörtlich: die Lehre von den Kräften, die auf den menschlichen Bewegungsapparat wirken, und Orthopädie, die Erkennung und Behandlung von Fehlern desselben – auf diesen Forschungsbereich hat sich Institutsleiter Prof. Dr. Uwe G. Kersting (55) schon früh festgelegt. „Ich habe Physik und Sport auf Lehramt studiert; diese Fächerkombination läuft fast zwingend auf Biomechanik hinaus.“ Als Typ I-Diabetiker hatte Kersting ein starkes persönliches Interesse an Gesundheitssport, sodass er seine Examensarbeit über Fußtraining bei Diabetikern schrieb. Dafür bekam er eine Auszeichnung, über dessen Vergabe unter anderem Prof. Dr. Gert-Peter Brüggemann entschied. Der lehrte seit 1983 an der Deutschen Sporthochschule Köln und leitete später, ab dem Jahr 2000, das Institut für Biomechanik und Orthopädie und betreute auch Kerstings Doktorarbeit. Am 1. Oktober 2018 trat Kersting Brüggemanns Nachfolge im frisch bezogenen IG NawiMedi an. „Wir haben hier großartige Möglichkeiten“, schwärmt der Institutsleiter. „Das Bewegungsanalyselaboratorium ist unser Herzstück. Vergleichbares kenne ich nur aus den USA.“ Die große Halle mit einer Gesamtfläche von 364 m² erstreckt sich über zwei Etagen und ist rundum mit Infrarotkameras ausgestattet, die die Signale von reflektierenden Markern empfangen. In der Mitte des Raumes ist derzeit eine Rampe mit Treppe aufgebaut, die durch vielfältige andere Aufbauten ersetzt werden kann. Die Marker auf den Körpern der Athleten fügen sich auf dem Computermonitor zu dynamischen Bildern zusammen und machen Bewegungsabläufe zeitlich und räumlich hochauflösend sichtbar. Die IBO-Wissenschaftler*innen nutzen auch das Leichtathletikzentrum für ihre Tests. Zusammen mit dem Deutschen Forschungszentrum für Leistungssport, momentum, bauen sie ein so genanntes Startcamp auf. Ein Bobanschieber wird, wieder mit Hilfe von Markern, beim Start analysiert. In der Computersimulation verändern sich bei jedem Schritt animierte Sphären in Farbe und Größe. So wird sichtbar, welche Gelenke – Hüfte, Knie und Fuß – Energie generieren bzw. absorbieren.

Wissen in Praxis übersetzt

Das ist das tägliche Geschäft der Biomechanik: Leistungsdiagnose und Verletzungsanalyse. „Hier führen wir auch Tests für einen unserer größten Kooperationspartner, den Laufschuhhersteller Brooks, durch“, erklärt Kersting. Die Partner aus Industrie und Wissenschaft spielen eine wichtige Rolle für das Institut. So ist die Polizei sehr interessiert an Exoskeletts, so genannten Roboteranzügen, die die physischen Fähigkeiten ihrer Nutzer*innen verbessern. Sie werden auch bei Sportler*innen oder körperlich beeinträchtigten Menschen eingesetzt. Auch die Firma Rimasys, ein Kölner Startup, arbeitet eng mit dem IBO zusammen. Die beiden Gründer sind ehemalige SpoHo-Studierende. Ihre Geschäftsidee: Sie produzieren Frakturen an Leichen, um anschließend jungen Fachärzt*innen die Möglichkeit zu bieten, komplizierte Operationstechniken zu erlernen oder zu verbessern. Ihre Mitarbeiter*innen sind vor allem Unfallchirurg*innen, die wiederum angehenden Sportwissenschaftler*innen Praktika in der Firma anbieten. „So funktioniert der Austausch zwischen Forschung und Wirtschaft, zwischen Medizin und Biomechanik“, sagt Kersting. „Alles, was wir hier tun, dient der praktischen Nutzung – im Leistungssport, in der Freizeit und vor allem in der Reha.“ Das passt zu dem Motto, das er vor Antritt seines neuen Postens für den

KURIER formuliert hat: „Es zu wissen, ist nicht genug. Wir müssen es anwenden.“ Außer dem großen Bewegungsanalyselabor gibt es noch das Muskelfunktionslabor, eines für biochemische Untersuchungen, eines für Materialtestung und eines für Robotik, Gefrierschränke für Gewebeproben, Geräte zur Erforschung biologischen oder künstlichen Materials, Ultraschall- und Röntgengeräte sowie Computertomographen – bildgebende Verfahren sind unverzichtbar für die Analysen. Ein Raum beherbergt ein aufwändiges, von Kameras umringtes mechanisches Knie-Modell. Die elektronischen und mechanischen Werkstätten teilt sich das IBO mit anderen Einrichtungen der SpoHo. Hier werden zum Beispiel Messgeräte gebaut. Institut und Hochschule sind stolz darauf, auch Ausbildungsbetrieb zu sein: In den beiden Entwicklungswerkstätten lernen jeweils zwei Lehrlinge den Beruf des Feinmechanikers bzw. des Elektrikers. Kurze Wege zwischen Lehre, Forschung und praktischer Anwendung – das, was das IG NawiMedi ausmacht – kommen den Forscher*innen des IBO besonders zu Gute.

Seit 2014 ist der internationale Masterstudiengang Human Technology in Sports and Medicine (TSM) etabliert und richtet sich an Studierende, die sich für die Schnittstelle von Medizin, Technik und Bewegungswissenschaften interessieren. „Ein Bereich, der immer mehr Bedeutung gewinnt“, betont Kersting. Der Erfolg dieses Studiengangs wird im Werdegang der Absolvent*innen sichtbar: Viele von ihnen haben Startups gegründet oder Leitungsfunktionen in Forschungs-, Entwicklungs- oder Innovationsabteilungen von Unternehmen übernommen. Auch die Doktorarbeiten, die aus dem IBO hervorgehen, behandeln zukunftsweisende, weil anwendungsorientierte Themen.

Alle Wissenschaftler*innen im Institut forschen an ihren eigenen Schwerpunkten. Eines von Professor Kerstings Themen ist z.B. die Verbesserung des technisch vermittelten Feedbacks. In Neuseeland hat er beobachtet, dass Cricketspieler ein hohes Risiko für Rückenverletzungen haben. Bandscheibenvorfälle und Frakturen der Lendenwirbelsäule sind üblich. Sensoren auf dem Körper des Spielers ermöglichen eine Vorführung auf dem Computerbildschirm und zeigen auf, wie sich mit Hilfe schonender Bewegungsabläufe Verletzungen verhindern lassen – oder die Leistung verbessert werden kann. „Man braucht allerdings Partner, die unsere Verbesserungsvorschläge annehmen“, räumt Kersting ein. „Viele Trainer und Sportmanager glauben, dass sie Biomechanik nicht brauchen. Sie wollen sich nicht von jemandem reinreden lassen, der nichts von Cricket oder eben dem jeweiligen Sport versteht.“ Ein anderes Forschungsgebiet ist die Prävention von Sprunggelenksverletzungen. „Mit eigens entwickelten Tapes, die seitlich auf die Schuhe aufgebracht werden, sorgen wir dafür, dass der Fuß bei der Landung weg-

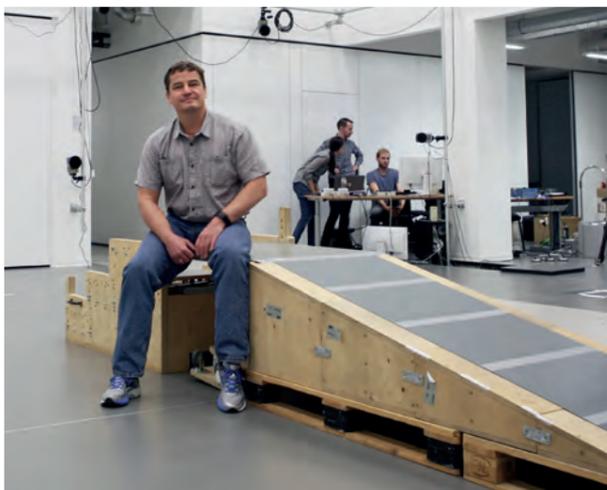
rutscht, anstatt umzuknicken.“ Es muss nicht immer Hightech sein. Das Institut ist in vier Bereiche untergliedert, die nun zu dreien zusammengeführt werden sollen. Nach dem Umbau der Abteilungen wird es, nach dem Willen des Institutsleiters, einen Schwerpunkt auf Gewebe-Biomechanik und Mechanobiologie geben, den PD Dr. Anja Niehoff leiten wird. Sie versucht zu verstehen, wie sich der Körper an mechanische Belastung durch körperliche Aktivität anpassen kann. Viele Verletzungen und Erkrankungen entstehen durch zu große oder zu geringe mechanische Belastung. Niehoff arbeitet eng mit der Medizinischen Fakultät der Universität zu Köln zusammen, wo sie das „Cologne Center for Musculoskeletal Biomechanics (CCMB)“ leitet. Ziel ihrer interdisziplinären Forschung ist die Verbesserung der Diagnostik, Prävention, Behandlung, Therapie und Regeneration eben jener Verletzungen und Erkrankungen.

