

# **Erfahrungsbericht Sogndal WiSe 2022/23**

## **Vorbereitung (Planung, Organisation und Bewerbung bei der Gasthochschule)**

Die Bewerbung bei der HVL verläuft unproblematisch. Nachdem man hier in Oldenburg ausgewählt wird, kann man sich einfach in den Studiengang Outdoor Education and Nordic Friluftsliv einschreiben. Mit dem Learning Agreement war es etwas komplizierter, weil unklar war, wer der Ansprechpartner in Norwegen ist und die Unterschriften im Vorfeld benötigt werden. Es war allerdings auch das erste Jahr mit dem Online Learning Agreement, hoffentlich funktioniert das bei euch etwas unkomplizierter. Ansonsten lohnt es sich, einfach am Ball zu bleiben und regelmäßig seine E-Mails zu checken. Mit ein bisschen Eigeninitiative sollte die Organisation kein Problem sein, die Verantwortlichen in Norwegen sind auch sehr hilfsbereit und antworten in der Regel zeitnah.

## **Anreise**

Es gibt verschiedene Möglichkeiten anzureisen, durch das Green Travel Top-Up und im Sinne der Nachhaltigkeit lohnt es sich vor allem nicht zu fliegen. Ich bin mit dem Flixbus über Nacht von Hamburg nach Oslo gefahren, von dort gibt es dreimal am Tag eine Busverbindung nach Sogndal. Ansonsten kann man sich auch zu zweit oder zu dritt ein Auto teilen, falls eins zur Verfügung steht. Mit der Bahn ist die Anreise schwieriger und auch teurer, da würde ich die Busverbindung empfehlen. Zur Not kann man auch nach Oslo oder Bergen fliegen und von da weiter nach Sogndal reisen, es fliegt auch eine kleine Maschine von Oslo nach Sogndal.

## **Unterkunft**

Bei der Unterkunft ist es die praktischste Option, sich bei dem „Studentenwerk“ Sammen für eine Unterkunft zu bewerben. Ihr teilt euch dabei ein Zimmer in einem der drei Studentenhäuser Stedjeasen, Studentheimen oder Elvatunet. Ich war in Stedjeasen untergebracht und hatte einen wunderschönen Blick über Sogndal und den Fjord. Es besteht aus mehreren kleineren Häusern und liegt auch einer Seite am Berg, man muss von der Uni oder der Stadt also etwa 10-15 Minuten hochlaufen. Dafür sind die Zimmer am geräumigsten, man hat ein eigenes Bad am Zimmer und der Blick über Sogndal ist sehr

schön. Elvatunet liegt ziemlich direkt neben der Uni (2 min), hier teilt man sich das Bad mit der WG und die Zimmer sind etwas kleiner. Am wenigsten würde ich Studentheimen empfehlen, hier sind die Zimmer sehr klein für zwei Menschen und man teilt sich die Küche mit bis zu 10 anderen Studis. Dafür hat man hier sein eigenes Bad am Zimmer und es liegt



Ausblick von Stedjeasen auf Sogndal

recht nah an der Innenstadt. Ihr könnt die Studentenhäuser bei eurer Bewerbung (über [sammen.no](http://sammen.no)) priorisieren und auch angeben, wenn ihr schon eine/n Mitbewohner/in für euer Zimmer habt. Die Zimmerbelegung kann man im Nachhinein auch nicht mehr ändern. Wenn ihr euch gar nicht vorstellen könnt, ein Zimmer zu teilen, kann man auch im privaten Wohnungsmarkt nach einer WG suchen. Das ist aber deutlich aufwendiger, eine Freundin hat allerdings ein echt bezahlbares WG-Zimmer gefunden, es ist also auch möglich.

