

Erfahrungsbericht meines Auslandssemesters in Sogndal (Norwegen)

Universität: Western Norway University of Applied Sciences

(<https://www.hvl.no/en/campus-life/campus-life-in-sogndal/campus-sogndal/>)

Studiengang: Outdoor Education and Nordic Friluftsliv

Wintersemester 2021

Vorbereitung und Bewerbung:

Für mich stand schon zu Beginn des Studiums fest, dass ich ein Auslandssemester absolvieren möchte. Daher habe ich mich etwa ein Jahr vor meinem Auslandssemester über Möglichkeiten ins Ausland zu gehen informiert. Da ich über das Fach Sportwissenschaften ins Ausland gehen wollte, habe ich mich auf die entsprechenden Partneruniversitäten fokussiert. Dabei hat mich die „Western Norway University of Applied Sciences“ in Norwegen sehr angesprochen, vor allem wegen des sehr praxisbezogenen Studiengangs „Outdoor Education and Nordic Friluftsliv“.

Nachdem ich mein Motivationsschreiben und alle nötigen Dokumente für die Bewerbung erfolgreich eingereicht hatte, bekam ich im Februar 2021 schließlich die Zusage für mein Auslandssemester. Anschließend verlief der Prozess recht einfach, ich musste einige Dokumente online bei der Partneruniversität ausfüllen und einreichen. Für den Vorbereitungsprozess kann ich allgemein die Erasmus Checkliste sehr empfehlen, diese bietet eine gute Übersicht über alle nötigen Schritte

(https://uol.de/fileadmin/user_upload/iso/Formulare/outgoing/Checkliste_Erasmus__deutsch.pdf).

Zudem werden mehrere Studierende aus Oldenburg für die Uni in Sogndal angenommen, daher ist es sehr hilfreich zu den anderen zugelassenen Studierenden Kontakt aufzunehmen, um sich gegenseitig weiterzuhelfen, falls es Schwierigkeiten gibt.

Anreise:

Es gibt viele Möglichkeiten nach Sogndal zu reisen. Die umweltfreundlichste und meiner Meinung nach angenehmste Alternative ist per Fahrgemeinschaft mit dem Auto anzureisen. Es ist zwar eine weite Strecke, aber dafür lassen sich wunderbar Zwischenstopps einbauen, wodurch man bereits einiges erleben kann. Zudem lässt sich mit dem Auto viel Gepäck mitnehmen, was besonders für den Studiengang „Outdoor Education and Nordic Friluftsliv“ von Vorteil ist, da man viel Equipment benötigt. Außerdem ist es auch sehr vorteilhaft ein Auto vor Ort zu haben, da die öffentlichen Verkehrsmittel nicht sehr gut ausgebaut sind.

Eine weitere Möglichkeit zur Anreise ist mit dem Flugzeug. Man kann entweder nach Oslo fliegen und von dort mit dem Bus (z.B. mit der Busgesellschaft vy: <https://www.vy.no/en>) nach Sogndal fahren oder man fliegt nach Bergen und nimmt von dort die Fähre nach Sogndal, was auch eine sehr schöne Fährfahrt ist. Eine weitere Möglichkeit wäre die gesamte Strecke mit dem Flugzeug zu fliegen, denn Sogndal hat auch einen kleinen eigenen Flughafen.

Ich habe mich mit zwei weiteren Studenten der Uni Oldenburg dazu entschieden gemeinsam mit dem Auto anzureisen. Als wir in Sogndal ankamen, hat uns eine studentische Assistentin in Empfang genommen, uns alles Weitere erklärt und uns die Schlüssel für unsere Wohnheime übergeben.