Von da Vinci bis Markus Rehm

Eine zweite Abteilung wird Prof. Dr. Wolfgang Potthast leiten, dessen Forschung sich auf technische und klinische Biomechanik konzentriert. Ihn beschäftigt die Frage, wie Bewegung und muskuloskeletale Belastung zusammenhängen. „Letztlich wollen wir immer wissen, wie Verletzungen vermieden können und der Körper widerstandsfähiger gemacht werden kann“, sagt Potthast. Das Footbnaut-Projekt steht hierfür exemplarisch. Die Wissenschaftler*innen haben herausgefunden, dass besonders junge Fußballspieler zwischen 13 und 15 Jahren für Verletzungen an den Adduktoren, also der inneren Oberschenkelmuskulatur, und infolgedessen am Schambein anfällig sind. „In dieser Zeit legen die Jungs einen Wachstumssprint hin“, erklärt der Professor die Statistik. Die Lösung liegt auf mehreren Ebenen. „Das Kraft- und Bewegungstraining muss nachhaltig gestaltet und ein rapider Anstieg der Belastung vermieden werden. Man könnte meinen, Bälle zu passen, würde den Körper wenig fordern. Tatsächlich stimmt das nur, wenn die Spieler die Technik gut beherrschen. Eine offene Körperhaltung hilft zum Beispiel dabei“, fasst Potthast die Ergebnisse zusammen.

Als der beinamputierte Weitspringer Markus Rehm beeindruckend nah an die Bestleistung der Athleten ohne Handicap herankam, machten sich Potthast und sein Team daran, sein Geheimnis zu lüften. „Markus springt von seiner Prothese ab und hat damit eine höhere Absprungeffizienz. Die Prothese speichert beim Auftreten Energie und gibt sie beim Sprung wieder ab, wie eine Feder. Das kann ein biologisches Bein nicht. So kompensiert er den langsameren Anlauf. Wir haben es hier mit zwei unterschiedlichen Bewegungsprinzipien zu tun“, erläutert Potthast die beiden Kurven auf dem Bildschirm seines Laptops.

Der dritte Bereich ist der des Institutsleiters: Neuromechanik und muskuloskeletale Biomechanik. Hier arbeitet auch Juniorprofessorin Dr. Kirsten Albracht an seiner Seite. Ihr Chef betont, dass die Übergänge zwischen den Bereichen fließend und überlappend sind. Kersting formuliert, neben dem strukturellen Umbau, noch ein anderes Ziel: „Der Internetauftritt unseres Instituts ist nicht besonders aussagekräftig. Das soll sich ändern. Wir wollen Firmen für uns interessieren und unser Wissen nach außen transportieren. Biomechanik und Orthopädie haben eine riesige Bandbreite an Themen, das wissen viele gar nicht. Wir schließen Lücken in der Medizin. Wir entwickeln Prothesen für Spitzensportler*innen und beraten Orthopädiefirmen. Biomechanik bedeutet auch die Wissenschaft von den Stoffen des Körpers. Und ihr Anwendungsbereich erstreckt sich vom Neugeborenen bis zum Greis. Das alles wollen wir auch zeigen.“ Der menschliche Bewegungsapparat, seine Möglichkeiten, Anfälligkeiten und Fehler fordern die Wissenschaft seit langer Zeit heraus. Manche sagen, der italienische Universalgelehrte Leonardo da Vinci sei der eigentliche Erfinder der Biomechanik. In diesem Jahr wird sein 500. Todestag begangen. Ap



Institutsleiter Prof. Dr. Uwe Kersting im Bewegungsanalyselabor.

Eigentlich wollte Tim Jost eine Auszeit nehmen. Zwischen Bachelor und Master ins Ausland gehen und dort etwas Besonderes erleben. Weil seine Zeit in Tansania so kurios wurde, hat er jetzt, drei Jahre später, ein Buch über seine Erlebnisse als Premier-League-Fußballtrainer geschrieben.

„Wer Bock auf Toto hat, der soll mal zum Probetraining kommen“, schallte es in ganz Mwanza aus den landestypischen, bulligen LKWs mit Lautsprecheranlage auf der Ladefläche. So oder so ähnlich, denn als Tim Jost die Durchsage durch Mwanzas Straßen dröhnen hörte, war ihm Swahili noch fremd. In den drei Tagen, die seit seiner Ankunft vergangen waren, war keine Zeit gewesen, die tansanische Landessprache zu lernen.

Ursprünglich wollte er in Mwanza, einer Großstadt am Viktoriasee im Nordwesten Tansanias, eine Sport-Charity-Organisation unterstützen. Als aber der ortsansässige Premier League Fußball Club von Tims UEFA-B-Lizenz erfuhr, die er im Rahmen seines Bachelor-Studiums an der Sporthochschule erworben hatte, wurde ihm ein Trainerjob angeboten. Statt Charity sollte Tim die nach einer erfolglosen Saison durch Abgänge gebeutelten Toto Africans vor dem Abstieg in die Zweitklassigkeit bewahren. Ohne die Sprache zu sprechen, ohne vorher in Deutschland als Trainer gearbeitet zu haben und ohne Informationen über den tansanischen Profifußball unterschrieb er den Assistententrainer-Vertrag. Alles, was er bis dahin wusste, war, dass Tansania auf Rang 131 der FIFA-Weltrangliste neben Underdogs wie Myanmar, Andorra oder Nicaragua ein Schattendasein im internationalen Profifußball fristet.

Vor Ort erwartete ihn ein Verein ohne Trainingsplatz und zu diesem Zeitpunkt auch fast ohne Spieler. Diese wurden erst einige Wochen vor Ligastart durch Lautsprecherdurchsagen angeworben. Zum Training kamen alle: die guten Fußballer, die ohne Schuhe und die, die keinen Ball stoppen konnten. Wenn man bedenkt, dass die besten Mannschaften der tansanischen Premier League ungefähr Drittliganeiveau erreichen, ist nachvollziehbar, wie schwierig es unter diesen Voraussetzungen ist, den Abstieg zu verhindern. Noch dazu, wenn auf zugewucherten Feldern oder Marktplätzen mit Toren aus verschiedenen langen Holzstangen trainiert wird. „Die Leute nehmen keine Rücksicht darauf, dass da eine Erstliga-Mannschaft trainiert. Dann kommt es schon vor, dass eine Marktfrau während des Trainings quer über den Platz läuft, um ihre Mangos zu verkaufen“, sagt Tim.

Der Mangel an Sportstätten sei in Tansania aber nicht die einzige Herausforderung. Es gebe keine professionellen Vereinsstrukturen und wenig trainingswissenschaftliches Verständnis: „Die Tansanier wollen am liebsten Ausdauer ballern, bis die Lunge rausfliegt. Taktische Trainingseinheiten bringen ihrer Auffassung nach nichts. Und wenn wir Taktik trainieren wollten, hat der Busfahrer die Spieler auf halber Strecke rausgeworfen. Er meinte, die müssten auch laufen. Und ich habe mich beim Hütchen-Aufbauen gewundert, wo die Spieler bleiben“, erinnert sich Tim schmunzelnd. Nach fünf er-

Der Weiße macht's

“

Die Tansanier wollen am liebsten Ausdauer ballern bis die Lunge rausfliegt.

