

Persönlicher ERASMUS-Erfahrungsbericht

Studienfach	Sportmanagement
Gastuniversität	Norwegian School of Sport Science
Gastland	Norwegen
Stadt	Oslo
Aufenthaltsdauer (Monat/Jahr – Monat/Jahr)	08 /2015 – 12 /2015
Einverständniserklärung	Ich bin damit einverstanden, dass mein Erfahrungsbericht an interessierte Studierende weitergeleitet wird. x ☐ ja ☐ nein Ich bin damit einverstanden, dass mein Erfahrungsbericht auf den Internetseiten des Akademischen Auslandsamtes anonym veröffentlicht wird. x ☐ ja ☐ nein

1) Vorbereitung des Auslandsaufenthalts

Erasmus+ ist das Programm für Bildung, Jugend und Sport der Europäischen Union. In Erasmus+ werden die bisherigen EU-Programme für lebenslanges Lernen, Jugend und Sport sowie die europäischen Kooperationsprogramme im Hochschulbereich zusammengefasst (erasmusplus.de). Praktisch hilft das Programm Studierenden, die sich für ein Studium im europäischen Ausland interessieren sowohl organisatorisch als auch finanziell.

Genereller Anlaufpunkt für sämtliche Vorüberlegungen sollte diese Seite sein:

<https://www.uni-potsdam.de/studium/ausland/studium/>

Organisatorisch hilft das Programm durch vorverhandelte Partnerverträge mit anderen Universitäten. Unter diesem Link findet ihre für euer Studienfach die bestehenden Partnerunis:

<https://www.uni-potsdam.de/studium/ausland/studium/erasmus/koordinatoren/>

Es sind jedoch auch Individualbewerbungen möglich.

Anschließend sollte man sich auf den Websites der fraglichen Unis informieren welche Programme angeboten werden, ebenso sollte man sich über die Stadt, Lebenshaltungskosten etc. informieren.

Hat man die richtige(n) Universität(en) gefunden, sollte man mit seinem Erasmuskordinator in Kontakt treten und erfragen, welche Unterlagen für die Bewerbung nötig sein. Hier nicht den Bewerbungszeitraum verschlafen!

Sollte die Bewerbung erfolgreich sein wird ein Learning Agreement geschlossen, in dem der Studierende angibt welche Veranstaltungen er im Ausland besuchen möchte und wie er sie an der Heimuni einbringen will.

2) Studium an der Gastuniversität

Ich habe für ein Semester Outdoor Studies – Friluftsliv an der Norwegian School of Sport Science in Oslo studiert:

<http://www.nih.no/en/exchange/available-courses/outdoor-life/>

Generell werden diese drei Module mit jeweils 30 LP angeboten:

Sport Management (30 ECTS)

Outdoor Studies – Friluftsliv, (30 ECTS)

Sport Biology, Health and Psychology (30 ECTS)

Es bietet sich an die drei Kurse aus einem Modul zu besuchen. Wenn es zeitlich passt, lassen sich aber auch Veranstaltungen aus verschiedenen Modulen kombinieren.

Generelle Infos über die Uni:

<http://www.nih.no/en/about-nsss/>

Die Uni ist mit 1600 Studenten sehr klein, was einen persönlichen Kontakt zwischen Studenten und Dozenten erlaubt. Es wird sich aber sehr um die wenigen Studenten bemüht sei es bei der vorbereitenden Organisation, durch Einführungsveranstaltungen und eine Kennenlern-Woche.

Trotzdem bietet die Uni sportlich sehr viele Möglichkeiten. Sie liegt etwa 20min mit der T-Bane vom Zentrum entfernt an einem See. Im Sommer kann man hier Schwimmen und ganzjährig wunderbar laufen gehen. Außerdem gibt es Fußballfelder, Sporthallen und ein

kostenloses top ausgestattetes Fitnessstudio. Da die Uni derzeit renoviert wird, muss ein externes Schwimmbad genutzt werden. Das ist jedoch kostenlos.

Die Bibliothek ist nicht groß und bietet nicht sonderlich viel englische Literatur. Die Computer sind ebenfalls nicht die neuesten, funktionieren aber und sind mit Office etc. ausgestattet. Großartig sind die weitreichenden online Zugriffsrechte für wissenschaftliche Texte. Hier können sich deutsche Universitäten noch ein Beispiel nehmen.