Unterkunft:

In Sogndal gibt es vier verschiedene Studierendenwohnheime, die durch die studentische Organisation „Saman“ verwaltet werden. Die Bewerbung für die Wohnheime verlief recht einfach. Die Miete beträgt bei allen Wohnheimen ca. 300€. Allerdings teilt man sich bei allen Wohnheimen das Zimmer mit einem weiteren internationalen Studierenden. Da die Stadt nicht sonderlich groß ist, sind alle Wohnheime einfach zu Fuß erreichbar. Die Wohnheime „Mollevangen“ und „Elvatunet“ liegen direkt neben der Universität. Das Wohnheim „Stedjeasen“ hingegen liegt etwas weiter entfernt auf einem kleinen Hügel, wo man ca. 10 Minuten zur Universität läuft, dafür aber einen schönen Blick über die Stadt hat. Das Wohnheim „Studentheimen“ liegt sehr zentral, man läuft etwa 7 Minuten zur Universität, aber nur ein paar Minuten zu den Einkaufsläden. Ich selbst habe in Studentheimen gewohnt. Das Wohnheim ist von außen zwar nicht besonders schön, aber da dort recht viele internationale Studierende gewohnt haben, hatte man eine schöne Gemeinschaft, mit der man viele gemeinsame Abende in den Gemeinschaftsküchen verbringen konnte. Letztlich lässt sich in allen Wohnheimen gut wohnen und jedes hat seine eigenen Vor- und Nachteile.

Studium an der Gasthochschule

An der Universität in Sogndal kann man zwischen zwei Studiengängen wählen, „Mountain to Fjord“ und „Outdoor Education and Nordic Friluftsliv“. Beide Programme sind extra für internationale Studierende ausgelegt und beinhalten viele Exkursionen. Ich habe den Studiengang „Outdoor Education and Nordic Friluftsliv“ gewählt und war sehr zufrieden mit

meiner Wahl. Wir waren (durch Corona) ein etwas kleinerer Kurs von 20 Studierenden und hatten dadurch recht schnell ein enges Verhältnis zueinander. Der Studiengang besteht aus sehr vielen Exkursionen, auf denen man verschiedenes erlebt und lernt. Über das gesamte Semester wurden wir sehr gut betreut durch unsere Lehrer. Im Vergleich zu unseren vielen Exkursionen hatten wir eher weniger Theorie Unterricht. Soweit ich es mitbekommen habe, hatten die Studierenden des „Mountain to Fjord“ Kurses etwas mehr Theorie-Anteile. Unsere Prüfungen an der Universität wurden durch Corona etwas abgeändert. Normalerweise hat man zunächst eine mündliche Prüfung in „Outdoor Leadership“, welches bei uns eher eine Art „Take-Home-exam“ war. Zudem mussten wir in der zweiten Hälfte des Semesters zwei Hausarbeiten schreiben. Insgesamt lassen sich die Prüfungsleistungen aber gut bewältigen, auch wenn man kein perfektes Englisch kann.

Alltag, Freizeit und allgemeine Erfahrungen

Das kleine Städtchen Sogndal ist perfekt gelegen, um viele Aktivitäten auszuüben. Es liegt zwischen den Bergen und direkt am Fjord. Dadurch konnten wir in unserer Freizeit nicht nur viel Wandern, sondern auch einige Tage am Strand verbringen und im Fjord baden. An der Uni sind zudem noch einige Beachvolleyball und Fußballfelder, die man jederzeit frei nutzen kann. Auch eine riesige Sporthalle stand frei zur Verfügung. Zudem kann man sich noch im Fitnessstudio anmelden, zu welchem eine Kletter- und Boulderhalle gehört, aber auch Squash - Plätze, ein Schwimmbad und einige Sportkurse, die man besuchen kann. Außerdem gibt es auch verschiedenste Studienorganisationen, die einige Ausflüge und Aktivitäten anbieten. Insgesamt wird einem also nicht langweilig in Sogndal und es gibt jede Menge Möglichkeiten sich aktiv zu bewegen.

Insgesamt hat mir mein Semester in Sogndal sehr gut gefallen! Wir hatten eine sehr schöne Zeit und ich habe während des Semesters viel dazugelernt. Die gesamte Organisation lief einwandfrei und sowohl die Ansprechpartner/innen vom IO in Oldenburg als auch der Studienkoordinator Tom Lund in Norwegen waren jederzeit zur Hilfe. Zum Glück hat uns Corona in Sogndal keinerlei eingegrenzt und wir konnten alle geplanten Aktivitäten durchführen.

Wenn du gerne Zeit in der Natur verbringst und offen bist neue Leute kennenzulernen, kann ich das Auslandssemester in Sogndal sehr empfehlen!!