Tim Jost



folglosen Spielen in Folge hatte dann auch der Cheftrainer seinen Posten an den Nagel gehängt – nachdem ihn Zuschauer mit Steinen beworfen hatten. So wurde kurzerhand dem damals 23-jährigen Tim die alleinige Verantwortung dafür übertragen, den Toto-Spielern mit dem Ligaverbleib die Existenzgrundlage zu sichern. Von seiner Beförderung erfahren hatte er in einer Werkstatt – zwei Stunden vor dem Spiel gegen den Liga-Primus Simba SC vor 10.000 Zuschauern. „Weil der Ersatztrainer keine Lizenz hatte, rief der Vereinspräsident an und sagte: Mzungu machts! Die Tansanier sagen immer Mzungu zu mir – der Weiße“, erzählt Tim. In der Werkstatt war er vor dem Spiel wegen einer Autopanone gestrandet. „Ich dachte zuerst: Scheiße. Erstmal natürlich auch geil, aber ich war sehr nervös, weil so viel Druck auf mir lastete.“

Das eindrückliche Erlebnis des folgenden Spiels, die damit verbundenen Ängste und Emotionen, aber auch die Lebensfreude seiner Spieler und die afrikanische Leidenschaft für den Fußball, die Tim in Tansania jeden Tag begleiteten, hat er in einem Blog festgehalten. Zunächst nur dafür gedacht, Familie und Freunde auf dem Laufenden zu halten, ist aus dem Blog ein Bild- und Wortschatz aus Eindrücken entstanden, der auch Außenstehende in seinen Bann zieht. Tims erstaunliche Schilderungen von Witch-Doctors, die Voodoo-Zauber in der Kabine praktizieren, oder Kiosk-Verkäufern, die sich als Englischlehrer entpuppen, geben den Leser*innen das Gefühl, bei seiner außergewöhnlichen „Auszeit“ dabeigewesen zu sein.

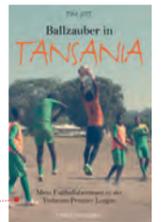
Dass sich auch Vertreter verschiedener Medien begeistert zeigten von den Erzählungen aus Tansania, spornte Tim an, die vague Idee für ein Buch über seine Zeit in Tansania in die Tat umzusetzen. „Ich habe mich an den Bildern und Videos aus meinem Blog orientiert und immer in den Abendstunden geschrieben. Das Manuskript mit den ersten Kapiteln habe ich an Verlage geschickt.“ Ein paar Wochen später, auf einer Fahrradtour nach Kasachstan, kam dann die Zusage: „Ballzauber in Tansania“ erscheint als Buch.

Mittlerweile ist Tim Jost an die Sporthochschule zurückgekehrt. Er studiert im Master. Wenn er jetzt in den Regalen der ZBSport nach Literatur sucht, wird er beim Überfliegen der Signatur 5 Fus 117n wahrscheinlich kurz innehalten und sich an die holprigen Rasenplätze, die emotionalen Matches und vielleicht auch an die Lautsprecherdurchsagen der LKWs aus Mwanza erinnern, die er mittlerweile verstehen würde. Wenn es nicht schon ausgeliehen ist, steht dort nämlich sein eigenes Buch. Mw

LESETIPP

Ballzauber in Tansania

Mein Fußballabenteuer in der Vodacom Premier League - von Tim Jost
Meyer & Meyer Verlag,
285 Seiten, 17,- Euro



Verlosung: siehe KURIER-Quiz S. 8

Studieren! Aber wie?



Julien Braun studiert seit 2015 im Bachelor Psychologie und Soziale Arbeit an der TH Köln und ist seit seinem Studienbeginn Teil des Netzwerks ArbeiterKind.de. Beim SpoHo-Karrieretag am 20. November ist er als studentischer Repräsentant an der Sporthochschule im Einsatz. Vorab sprach er mit dem KURIER über Second-Generation-Students und über die Hilfsangebote, die ArbeiterKind.de (Sport-)Studierenden bieten kann.

Herr Braun, worum geht es bei ArbeiterKind.de? ArbeiterKind.de ist ein Netzwerk von ehrenamtlichen Mitarbeiter*innen, die als Erste in ihrer

Familie studieren oder studiert haben und die ihre Erfahrungen aus dem Studium an First-Generation-Students weitergeben wollen. Das hilft vielen Studieninteressierten, bei der Orientierung und macht ihnen Mut, sich an einer Uni zu bewerben.

Wodurch unterscheiden sich First-Generation-Students von Second-Generation-Students?

First-Generation-Students sind Studierende, die nicht aus einem Akademikerhaushalt kommen. Ihnen fehlt oftmals das Vorwissen zum Ablauf eines Studiums und was ein Studium al-les ausmacht. Viele Schüler*innen, deren Eltern

nicht studiert haben, stellen sich die Frage, ob sie überhaupt studieren sollen. Viele sind der Meinung, sie hätten das Geld nicht zum Studieren. Zu unseren Aufgaben zählt, den Studieninteressierten Mut zu machen und richtig aufzuklären. Wir wollen nicht überreden, sondern die Schüler*innen oder Studierenden selbst entscheiden lassen und sie bei der Entscheidungsfindung begleiten.

Es gibt viele Anlaufstellen für Studieninteressierte. Wieso ist die Unterstützung von Nicht-Akademikern durch Euch dennoch wichtig?

Das Wertvolle an ArbeiterKind.de ist, dass man auf Ehrenamtliche trifft, die selbst bereits Erfahrungen mit BAföG-Anträgen, Stipendienbewerbungen, Studienwechsel, Wohnortwechsel, Studieren mit Handicap etc. gemacht haben – und zwar eben als First-Generation-Students. Neben handfesten Tipps und Tricks sind viele Ehrenamtliche besonders gerne dazu bereit, moralische Unterstützung zu leisten.

Warum seid Ihr beim SpoHo-Karrieretag dabei?

Durch die Kooperation mit der Sporthochschule sind wir auf verschiedenen Veranstaltungen vertreten, zum Beispiel bei der Erstsemesterbegrüßung oder beim SpoHo-Karrieretag. Auf dem SpoHo-Karrieretag möchten wir vorrangig über Stipendien und Stipendienvergabe aufmerksam machen. Viele Studierende denken oft, dass sie nicht die Voraussetzungen haben, um sich für ein Stipendium bewerben zu können. Darüber möchten wir gerne aufklären.

Wie kann ArbeiterKind.de speziell Sportstudierenden helfen?

Wir beraten allgemein über das Studieren. Über Erasmusprogramme oder eben Stipendienvergaben. Das gilt auch für Sportstudierende. In einem Fall kam mal ein Sportstudent zu uns, der glaubte, er käme für ein Stipendium gar nicht in Frage. Es stellte sich aber heraus, dass er sich in einem Sportverein sozial engagierte, und somit passten seine Voraussetzungen doch zu einem Stipendium. Oft wissen Studierende gar nicht, dass auch soziales Engagement in einem Sportverein gute Voraussetzungen für ein Stipendium sein können.

Welche Anlaufstellen gibt es in Köln, um sich an ArbeiterKind.de zu wenden?

Per E-Mail kann man sich unter koeln@arbeiterkind.de an die Mitarbeiter*innen des Netzwerkes wenden, die sich dann zeitnah melden. Unsere offenen Treffen finden jeden ersten Dienstag im Monat um 19 Uhr im Rheinauhafen im Electronic Arts-Gebäude statt.

Für wen ist das offene Treffen gedacht?

Zu den Treffen können sowohl Ratsuchende kommen als auch Personen, die uns unterstützen möchten und selbst Mentor und Mentorin werden wollen. Da wir eine ehrenamtliche Organisation sind, stehen unsere Türen jedem und jeder offen.

Das Interview führte Ariane Jäger.

Surfen mit Handicap



SpoHo-Student Johannes Grasser ist als erster Kandidat mit einer körperlichen Behinderung bei den adh-Open im Wellenreiten angetreten.

