

Hochschulsport Team stellt sich neu auf

Durch die Corona-Pandemie musste im März 2020 das komplette Angebot des Hochschulsports abrupt gestoppt werden. Mit virtuellen und zeitweise normalen Kursen hat sich der Hochschulsport der TU Clausthal komplett neu aufgestellt. Im Zuge dieser Digitalisierung will das Sport-Team in den sozialen Medien aktiver sein. Seit Januar betreut daher die Studentin Mareike Apel deren Instagram- und Facebook-Seite.

Instagram-Kanal soll Studenten einen Mehrwert bieten

Mareike Apel (26) ist die neue Social-Media-Beauftragte des Sportinstituts – Rezepte und Übungen, die Muskelkater versprechen

Von Corinna Knoke

Clausthal-Zellerfeld. Die Maschinenbau-Studentin Mareike Apel veröffentlicht auf ihrem privaten Instagram-Account gern Fotos aus ihrem Alltag. Weil sich das Hochschulsport-Team an der TU Clausthal in den sozialen Medien breiter aufstellen will, hat es die 26-Jährige mit

ins Boot geholt. Im Gespräch mit der GZ erzählt sie von ihrer neuen Aufgabe, die tatsächlich anstrengender ist, als sie erwartet hat.

Mareike Apel findet es gut, dass der Hochschulsport nun seit einem Monat bei Instagram vertreten ist. Die App sei schließlich in der jüngeren Generation sehr beliebt. Und außerdem würde beinahe jeder

Clausthaler Student in seiner Freizeit einen Sportkurs an der TU belegen. Die neue Social-Media-Beauftragte will Facebook auch nicht vernachlässigen, weil dort insbesondere die Mitarbeiter der TU aktiv sind. „Wir wollen alle Sportbegeisterten für uns gewinnen“, sagt sie. Natürlich auch diejenigen, die nicht an der TU Clausthal sind.

In einer anfänglichen Planungsrunde einigte sich das Sport-Team darauf, dass Mareike Apel ungefähr dreimal in der Woche einen Beitrag veröffentlicht. Mittlerweile seien es mehr geworden, weil sie die Abonnenten gern auf dem Laufenden halten will. Wichtig ist es der Studentin auch, dass sie nicht einfach nur ein Bild veröffentlicht, sondern den Followern einen Mehrwert mitteilt. Sie hat auf Instagram beispielsweise wöchentliche Herausforderungen ins Leben gerufen, bei denen die Teilnehmer im Lockdown an ihre sportlichen Grenzen kommen. In der vorigen Woche standen beispielsweise 100 Kniebeugen täglich auf dem Programm. „Das gibt ordentlich Muskelkater“, verspricht Mareike Apel, die an der TU Clausthal gern beim Intervall- und Zirkel-



TU-Studentin Mareike Apel betreut die Social-Media-Kanäle des Hochschulsports. In ihrer Freizeit powert sie sich gern beim Intervalltraining aus.

training mitmacht. Besonders beliebt sind jedoch ihre Videos, in denen sie Rezepte vorstellt und nachkocht. Der Renner: Fitness-Pizza. Die sei schnell gemacht und lecker, erklärt Apel.

Sie ist als studentische Hilfskraft am Sportinstitut angestellt, wird für ihre Arbeit also auch entlohnt. Mit der Planung der Beiträge für die jeweiligen Seiten, die eigentliche Er-

stellung aber auch der Austausch mit dem restlichen Sport-Team sei aufwendiger, als sie es erwartet hat. „Ich schaue nicht immer genau auf die Uhr, aber da kommen schon zwei, drei Stunden am Tag zusammen“, erzählt sie. Ihr mache es aber viel Spaß, weil sie viele Freiheiten darin hat, wie sie die Kanäle des Hochschulsports in den sozialen Medien pflegen kann.



Da freut sich nicht nur das Auge: Die Fitness-Pizza ist schnell zubereitet, lecker und gar nicht mal so ungesund, wie man vielleicht denken mag. Das Rezept gibt es auf dem Instagram-Account des Sportinstituts. Fotos: Privat