3) Kontakte zu einheimischen und ausländischen Studierenden

Im Rahmen von Outdoor Studies finden Trips und zahlreiche Lehrveranstaltungen mit norwegischen Studenten statt. Die Klasse bestand etwa aus 15 internationalen und 40 norwegischen Studenten. Dementsprechend fand ein reger Austausch statt. Anfangs gestaltete er sich aufgrund unterschiedlicher Englisch-Kenntnisse etwas schwierig wurde jedoch mit der Zeit immer besser.

4) Sprachkompetenz vor und nach dem Auslandsaufenthalt

Zur norwegischen Sprache: Durch die Universität wird ein Sprachkurs angeboten. Durch die zahlreichen Trips der Outdoor Studies fanden Veranstaltungen jedoch sehr unregelmäßig und selten statt, so dass hier sehr wenig Kenntniszuwachs möglich war. Wer Norwegisch lernen will, sollte sich zusätzlich auf anderen Wegen bemühen.

Zur englischen Sprache: Kurz und knapp, die Konversationsfähigkeit wird deutlich besser. Da man jedoch Kontakt zu hauptsächlich Nicht-Muttersprachlern hat, leidet die Grammatik.

5) Wohn- und Lebenssituation

Gelebt habe ich in Kringsjå, was direkt an der Uni liegt. Ins Zentrum sind es zwar 20min zu fahren, trotzdem empfehle ich jedem aufgrund der Nähe zur Uni und den Sportmöglichkeiten hier zu wohnen. Außerdem ist es die günstigste Studentenunterkunft, ich habe ca. 320 Euro im Monat gezahlt. Günstiger geht es in Oslo nicht. Ein Monatsticket kostet für Studenten etwa 45 Euro. Ich empfehle die Anschaffung eines Fahrrads. Für sehr wichtig halte ich eine Kreditkarte, die kostenloses Abheben von Bargeld im Ausland ermöglicht. Somit umgeht man lästige Abhebegebühren. Außerdem lässt sich nahezu alles bargeldlos bezahlen.

Ich empfehle den Abschluss einer Auslandskrankenversicherung, auch wenn ich nicht die Notwendigkeit hatte sie auszutesten.

Bei den Lebenshaltungskosten sollte man insbesondere in der Anfangszeit etwa das 2fache von Deutschland einplanen. Es gibt Discounter wie Kiwi oder Rema1000, die Hausmarken heißen „First Price“ und sind relativ preisgünstig. Markenprodukte sind sehr teuer. Gemüse lässt sich gut in den arabischen Märkten bei der Station „Grønland“ kaufen.

Die Stadt ist für eine Hauptstadt relativ klein, im Zentrum lässt sich alles fußläufig erreichen. Der Eintritt für Clubs liegt etwa bei 10 Euro, ein Bier zwischen 7 und 9 Euro. Daher finden viele bessere Parties in den Küchen der Studentenunterkünfte statt. Ein weiterer Grund hier zu wohnen. Kulturell bietet die Stadt Museen, Oper, Kinos etc.. Wer jedoch High-Life möchte, ist hier falsch.

6) Rückblick

Generell hatte ich eine wunderbare Zeit in Oslo, die ich nicht missen möchte. Man sollte sich im Vorhinein Gedanken über die Finanzierung machen, da die Stadt wirklich sehr teuer ist, gleichzeitig sollte man sich aber auch nicht zu sehr verunsichern lassen. Besonders das Leben im Studentendorf hat mir gefallen, da man kurze Wege hat und viele Interessante Leute kennen lernt. Ich würde jedem empfehlen in einer Studentenunterkunft zu leben. Der wohl größte Pluspunkt ist die

wunderbare Natur Norwegens. Reisen ist erschwinglich und gleichzeitig erlaubt das „Allemannsretten“ jedem nahezu überall zu campen. Also auf jeden Fall Zeit fürs Reisen und entsprechendes Equipment einplanen.

7) Sonstige Hinweise

Wer fragen hat kann mich gerne kontaktieren!