Surfen. Ein Sport, der für viele Wassersportler ein ganz besonderes Erlebnis bietet. Aber das Gleichgewicht auf einem Brett zu halten, ist gar nicht mal so leicht. Vor allem nicht, wenn man seit seiner Geburt an einer Tetraspastik leidet. Johannes „Johnny“ Grasser zeigte bei den 16. adh-Open im Wellenreiten in Seignosse (Südfrankreich), dass mit genug Willen fast alles erreicht werden kann. Als erster Surfer mit einer körperlichen Behinderung war er bei dem Surf-Wettbewerb als Kandidat dabei. Die Idee, sich auf ein Surfbrett zu stellen, kam Johnny 2016 bei den adh-Open, als er seinen Freunden und Helfern beim Surfen zusah und sich dachte: „Das will ich auch, das muss doch machbar sein.“ Letztes Jahr setzte Johnny seine Idee dann in die Tat um. Als Prototyp baute er sich zu Trainingszwecken zuerst ein Skateboard aus Holz. Als das gut funktionierte, schrieb er viele Surfbordmarken an, um Unterstützung beim Bau für sein eigenes Surfbrett zu bekommen. Schlussendlich gewann er die deutsche Surfsportmarke „Torq“ als Sponsor, die ihm bei der Entwicklung des Surfbrettes und der technischen Umsetzung seiner Idee half. Für den Bau des Brettes flog Johnny im Februar 2019 sogar extra zum Sitz der Firma nach Portugal, um sein Board zu testen. Der Bau des geeigneten Surfbrettes stellte sich allerdings als schwierig heraus. Durch seine körperliche Beeinträchtigung liegt Johannes' Körperschwerpunkt etwas weiter vorne, sodass

zweimal am Fühlinger See gewesen. Am ersten Tag habe ich über 30 Versuche gebraucht, die Konstruktion hat trotzdem gehalten. Am zweiten Tag hat es dann schon besser geklappt.“ Danach ging es direkt nach Frankreich. Für Johannes war nun der Zeitpunkt gekommen, um endlich das erste Mal in seinem Leben eine Welle zu surfen. Der Heat (Durchgang) stellte allerdings eine Herausforderung für ihn und sein Team dar. Unter dem hohem Zeitdruck von 15 Minuten musste Johannes mit seinem Brett zum Startpunkt gelangen, auf seinem Brett stabilen Halt finden und im passenden Augenblick den nötigen Anschwung von seinen Helfern bekommen. Endlich auf dem Brett ging alles ganz schnell – mit genügend Anstoß surfte Johannes das erste Mal und schaffte sogar auf Anhieb eine ungebrochene, in Surfersprache „grüne“ Welle – „ein unglaubliches Gefühl“. Mit insgesamt drei gerittenen Wellen in zwei Runden und 2,1 Punkten reichte es für den 30-Jährigen allerdings nicht zu einer Platzierung auf dem Siebertreppchen. Gefeiert wurde Johnny trotzdem: Bei der Siegerehrung bekam er vom adh-Team eine Sonderehrung für seine sportliche Leistung als erster Wellenreiter mit Behinderung, der an den adh-Open teilgenommen hat. Für Johannes und seine Helfer war das Surfprojekt ein voller Erfolg. Neben Torq wird der SpoHo-Student mittlerweile auch von der Outdoor Sportmarke Quicksilver mit Bekleidung ausgestattet. Gute Voraussetzungen, um nächstes Jahr wieder bei den adh-Open zu starten. „Mein Ziel ist es, bei den Deutschen Meisterschaften teilzunehmen, um vielleicht auch später bei den Paralympics starten zu können.“ Die erste Hürde hat er jedenfalls gemeistert. Besonders dankbar ist Johnny für die Unterstützung von Dr. Ingo Hel-



SpoHo-Student Johannes „Johnny“ Grasser auf seinem selbstentwickelten Surfbrett.

er schnell das Gleichgewicht auf dem Brett verliert. Die Lösung: Um Stabilität zu generieren, wurden Schienen eines Windsurfbrettes in ein anfängergeeignetes Softtop-Brett verbaut, die als Verlängerung nach außen zur Längsseite des Brettes dienten. Zum Festhalten sollten Mastfüße eines Windsurfbrettes an das Brett angebracht werden, was sich allerdings beim Testen als zu instabil herausstellte. Zurück in Deutschland konstruierte ein Metallbauer später eine Metallhalterung an die von Torq verbauten Schienen. Erst zwei Wochen vor den adh-Open wurde das Brett fertiggestellt. Viel Zeit blieb dem Studenten zum Üben somit nicht, wie Johnny später erzählt: „Kurz vorher sind wir

mich vom Institut für Bewegungstherapie und bewegungsorientierte Prävention und Rehabilitation, sowie seinen Freunden und Helfern, die während des Projektes hinter ihm standen: „Ingo Helmich habe ich viel zu verdanken, er hat mir den Artikel bei der Zeitschrift vermittelt, wodurch dann die ganzen Medienauftritte nachgekommen sind. Dadurch wurde es einfacher, die Sponsoren von meiner Idee zu überzeugen, und dankbar bin ich auch meinen Jungs – vor allem den beiden SpoHos Jonas Grabska und Paul Lübke, die während des gesamten Projektes hinter mir gestanden haben.“ Aj



Verteilt über das gesamte Hochschulgelände der Deutschen Sporthochschule Köln konnten Studierende, Mitarbeiter*innen und Gäste am 3. Juli im Rahmen des „Campus Noster!“-Aktionstages den SpoHo-Campus auf unterschiedlichste Art und Weise erleben und erkunden. Mehr als 30 Aktionen wurden angeboten: von sportlicher Betätigung über Entspannungsmethoden bis hin zu Musikalischem.

Fotos: Christian Gollhofer, Julian Meusel

RheinEnergie

Frank Almstedt,
Zeugwart des 1. FC Köln

Die Energie einer ganzen Region.

Es sind Menschen wie Frank, die unsere Region auszeichnen. Mit ihrer Fürsorge. Mit ihrem Lachen. Mit ihrer Energie. Wir stellen Ihnen Frank und andere inspirierende Persönlichkeiten unserer Region vor.

rheinenergie.com/region



Infos
aus der
Verwaltung

„Wir sind wie die Heizelmännchen“

Das Büro und der Seminarraum sind geheizt, der Aufzug funktioniert – viele dieser „Kleinigkeiten“ setzen wir Nutzer*innen als selbstverständlich voraus.

Wenn die Studierenden morgens in die Seminarräume und Sporthallen kommen und die Mitarbeiter*innen ihre Rechner in den Büros hochfahren, dann waren Michael Czock und sein Team bereits aktiv. „Wir sind wie die Heizelmännchen und arbeiten größtenteils im Hintergrund. Wenn alles läuft, haben wir unseren Job super gemacht“, erklärt der Leiter der Abteilung Technisches Gebäudemanagement die einfache Gleichung, an der seine Arbeit und die seiner Mitarbeiter*innen gemessen wird. Klingt einfach, ist es aber nicht immer: Unter dem Begriff „Technisches Gebäudemanagement“ ist der Betrieb und die Wartung aller technischen Anlagen zu verstehen, „sprich alles, wo sich etwas dreht oder wo Strom dran ist“, erklärt Czock und konkretisiert: „Wir betreuen aktuell mehr als 3.000 technische Anlagen auf dem gesamten Campus – vom Lichtschalter über Heizungsanlagen, Sanitärarmaturen, Duschen und Toiletten bis hin zu Lüftungsanlagen, Brandschutzklappen und unseren drei Blockheizkraftwerken.“

Als Abteilungsleiter ist Czock zudem für den technischen Betrieb des Schwimmzentrums der Sporthochschule zuständig, u.a. für die Organisation des Personals, die Einsatz- und Schichtpläne für die zehn Mitarbeiter*innen sowie Beschaffungsmaßnahmen. Die enge Personaldecke bereitet ihm hier aktuell Sorgen: „Wir hoffen, dass wir beim Thema Personal bald konkret werden können – die Gespräche laufen.“ Auf Verwaltungsebene koordinieren seine vier Fachgruppenleiter die Arbeiten, die von den Mitarbeitern der drei Werkstätten umgesetzt werden. Insgesamt arbeiten in den Werkstätten für Heizungs-, Lüftungs-, Sanitäranlagen (HLS), Elektro- und Fördertechnik sowie Mess-, Steuer-, Regel- und Sicherheitstechnik (MSR) zwölf Mitarbeiter. Sie kümmern sich um den Betrieb, die Wartung und die Prüfung der Anlagen, führen kleinere Reparaturen selbst durch und betreuen Fremdfirmen. „Für einen Großteil unserer Anlagen sind TÜV-Prüfungen erforderlich, die zwar von Fremdfirmen durchgeführt werden, von uns aber geplant und begleitet werden müssen“, sagt Czock. Viele Hochschulmitarbeiter*innen kennen vermutlich die kleinen gelben Aufkleber, die z.B. an der Kaffeemaschine, dem Wasserkocher oder dem PC kleben. Die Anzahl verdeutlicht den Umfang der Prüfungen: ca. 30.000 Geräte.

