

Darum bin ich dabei!!!

An einer Hochschule, die auf über 23 verschiedene Standorte in Stuttgart verteilt ist, ist der Hochschulsport einer der Möglichkeiten sich fakultätsübergreifend kennenzulernen. Dies aktiv mitzugestalten ist eine der Aufgaben der mittlerweile 27 Übungsleiter und Übungsleiterinnen des Hochschulsports, wovon 22 selbst an der DHBW Stuttgart studieren oder studiert haben. Warum sie sich als Übungsleiter oder Übungsleiterin engagieren erzählen vier aktive Hochschulsportler.

Julian Hagmann, Absolvent 2012, Übungsleiter Fußball seit 2010

„Seit meinem ersten Semester als DHBW-Student war ich regelmäßig beim „Dienstags-Kick“ dabei. Übungsleiter wurde ich, als der bisherige Leiter auf Grund seines Studienendes keine Zeit mehr aufbringen konnte. Zu meinen Aufgaben gehört auf jeden Fall Verantwortung zu übernehmen und eine vernünftige, gleichstarke Teambildung. Die allgemeine Organisation und die Schlichtung von kleinen Streits gehören ebenfalls dazu. Am meisten Spaß macht mir dabei natürlich das Fußball spielen an sich, aber auch die Möglichkeit sich mit Kommilitonen anderer Fakultäten auszutauschen. Ein gutes Beispiel für wachsenden Zusammenhalt in solch einer Gruppe ist als wir einem Kommilitonen bei der Zimmersuche unterstützt haben. Er selbst hatte mehrere Wochen und nichts gefunden. Als sich die ganze Gruppe der Sache annahm hatte er zwei Tage später ein Zimmer anmieten können. Sport baut aber auch Stress ab und hilft nicht nur sich zu bewegen sondern auch in einem Team zu spielen und sich gegenseitig zu helfen.“

Diana Zarowny, Studentin der Sozialen Arbeit, Übungsleiterin Power-Fitness seit 2013

„Zur Übungsleitertätigkeit im Hochschulsport bin ich zufällig durch eine Ausschreibung gekommen, in der nach Übungsleitern gesucht wurde. Dabei hatte ich Erfolg und konnte bereits kurz nach der Zusage den ersten Power Fitness-Kurs im Hochschulsport anbieten. Als Übungsleiterin hab ich die Aufgabe, die Teilnehmer zu motivieren, sie zu pushen, sie zu korrigieren und ihnen Hilfestellung zu bieten. Ich habe eine große Freude an der Arbeit als Übungsleiterin, nicht nur durch den Kontakt zu vielen verschiedenen Leuten, sondern ich kann meinen Kommilitonen etwas Ausgleich zum Studienalltag bieten. Nach dem Motto ‚Fitness gegen Unistress‘. Für Interessierte am Übungsleiter-Dasein habe ich ein paar Tipps: Überlegt euch vorab, ob ihr den Kurs für Anfänger oder Fortgeschrittene anbieten möchtet und wie viele Teilnehmer es maximal sein sollen. Dann kann es schon losgehen.“

Alexander Gehret, Student der Informatik, Übungsleiter Kampfsport seit 2013

„Ich hatte mich mit anderen Kampfsportlern zusammengefunden, um eine gemeinsame Trainingsmöglichkeit in Stuttgart zu finden. Als dann die Frage nach einem Trainer aufkam, habe ich mich freiwillig gemeldet. Als Übungsleiter gilt es dafür Sorge zu tragen, dass neben dem Spaß am Sport auch etwas Effektives vom Training in den Köpfen haften bleibt. Als Übungsleiter hat man hier gute Möglichkeiten sich in Führungsqualitäten zu üben. Die Hochschulsportler kommen aus allen Fachbereichen und man lernt sich kennen – sogar Freundschaften entstehen. Der Hochschulsport an der DHBW Stuttgart bietet eine ideale Plattform um andere Themen und Perspektiven kennen zu lernen. Man schaut ein wenig über den Tellerrand hinaus.“

Helen Ulbricht, Studentin der Mechatronik, Übungsleiterin Badminton seit 2012

„Bevor ich die Übungsleitung übernahm, war ich bereits eine regelmäßige Teilnehmerin des Badminton-Samstags-Kurses. Ein sportlicher Ausgleich ist neben all den geistig anspruchsvollen Aufgaben, die mit dem Studium kommen, sehr gut für die Studierenden. Das wollte ich unterstützen. Als Übungsleiterin muss ich jede Trainingseinheit anwesend sein, Materialien zu Verfügung stellen, den generellen Ablauf lenken und teilweise auch die Teilnehmer motivieren, sowie Fragen zu Technik oder Regeln des Badmintons beantworten. Mir macht die Aufgabe Spaß, weil ich regelmäßig meiner Lieblingssportart nachgehen kann und es mit eine tolle Möglichkeit bietet auch Kommilitonen aus anderen Fachrichtungen kennenzulernen. Als Übungsleiterin sollte man auf alle Fälle Motivation und Ausdauer mitbringen, da die Aufgabe neben großem Spaß auch Verantwortung birgt.“

Der perfekte Ausgleich - Hochschulsport an der DHBW Stuttgart

Seit 2008 hat die DHBW Stuttgart zusätzlich zur Kooperation mit der Uni Stuttgart ein eigenes Hochschulsportangebot. Was mit drei Kursen begann, findet heute eine breite Nachfrage in mehr als 30 Kursangeboten. Da ist alles dabei: von Ball- und Rückschlagspielen, Kampfsport, Gesundheit bis hin zu Tanz und Aerobic. Zudem bietet der Hochschulsport der Dualen Hochschule Stuttgart regelmäßig Exkursionen und Sportveranstaltungen an. Dabei wird nicht nur auf ein breites Sportangebot, sondern vor allem auf Raum zum Kennenlernen und Austauschen abseits des Hochschulalltags Wert gelegt.