### Studium an der Gasthochschule

Der Studiengang Outdoor Education and Nordic Friluftsliv besteht vor allem am Anfang aus vielen Exkursionen und praktischen Teilen. Wir haben eine Bergwanderung mit Zelten und Schlafsack unternommen, waren Kanu und sogar im Meer Kajak fahren, sind auf einem Gletscher gewandert, waren (Langlauf)Ski fahren und haben fünf Tage im Wald ohne Zelte verbracht. Für alle, die gerne in der Natur sind, ist der Studiengang also wirklich ein Traum. Dadurch, dass unser Kurs so groß war, konnten wir allerdings nicht alles machen, sondern mussten zwischen Kajak, Kanu und Bergwanderung wählen. Die Exkursionen sind zwischen 3 und 5 Tage lang. Zwischen den Exkursionen und gegen Ende des Semesters gibt es dann auch noch etwas Theorie, diese ist aber recht einfach zu bewältigen. Durch Tom und Vegard, die beiden Verantwortlichen für den Kurs, wird man auch sehr gut betreut und kann immer



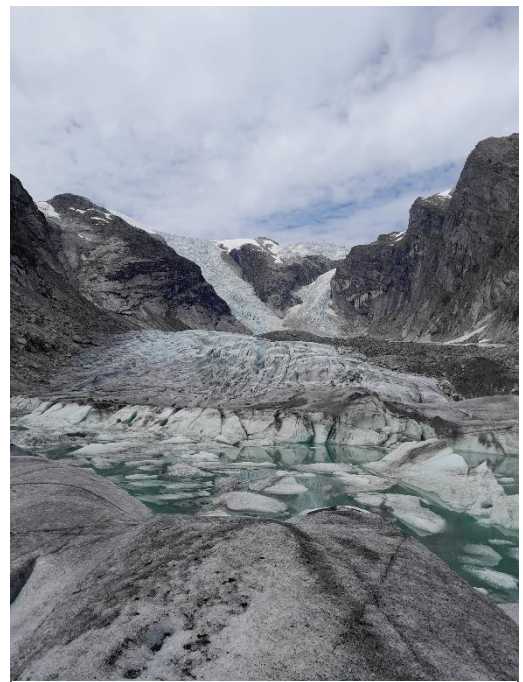
Ausblick auf den Sognefjord bei der Bergwanderung

fragen oder um Hilfe bitten. Die Uni findet in einer festen Klasse statt, die nur aus Internationals besteht.

Die Anrechnung von Modulen ist etwas komplizierter, vor allem wenn ihr auf Lehramt studiert. Dann könnt ihr euch nach Absprache mit den Verantwortlichen in Oldenburg die Exkursion und etwas Didaktik in unterschiedlichen Modulen anrechnen lassen. Außerschulisch ist das etwas einfacher, dann zählen die KPs auch für PBs und bei mir sogar als Praktikum in Sozialwissenschaften. Um die Anrechnung müsst ihr euch im Vorfeld selbst kümmern und dann ins Learning Agreement eintragen. Insgesamt würde ich aber auch nicht für KPs nach Sogndal gehen, sondern eher für die super Erfahrung, die Verbindungen zu jungen Menschen aus anderen Ländern und um den Horizont etwas zu erweitern.

### **Alltag und Freizeit**

In Sogndal wird in der Freizeit sehr viel über Studentenorganisationen organisiert, bei denen ihr unbedingt Mitglied werden solltet. Eine Mitgliedschaft kostet 10-20 Euro für das ganze Semester und dafür habt ihr ein echt breites Angebot an sportlichen und sozialen Aktivitäten. Lukralaget ist vor allem für Outdoor-Aktivitäten wie Klettern, Surfen oder Ski fahren da und ihr könnt euch Equipment dafür leihen. Außerdem organisieren sie einige gemeinsame Trips zum Surfen, Klettern oder einfach feiern. Studentspretten ist die Ballsportorganisation, hier gibt es auch einige Angebote (Fußball, Volleyball, Basketball...). Sjospretten ist für Wassersport da, also Kajak, Kanu und auch Surfen. Hier könnt ihr auch Zertifikate in Kursen machen und euch Equipment ausleihen.



Ausblick auf den Austerdalsbreen

Darüber hinaus kann ich eine Mitgliedschaft im Gym empfehlen, die auch Angebote wie Klettern/Bouldern und Squash beinhaltet. Vor allem Bouldern und Klettern ist sehr beliebt in Sogndal und eignet sich gut, um auch vor Ort Menschen kennenzulernen.

### **Fazit**

Insgesamt war das Semester in Sogndal eine wunderschöne Erfahrung und ich würde es jedem empfehlen, der mal aus seinem gewohnten Umfeld rauskommen und etwas anderes erleben möchte. Besonders für Naturfreunde ist es perfekt geeignet, da man neben den Exkursionen in die norwegische Natur auch viel über Friluftsliv und die Verbindung von Kultur und Natur lernt.