Dass der SpoHo-Campus immer betriebsbereit ist, dafür sorgt der Bereitschaftsdienst rund um die Uhr an 365 Tagen. „Die Bereitschaft ist auf fünf Köpfe verteilt und wechselt wöchentlich. Wenn ein Problem auftritt, wird der entsprechende Bereitschaftler informiert und kann alle weiteren Schritte in die Wege leiten. So können Probleme schnell behoben werden, so dass die Studierenden und Mitarbeiter*innen oftmals gar nichts davon mitbekommen“, sagt Czock. Manchmal muss der gebürtige Kölner an mehreren Stellen gleichzeitig „Feuer löschen“ – eine spannende und abwechslungsreiche Aufgabe. „Es kommt kein Alltagstrott auf“, sieht Czock das Positive, „aber ich hoffe, dass es auch mal ruhiger wird“. Neben dem laufenden Betrieb arbeiten Czock und sein Team auch an diversen Sonderprojekten. Gemeinsam mit dem Bau- und Liegenschaftsbetrieb (BLB), dem Vermieter der Sporthochschule, wird die Sanierung der Wohnheime, des IG I und des Hauptgebäudes vorbereitet. Zudem wird derzeit das campusweite WLAN von der IT umgesetzt, und die Infrastruktur dazu schafft die Betriebstechnik: „Wir ziehen zirka vier Kilometer Glasfaser und drei Kilometer Netzwerkleitungen über den Campus, um die zwanzig Jahre alte Kabelstruktur auf den neuesten Stand zu bringen“, sagt der 52-Jährige. Viele Anlagen würden zwar noch funktionieren, für sie gäbe es aber keine Ersatzteile und keinen Support mehr. Sie werden im laufenden Betrieb nach und nach ausgetauscht. Dabei legt die Hochschule Wert auf Nachhaltigkeit. So wurde etwa die Lüftungsanlage in den Hörsälen mit einer energiesparenden „freien Kühlung“ kombiniert. „Während der Nacht werden die Hörsäle mit der kühleren Nachtluft runtergekühlt, die Kälteanlage macht dann morgens den Rest. Das spart sehr viel Energie“, erklärt der gelernte Elektroniker. Eine weitere Aufgabe der Abteilung ist die Dokumentation aller technischen Anlagen auf dem gesamten Campus, „sehr aufwändig, weil vieles fehlt und wieder beschafft werden muss, zum Beispiel Schaltpläne und Funktionsbeschreibungen“, so Czock. In der Zusammenarbeit mit Kolleg*innen legt er insbesondere Wert auf Offenheit, Vertrauen und Respekt. Neben dem Beruf sind ihm seine Familie und Freunde sehr wichtig. Außerdem mag er den Kölner Karneval und Sport. Abschalten kann Michael Czock besonders gut, wenn er die Laufschuhe schnürt und eine Runde durch den Stadtwald läuft. Aber natürlich nur, wenn an der SpoHo auch alle Anlagen laufen. Jn

”

Wir betreuen mehr als 3.000 technische Anlagen auf dem gesamten Campus – von der Abwasserhebeanlage bis zur Kaminanlage.

Michael Czock

Innovativ, praxisorientiert, präzise

Neue Abteilung für Trainingspädagogik und Martial Research ist künftig im Institut für Vermittlungskompetenz in den Sportarten verortet.

„Die Abteilung für Trainingspädagogik und Martial Research wird sich schwerpunktmäßig mit der Bedeutung von Kampfsport, Kampfkunst und Selbstverteidigung beschäftigen, und zwar in unterschiedlichen gesellschaftlichen und institutionellen Settings“, erklärt Abteilungsleiter Univ.-Prof. Dr. Swen Körner, der bislang im Institut für Pädagogik und Philosophie beheimatet war. Er zieht nun mit den neu gegründeten Strukturen in das Institut für Vermittlungskompetenz in den Sportarten um. Kampfsport, Kampfkunst und Selbstverteidigung sind in Deutschland zunehmend populär geworden. Im Unterschied zu den klassischen Sportarten findet man hier allerdings ein sehr differenziertes Feld mit mehreren hundert verschiedenen Stilen und Praktiken aus allen Teilen der Welt. Die Anzahl der Aktiven hierzulande liegt im Millionenbereich. In den USA sind knapp vier Millionen Kinder und Jugendliche allein in einer Kampfsportart, den Mixed Martial Arts (MMA), aktiv. In Deutschland wie auch international gibt es laut Körner trotz wachsender Popularität noch relativ wenig Forschung zu der Thematik bzw. wenige Strukturen, die die Forschung in dem Bereich unterstützen. Somit komme der neuen Abteilung ein gewisses Alleinstellungsmerkmal zu. „Dass das Rektorat meinen Vorschlag für die neue Abteilung positiv aufgenommen und umgesetzt hat, freut mich sehr. Diese Tatsache zeigt, dass das Forschungsfeld für die Deutsche Sporthochschule ein wichtiger Bereich ist und in der Zukunft sein wird – also ein klares Signal nach außen und nach innen. Durch den Abteilungsnamen wird der Kern unserer Tätigkeit deutlich, womit wir auch ein starkes Signal in die Praxis setzen“, sagt Körner.

Videobasierte Analyse von Konfliktsituationen

Neben dem Kämpfen im Kontext des organisierten Sports befasst sich die Abteilung auch mit modernen Selbstverteidigungssystemen und mit dem Kämpfen in unterschiedlichen institutionellen Settings, z.B. bei der Polizei. „Hier gucken wir uns konkret die Einsatztrainings an und stellen trainingspädagogische Fragen, sprich: Wie gelingt es, dass die Polizistinnen und Polizisten im Training die Fertigkeiten erwerben, die sie dann im Einsatz gebrauchen und anwenden können?“, erklärt Körner einen seiner Forschungsschwerpunkte. Kern des groß angelegten Pro-

jekts mit der Bundespolizei ist eine Fragebogenerhebung, die erstmals die Gewaltdynamiken von Einsätzen abfragt. Was habt Ihr erlebt? Welche Art von Konflikt lag vor? Wie kam es dazu? Wie ist der Konflikt ausgegangen? Solche Fragen werden von den Polizist*innen beantwortet; zudem analysieren Körner und sein Team Videomaterial, das über die Bodycams der Einsatzkräfte aufgezeichnet wurde – „was sehr innovativ ist“. „Wir gucken uns mikrosoziologisch die Grammatik von gewaltförmigen Konflikten an und analysieren die Bedeutung von Verhaltensweisen, Worten und Gesten für die Entstehung oder Nichtentstehung von Gewalt.“ Die videobasierte Analyse von Konfliktsituationen ist auch das Thema eines aktuell bei der Deutschen Forschungsgemeinschaft (DFG) beantragten Projekts zur Gewalt gegen Rettungskräfte. Schlussendlich geht es bei den Projekten darum, Ausbildungsstrukturen und -inhalte für Endanwender und Multiplikatoren zu optimieren. Körner: „Es ist ein guter und wichtiger Ansatz für die Sporthochschule, sich konkreten Fragen der Praxis zu widmen und von dort aus zu zeigen, was Wissenschaft kann.“ Den Begriff Trainingspädagogik gilt es dabei, weiter mit Inhalten zu füllen. „Wir verstehen darunter die konkreten praktischen Fragen der Konzeption, Durchführung und Evaluation sowie die reflexive Analyse von Vermittlungsprozessen in unterschiedlichen Lehr- und Lernsettings. Das kann die Schule sein, das können aber auch andere Settings sein, in denen eine Form des Lehrens und Lernens, also der Vermittlung, stattfindet“, umschreibt Körner seine Definition. Genau hier, in der Vermittlungskompetenz, liegt die Schnittstelle zum Institut für Vermittlungskompetenz in den Sportarten und der anderen Abteilung Didaktik und Methodik der Sportarten.

