

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.

Neues Equipment für virtuelle Sportkurse

Rückblick auf ein turbulentes Jahr: Kombination aus Präsenz- und Online-Angeboten – Aktionen für 2021 stehen schon in den Startlöchern

Von Corinna Knoke

Clausthal-Zellerfeld. Vielversprechend ist für das Hochschulsport-Team der TU Clausthal das Jahr 2020 gestartet: Nach zehn Jahren Pause hatten sich im Januar 28 Studentinnen und Studenten sowie vier Übungsleiter nach Österreich auf Wintersportreise begeben. Ende Februar war zum 20. Mal das Kanupolo-Turnier ausgetragen worden, bei dem noch mehr als 100 Teilnehmer dicht an dicht „kuschelten“, berichtet Stefan Marxen, kommissarischer Leiter des Hochschulsports. Aufgrund der sich verschärfenden Corona-Lage wurde ab Mitte März zunächst jedoch das komplette Angebot des Hochschulsports gestoppt. Die Verantwortlichen haben aber neue Möglichkeiten gefunden, um weiterhin Sport-Kurse und Wettkämpfe anzubieten.

„Digitale statt physischer Nähe“ lautet seitdem das Motto, das auch hauptsächlich für die Vorlesungen an der Universität gilt. In mehreren Videos wöchentlich, die teilweise sogar live sind, hält das Sport-Team auf seiner Internetseite einen Teil der Kurse aufrecht. Laut Weltgesundheitsorganisation sollen Erwachsene nämlich mindestens zweieinhalb bis fünf Stunden in der Woche körperlich aktiv sein, um Erkrankungen vorzubeugen. „Das Equipment für die Videos haben wir extra angeschafft



Kombination aus digitalen und physischen Kursen: Stefan Marxen zeigt Übungen, die auch auf dem Wasser ausgeführt werden können Fotos: TU Clausthal

94 Studenten und Mitarbeiter der TU Clausthal haben im Frühjahr am digitalen Campuslauf teilgenommen. Dabei hatten sie die Möglichkeit, eine Distanz zwischen vier und zehn Kilometer zu wählen.

Während es beim Campuslauf einzig um den Spaß und natürlich die Fitness ging, hat die Uni bei der Kilometer-Challenge des Sportins-

tituts das Wettkampffieber gepackt. Die Studenten traten ebenfalls digital gegen die Mitarbeiter an und mussten am Ende eine Niederlage einstecken. Sie hatten insgesamt eine geringe Strecke zurückgelegt. Diesen Rückschlag wollen die jungen Erwachsenen jedoch nicht auf sich sitzen lassen, wie bei einer aktuellen Umfrage auf der neuen Instagram-Seite der TU (siehe unten) herauskam. Sie fordern eine Revanche.

Die nächste Aktion steht tatsächlich schon in den Startlöchern, kündigt das Hochschulsport-Team an: Es wird eine Etagen-Challenge geben. Diese soll eine gute Abwech-

slung zum Sitzen im Home-Office bieten. Gewinner wird derjenige sein, der an einem Tag, die meisten Etagen gelaufen ist. Fitness-Tracker und Handys können darüber Auskunft geben. Die Studenten hoffen, sich dabei gegen die Uni-Mitarbeiter durchzusetzen.

Das Hochschulsport-Team setzte im vorigen Jahr jedoch nicht nur auf digitale Kurse, die in Videoform auf der neu gestalteten Internetseite zur Verfügung stehen. Das TU-Bootschhaus an der Okertalsperre durfte mit einem entsprechenden Hygienekonzept öffnen, freut sich der kommissarische Leiter des Hochschulsports. Dankbar über das Angebot

haben sich die Studenten Material ausgeliehen, um sich auf dem Wasser in welcher Art auch immer fortzubewegen. Das Kursangebot, bestehend aus Segeln, Stand Up Paddling (SUP), SUP-Fitness, SUP-Yoga, wurde gut angenommen, resümiert Stefan Marxen.

Dabei musste er jedoch einen Wermutstropfen verkraften: Das Bootshausfest zum 60. Geburtstag ist ausgefallen. Die Hütte im Okertal erstrahlt jetzt jedoch in neuem Glanz, da sie für die eigentlichen Feierlichkeiten saniert wurde. Sie bekam einen neuen Anstrich, kaputte Türen wurden repariert, und alte Sitzmöglichkeiten ausgetauscht.