In Lehre und Studium ist die Abteilung Trainingspädagogik und Martial Research vor allem in der Lehramts-Ausbildung aktiv: „Im Bachelor müssen zum Beispiel alle Lehramts-Studierenden den Bereich Ringen und Kämpfen belegen“, sagt Körner und ergänzt: „Wir haben mittlerweile auch einige Spezialisierungen, zum Beispiel für Judo und Boxen, und wir sind außerhalb des Lehramts-Studiums mit einer Profilergänzung und einer Profilvertiefung unterwegs. Das sind alles relativ neu eingerichtete Strukturen, die auf die Initiative und Aufbauarbeit meiner Kollegen Susen Werner und Leo Ista zurückgehen.“ Jn



Univ.-Prof. Dr. Swen Körner war selbst jahrelang aktiver Leistungssportler, mehrfacher Deutscher Meister, Mitglied der Nationalmannschaft und Trainer im Kampfsport, bis sich sein Interesse auch der Selbstverteidigung zuwandte. Zudem ist er leidenschaftlicher Fan von Actionfilmen, Comics und Comicverfilmungen mit Superhelden. Was das mit seiner Forschung zu tun hat, welcher sein liebster Superheld ist und warum er manchmal vor Gericht steht, lesen Sie in einem ausführlichen Interview in der aktuellen Ausgabe unseres Forschungsnewsletters: www.dshs-koeln.de/forschungaktuell

„Vermeidung von Insellösungen“



Univ.-Prof. Dr. Heiko Strüder ist seit 2014 Rektor der Deutschen Sporthochschule Köln. Im Mai dieses Jahres wurde er einstimmig für weitere vier Jahre bis 2024 wiedergewählt. Im Interview mit dem KURIER spricht der 54-Jährige über zentrale Ziele seiner zweiten Amtszeit.

Sie haben Sport und Anglistik in Köln sowie Exercise Physiology in den USA studiert. Was ist der größte Unterschied zwischen Ihrer Studienzeit und der Studienzeit heute?

In den vergangenen Jahren hat die Lehre bei uns viel Aufmerksamkeit erfahren und durch zahlreiche Anstrengungen konnte ihre Qualität immer wieder verbessert werden. Die Studiengänge haben allerdings auch im Vergleich zu früher durch die Bologna-Reform eine höhere Regeldichte und mehr inhaltliche Festlegungen erhalten. Reduzierte Wahlmöglichkeiten lassen weniger Selbstbildung zu. Dieser Entwicklung müssen wir weiter gegensteuern. Der Prozess der Persönlichkeitsbildung darf nicht vernachlässigt oder durch die Vermittlung von sogenannten Soft Skills ersetzt werden.

Was schätzen Sie an der Deutschen Sporthochschule Köln besonders?

Die Sporthochschule nimmt im Wettbewerb unter den universitären Standorten allein aufgrund ihrer Größe und inhaltlichen Ausdifferenzierung eine besondere Stellung ein. Das ist wichtig, denn im Sport lassen sich alle Facetten moderner Leistungsgesellschaften wiederfinden. Daher sollte sportwissenschaftliche Forschung den gesamten Gegenstandsbereich wissenschaftlich abdecken sowie in der Gesellschaft ihre Relevanz verdeutlichen. Dass wir das hier in einer Institution in ganzer Breite leisten können, gibt uns ein Alleinstellungsmerkmal und ermöglicht ein ausdifferenziertes Lehrangebot. Bei uns sind Forschung und Lehre ausschließlich auf Sport und Bewegung als gemeinsamen, übergreifenden Bezugspunkt ausgerichtet. Diese thematische Spezialisierung stellt die zentrale Voraussetzung für unsere Leistungsfähigkeit dar. Auf diesen Gegenstandsbereich müssen wir daher auch zukünftig konzentriert bleiben.

Stichwort Zukunftsvisionen. Was wünschen Sie sich für die Deutsche Sporthochschule Köln, wo soll die Reise hingehen?

Die Sporthochschule ist leistungsstark und darauf sollten wir stolz sein, ohne die Augen vor Problemfeldern zu verschließen und Entwicklungspotentiale zu ignorieren. Es geht nicht darum, auf ein-

mal alles anders zu machen. Wir müssen aber wichtige Hochschulentwicklungen antizipieren und daraus Konsequenzen für uns ableiten. Wir stehen in den nächsten Jahren vor großen Herausforderungen, um die Sporthochschule nicht nur hinsichtlich der Infrastruktur, sondern insbesondere auch in ihrer grundsätzlichen Profilierung zukunftsfähig auszurichten. Es muss uns vor allem gelingen, unseren Studierenden langfristig den Zugang zu akademischen Berufsfeldern zu eröffnen. Dabei denke ich nicht nur an die derzeit vorhandenen Berufsfelder, sondern auch an zukünftige, deren Anforderungsprofile wir noch nicht genau kennen. Zudem ist der Berufsmarkt sehr heterogen geworden und charakterisiert sich durch eine teilweise Entkoppelung von Studienfach und Beruf. Deshalb ist es so wichtig, dass unsere Studierenden im Studium lernen, sich eigenständig neues Wissen aneignen zu können. Zusammenfassend möchte ich mich insbesondere für die Weiterentwicklung der Sporthochschule zu einer international ausgerichteten Forschungsuniversität einsetzen, an der auch problemorientiert gelernt wird, die sich dem verantwortungsvollen Transfer in die und der Kooperation mit der Gesellschaft verpflichtet fühlt, für die Wertschätzung von Diversität ein wichtiger Aspekt des Selbstverständnisses ist und deren Organisation in allen Kernbereichen durch angemessene Digitalisierung unterstützt wird.

Was bedeutet das konkret für die Lehre?

Wir sollten uns konsequent als Universität weiter profilieren, in der in einem Teilsegment ihres Lehrangebotes dem methodischen Ansatz des problemorientierten Lernens gefolgt wird. Das heißt, Fokussierung auf komplexe Problemstellungen, Studierendenorientierung durch selbstgesteuertes Lernen in kleinen Arbeitsgruppen, Begleitung des Lernprozesses durch Wissenschaftlerinnen und Wissenschaftler. Dadurch fördern wir, dass unsere Studierenden über die konkrete Problemlösung hinaus transferfähiges Wissen und fachspezifische Lern- und Denkstrategien erwerben. Wenn wir dieses problemorientierte Lernen mit unserer Forschungsorientierung kombinieren, dazu unsere beson-



dere Infrastruktur nutzen, können wir eine einzigartige und zukunftsfähige Lehre für unsere Studierenden gestalten und uns von anderen Hochschulen abgrenzen. Eine solche Erweiterung unserer Zielorientierung Forschungsuniversität um ein noch klarer nach innen und außen kommuniziertes Bekenntnis zu dieser Lehr-Lernform steigert sicher unsere Attraktivität für zukünftige Studieninteressierte. Besondere Bedeutung im Bereich der Lehrentwicklung hat für die Sporthochschule auch die Wechselbeziehung mit Sportorganisationen und dem Schulsystem. Hinsichtlich des organisierten Sports ist wichtig, dass wir uns intensiv austauschen und durch Kooperationen mit Sportverbänden Verbindungen zwischen den Ausbildungssystemen herstellen. Darüber hinaus muss sich die Sporthochschule weiterhin ihrer hohen Bedeutung im Rahmen der Ausbildung von Sportlehrerinnen und -lehrern bewusst sein. Hierbei handelt es sich um einen elementar wichtigen Kernbereich unserer Ausbildung. Auch deswegen werde ich mich zukünftig weiter für die sportpraktische und sportdidaktische Ausbildung der Studierenden als wichtiges Fundament nicht nur in unseren Lehramtsstudiengängen einsetzen. Der Bereich des Weiterbildungssektors wird zukünftig auch enormes Potential zur Entwicklung der Lehre bieten. Auf diesem Gebiet müssen wir uns von dem Ansatz lösen, dass grundsätzlich akademische und berufliche Ausbildung unterschiedliche und abgegrenzte Bereiche ohne gegenseitige Anrechnungsmöglichkeit von Leistungen und Anerkennung von Abschlüssen sind.

Digitalisierung und Diversität sollen zukünftige Schwerpunkte sein und gemeinsam in einem neuen Prorektorat betreut werden. Diese Verbindung überrascht etwas.

Digitalisierung wird unsere Gesellschaft als Ganzes in den kommenden Jahren maßgeblich prägen. Der adäquate Umgang mit diesem Phänomen und der Aufbau leistungsstarker Infrastrukturen ist eine zentrale zukünftige Aufgabe, die alle Bereiche der Sporthochschule betrifft. Bei uns stellt sich Digitalisierung noch als eine Vielzahl von Einzellösungen dar, die die damit verbundenen

Potentiale nicht entfalten lässt. Die Verknüpfung der vorhandenen und bereits initiierten Maßnahmen im Sinne eines institutionellen Gesamtkonzeptes für Digitalisierung ist für die Sporthochschule daher eine zukünftige zentrale Entwicklungsmaßnahme. Digitale Lehrformate ermöglichen zum Beispiel auch international zusammengesetzte Seminargruppen. Diese Angebote können folglich dazu beitragen, das gesamte Studium zu internationalisieren und die ‚Internationalisierung vor Ort‘ zu fördern. Digitalisierung kann also zum Motor der Hochschulentwicklung werden, wenn sie an die Ziele der Institution, beispielsweise Internationalisierung als eine Komponente von Diversität, angepasst wird. Dies ist nur ein Aspekt, wie die auf den ersten Blick voneinander unabhängigen Bereiche Digitalisierung und Diversität verknüpft sind. Um einer heterogenen Gruppe von Studierenden angemessene Optionen für ein Studium anbieten zu können, müssen wir uns auch noch stärker an den Lebenswelten der Studierenden orientieren und zusätzlich alternative, zeitlich und räumlich flexible Angebote zum derzeit dominierenden Präsenz- und Vollzeitstudium etablieren. Das lässt sich nur zusammen mit dem Ausbau der Digitalisierung erreichen. Digitalisierung wird aber nicht nur den akademischen Bereich tangieren. Das gesamte Wissenschaftssystem ist auf eine leistungsfähige informationstechnische Infrastruktur angewiesen. Die möglichst umfassende digitale Abwicklung von Verwaltungsprozessen und die Vermeidung von Insellösungen innerhalb der Institution stellen eine große Herausforderung dar. Hierzu müssen Standardprozesse in allen Bereichen identifiziert und abgestimmt werden, damit sie in ein integriertes System aufgenommen werden können. Das Potential der Digitalisierung liegt insbesondere darin, Prozesse so zu modernisieren, dass Aufwände für alle Beteiligten reduziert sowie hohe Qualität und Effizienz von wirklich notwendigen Prozessabläufen sichergestellt werden. Hier wird deutlich, dass diese Veränderungsprozesse im Campusmanagement intensiv von dem akademischen Bereich begleitet werden müssen – ein weiterer wichtiger Arbeitsbereich des neuen Prorektorates. *Das Interview führte Lena Overbeck*



SMALL TALK
VON VOLKER
SCHÜRMANN

Nach alter Überlieferung beginnt das Philosophieren mit dem Staunen. Daher könnte man denken, dass wir in einer Blütezeit der Philosophie leben. Denn man kann wahrlich nur staunen, was gerade so passiert in der Welt. Da hat ein Fleischfabrikant Sätze über den Afrikaner raus, denen von einem sogenannten Ehrenrat bescheinigt wird, dass sie nicht rassistisch sind, wohl aber gegen das Diskriminierungsverbot verstoßen. Es ist wohl Absicht, dass Normalsterbliche das nicht verstehen. Man soll sich nicht weiter wundern, sondern die Sache abhaken, so die Botschaft. Erwähnenswert ist freilich, dass dieses Gremium eines Fußballvereins damit einen Steilpass erlaufen hat, den das oberste Sportgericht CAS gespielt hatte. Caster Semenya hatte geklagt, und ihr und dem afrikanischen Leichtathletikverband wurde in einem staunenswerten Urteil beschieden, dass die Testosteron-Regel diskriminierend sei. Aber diese Diskriminierung sei nötig, um die Fairness des Wettkampfs zu sichern. Juristen bemühen sich seitdem zu zeigen, dass das nur auf den ersten Blick ein Unsinn ist. Auch hier, so die Botschaft, solle man sich nicht wundern, sondern bitteschön akzeptieren, dass Recht und Rechtswissenschaft überflüssig wären, könnten wir alle komplizierten Angelegenheiten nach dem ersten Augenschein entscheiden. Wohl wahr. Aber manche Sachen sind und bleiben trotzdem ganz einfach. Eine legitime Diskriminierung ist und bleibt gerade auch juristisch ein Unsinn.

Kann man sich über all das also nur wundern, so gibt es wahrlich wichtigere Dinge als den Sport. Und dort, in der großen weiten Welt, kann man gerade ohne Wenn und Aber einfach nur bewundern, dass es Fridays for Future immer noch gibt. Der Klimawandel geht in den Schulferien weiter, und das wissen diese jungen Leute sogar. Wer hätte das gedacht. Was dabei auch weitergeht, ist der Schwall an generösen oder gelegentlich auch perfiden Kommentaren, die allein dazu dienen, vom Problem abzulenken. Im Sommerloch kann man ob der Ferien zwar nur schlecht mäkeln, dass die Schule geschwänzt wird, aber der Phantasie sind trotzdem keine Grenzen gesetzt. Da wird der ökologische Fußabdruck der Atlantiküberquerung von Greta berechnet und der CO₂-Ausstoß, würden wir alle Papier- statt Plastiktüten benutzen. Ja klar! Wenn wir weniger Abfall produzierten, dann müssten wir uns um die Entsorgung weniger Sorgen machen. Als ob die jungen Leute das nicht längst wüssten. Ja klar! Bloß individuelle Verhaltensänderungen ändern gar nichts. Als ob wir das nicht seit Jahren wüssten. An der Dominanz des Individualverkehrs ändert sich gar nichts, wenn sich die Verkehrsminister mit der Automobilindustrie ins Bett legen. Aber Fridays for Future propagiert auch gar nicht, dass wir alle Schlauchboot fahren sollen statt zu fliegen, sondern lediglich, dass Befunde der Wissenschaft endlich ernst genommen werden. Es gibt 1.000 Dinge, die staunen machen. Trotzdem sind die Zeiten fürs Philosophieren rau geworden, denn man kann nur staunen, was manche Leute aufregt und was sie dabei ganz kalt lässt. Unserem Klima tut das nicht gut.

ÜBERSICHT ÜBER DIE PREISTRÄGERINNEN & PREISTRÄGER DES ABSOLVENTENTAGES 2019:

Studiengangsbeste Bachelor

Victoria Knorr-Held, B.A. Sport, Erlebnis und Bewegung; Susann Schepers, B.A. Sport und Gesundheit in Prävention und Therapie; Leon Wohlgemuth, B.A. Sportmanagement und Sportkommunikation; Sebastian Oskar Günther, B.Sc. Sport und Leistung; Jana Vennegerts, B.A. Sportjournalismus

Studiengangsbeste Master

Daniel Fricke, M.A. Sport, Medien- und Kommunikationsforschung; Sabrina von Leesen, M.A. Rehabilitation, Prävention und Gesundheitsmanagement; Barbara

Schmitz, M.A. Sport- und Bewegungsgerontologie; Moritz Michael Mücke, M.Sc. Sport Management; Valeria Eckardt, M.Sc. Psychologie in Sport and Exercise; Maximilian Siech, M.Sc. Sporttourismus und Erholungsmanagement; Maximilian Bauer, M.Sc. Human Technology in Sports and Medicine; Jan-Frieder Harmsen, M.Sc. Exercise Science and Coaching; Christine Maleske, M.A. International Sport Development and Politics

Nachwuchspreise

Beste Dissertation – Gesellschaftswissenschaften: Dr. André Poweleit
Beste Dissertation – Lebenswissen-

schaften: Dr. Lisa Musculus
Beste Master- und Examensarbeit – Geistes- und Gesellschaftswissenschaften: Christian Gräbner
Beste Master- und Examensarbeit – Lebenswissenschaften: Mareike Morat

Lehrpreise Praxiskurse/Übungen

1. Platz: Dr. Stefan Mühl, „BAS5.13 – Rudersport“, Institut für Outdoor Sport und Umweltforschung; 2. Platz: Dr. Karsten Schul, „BAS6.2 – Basketball“, Institut für Trainingswissenschaft und Sportinformatik

Seminare

1. Platz: Dr. Ansgar Molzberger, „DEV1.3 – Documents Material Based Research Methods in the Humanities“, Institut für Sportgeschichte; 2. Platz: Dr. Daniel Klein, „M2/B10 – Präventive und kompensatorische Bewegungserziehung“, Institut für Sportdidaktik und Schulsport; 2. Platz: Dr. Sylvain Laborde, „SUL5 – Trainieren und Training aus psychologischer Perspektive“, Psychologisches Institut

Tutorienpreise

Julia van den Berghen, Fachtutorium Volleyball; Sophia Pöttinger,

Fachtutorium Methodenlehre/ Statistik; Tim Pfeiffer, Fachtutorium Turnen

August-Bier-Plakette

Anna-Lena Hammerle & Lucas Höschler

Fotowettbewerb

Jonas Staubach, Davina Keppler, Jannik Roth

DAAD-Preis

Jasper Kwasy

Studierendenpreis

Ronja Blut, Jule Löcker, Julius Kersting



Vom Basiskurs zur WM



Sophia Schmidt (22) hat Anfang August nach acht Semestern ihre Bachelorarbeit abgegeben. In ihrem Studium (Sport, Erlebnis und Bewegung) hat sie etwas geschafft, wovon viele Sportler*innen nur träumen können: Als sie sich im Sommer 2016 für den Basiskurs Kanu entschied, hätte sie nie damit gerechnet, drei Jahre später an der U23-Weltmeisterschaft im bosnischen Banja Luka teilzunehmen. Der KURIER sprach mit Sophia über ihren steilen Aufstieg.

Was war dein erster Kontakt mit dem Kanusport?
Ich erinnere mich, als kleines Kind schon in einem Boot gesessen zu haben. Außerdem bin ich im Urlaub mit meinen Eltern mal Kanadier gefahren. Das hatte aber einen ganz anderen Charakter, zumal wir auch noch Gepäck dabei hatten.

Wieso dann der Kanukurs und nicht einer der anderen zehn BAS5-Wahlkurse?
Ich wollte erst eine Exkursion machen, das hat aber zeitlich nicht gepasst. Dann habe ich zwischen Kanu und Rudern geschwankt. Ich kann nicht mehr sagen, warum die Wahl letztlich auf Kanu fiel.

Welchen Sport hast du zuvor betrieben?
Vor meinem Studium habe ich in der Heimat Zweikampfsport, Kung Fu, gemacht. Hier in Köln habe ich mich dann auf die Suche nach einem Verein gemacht, habe aber nichts Passendes gefunden.

Wieso hat dich der Kanusport direkt so gepackt?
Nach dem Kurs hat mich Dennis Drieschner, mein Kanudozent und heutiger Trainer, gefragt, ob ich nicht bei ihm im Training vorbeischauchen möchte. Das war genau richtig und hat mir von Anfang an Spaß gemacht. Er hat mich direkt mit den anderen Mädels bekannt gemacht, die gerade in der Sommerpause waren und demnach ziemlich locker gefahren sind. Das war für mich ein ganz guter Einstieg, und ich hatte den Ehrgeiz, bei denen mitzukommen.

Nun trainieren diese Mädels seit Jahren. Wie war es für dich als kompletter Neuling in dieser Sportart am Anfang?

Auf dem Rhein war es etwas ganz anderes als auf dem Fühlinger See. Bei Strömung war es am Anfang ziemlich anspruchsvoll, das Boot überhaupt gerade zu halten. Aber ich habe das gar nicht so hinterfragt, sondern hatte einfach Spaß daran. Ich habe den kompletten Winter über hart trainiert: zielgerichtetes Krafttraining, individueller Trainingsplan vom Trainer. Schon im Frühjahr 2017 konnte ich mein erstes Rennen fahren.

Wie würdest du deine Entwicklung in den letzten drei Jahren beschreiben?

Das ging alles ziemlich schnell. In der Saison 2017 habe ich alles mitgemacht, was ging. Bei der Deutschen Meisterschaft bin ich zwar baden gegangen, ein Jahr später lief diese aber super. Viele Rennen haben mir vieles an Erfahrung gebracht, dazu habe ich neben dem Studium zweimal täglich trainiert.

Du hast in Junkersdorf gewohnt und auf dem Rhein trainiert, das klingt zeitaufwändig. Wie war das mit dem Studium vereinbar?

Jeden Tag zweimal fünfunddreißig Minuten mit dem Rad hin und zurück – das hat mich fit gemacht. Es war zwar stressig, aber mit der Hilfe meines Trainers konnte ich das gut ums Studium herumlegen. Als ich nur noch meine Bachelorarbeit schreiben musste, hatte ich in der Uni kaum noch etwas zu tun. Mittlerweile wohne ich auch näher zum Rhein, radle nur noch fünfzehn Minuten zum Training.

Wie simulierst du Wildwasser, wo der Rhein doch ein eher ruhiges Gewässer ist im Vergleich zu Wettkampffahrten?

Wildwasser kann man dort in der Tat nicht simulieren. Man lernt mehr oder weniger nur auf den Rennen. Meist reist man eher an, um noch ein paar Tage vor Ort zu trainieren.

Wie kam es zu der WM-Nominierung?

Im Hintergrund läuft beim Kanu eine Rangliste. Anfangs war das für mich kein Thema, ich habe da über-

haupt nicht drauf geachtet. Doch mein Trainer hat mich sehr motiviert. Bei den Deutschen Meisterschaften hat es dann geklappt. Im Classic-Rennen war ich nach 12:42 Minuten als Zweite im Ziel, nur fünf Sekunden hinter mir war die Siebtplatzierte. Da hatte ich viel Glück, vorne zu sein.

Wie sieht es mit der Finanzierung einer WM aus?

Der Verein hat viel übernommen, aber der Eigenanteil war relativ hoch. Den Präsentationsanzug haben wir gestellt bekommen, alles drum herum mussten wir selber zahlen.

Wie zufrieden bist du mit deinen WM-Ergebnissen – Elfte im Classic, 16. im Sprint, Sechste im Team?

Da Sprint nicht so meine Disziplin ist, war ich da relativ überrascht. Die Strecke ging durch eine sehr schwierige Wildwasserpassage, da konnte ich mich an manchen Stellen aufgrund fehlender Erfahrung noch nicht hundertprozentig ausbelasten. Meine Stärke ist die Ausdauer, deshalb liegt mir Classic mehr. Im Team sind wir leider gekentert, da war mehr drin.

Was sind deine persönlichen Ziele?

Ich habe noch ein Jahr U23. Da sind kommendes Jahr die Europameisterschaften, wo ich auf jeden Fall gerne nochmal international fahren würde. Wie es dann nach diesem Jahr aussieht, hab ich noch nicht so vor Augen. Da gibt es viele deutsche Kanutinnen, die international etabliert sind und so schnell von uns Jungen nicht verdrängt werden können.

Was hast du aus dem Kurs der Sporthochschule mitgenommen? Für wen ist das was?

Es war ein unglaublich toller Kurs. Im Prinzip braucht man keine Vorkenntnisse. Klar, der Weg zum Fühlinger See ist ziemlich weit und schreckt erstmal viele ab, wie mich am Anfang auch. Aber gerade im Sommersemester gibt es nichts Schöneres als bei gutem Wetter auf dem Wasser zu sein. Wir haben Ball gespielt, Parcours und kleine Staffeln gemacht, und am Ende ist wirklich für jeden was dabei.

Das Interview führte Henrik Mertens.

KURIER QUIZ



1. Preis
Gutschein
über 30 € für
Globetrotter

2. Preis
handsigniertes
Buch (S. 4)

MIT GLOBETROTTER NACH TANSANIA

Das Wintersemester hat gerade angefangen. Da fehlt womöglich noch das eine oder andere Sportutensil oder – für die ruhigeren Stunden auf dem Sofa – etwas Lesestoff. Beides gibt es in dieser Quiz-Ausgabe zu gewinnen.

Wir verlosen ein Exemplar des Buches „Ballzauber in Tansania“ von SpoHo-Student Tim Jost, welches wir auf Seite 4 dieser Ausgabe vorstellen. Außerdem gibt es einen Globetrotter-Gutschein in Höhe von 3x10 €

zu gewinnen. Wer gewinnen möchte, sollte folgende Frage richtig beantworten:

WIE LAUTET DIE SIGNATUR VON TIM JOSTS BUCH „BALLZAUBER IN TANSANIA“ IN DER SPOHO-BIB?

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

EINSENDESCHLUSS: 01.11.2019

VIEL ERFOLG!



Die Deutsche Sporthochschule Köln trauert um den ehemaligen Mitarbeiter **Professor Bernhard Abel**, der am 7. Juli 2019 im Alter von 90 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), Ariane Jäger (Aj, -8553),
Henrik Mertens (Hm, -6158), Anna
Papathanasiou (Ap, -8553), Marilena
Werth (Mw, -2080)
Layout
Sandra Bräutigam (Sb, -3442)

Auflage
3.000
Druck
DFS Druck Brecher GmbH,
www.dfs-pro.de
Erscheinungsweise
Viermal im Jahr. Der nächste KURIER
erscheint vsl. im Dezember 2019.

Redaktionsschluss
KURIER 4/2019: 15.11.2019
Eine PDF- und Online-Version finden Sie
unter: www.dshs-koeln.de/kurier