

Erfahrungsbericht Sogndal, WiSe 2015/2016: *“My amazing time in Norway”*



Vorbereitung: Schon durch meine Reiselust lernte ich viele Nordeuropäer kennen und habe mich in deren Kultur verliebt. Darum habe ich im Wintersemester 2014/15 ein Schwedischkurs an der Uni belegt und den Entschluss gefasst, ein Auslandssemester im „Hohen Norden“ machen zu wollen. Ich wusste zwar, dass über Biologie (mein zweites Fach) die Möglichkeit bestand, ich aber zu spät dran war in diesem Jahr. Da meinte das Schicksal es gut mit mir ☺

Zu Beginn des Monats März 2015 bekamen alle Sportstudenten eine Rundmail von unseren internationalen Koordinator Björn Staas, dass es ab dem WiSe 15/16 eine neue Kooperation mit der Høgskulen i Sogn og Fjordane in Norwegen gibt, für den Kurs Outdoor Education and Nordic Friluftsliv. Das passte natürlich perfekt! Mit meinem Lieblingsfach nach Norwegen, was für ein Traum. Das Video des Studienganges (Siehe Seite https://www.hisf.no/en/outdoor-education-and-nordic-friluftsliv#.Vpi-m_nhDIU), der Inhalt und die traumhafte Landschaft erfasste mich sofort, ich musste da einfach hin. Der Rest der Vorbereitung kann ich eigentlich in einem Wort zusammenfassen, **unkompliziert**.

Bewerbung bei Björn, eine Woche später kam dann auch schon die Zusage von Erasmus, dann folgten mehrere Mails mit Bente, der Koordinatorin aus Norwegen, die uns über alles wesentliche informierte und dann noch die Anmeldung für ein Zimmer im Studentenwohnheim, was über die Seite <http://www.boligtorget.no/sisof/Housing> innerhalb weniger Mausklicke erledigt war (Man hat die Möglichkeit von verschiedenen Häusern, aber die günstigen Wohnheime reichen völlig aus, Siehe dazu den Teil Unterkunft).

Für den Kurs ist des Weiteren einiges an outdoor Equipment nötig, welches am besten schon hier in Deutschland gekauft werden sollte. Zu empfehlen ist auf Jeden Fall ein Schlafsack mit der Comfortzone um die 0 Grad und der ein oder andere Wollpullover, da es ab November auch schon etwas kälter werden kann. Notfalls gibt es vor Ort auch ein Intersport, das regelmäßig das ein oder andere Angebot hat.

Anreise: Zu empfehlen wäre die Anreise per Auto. Damit ist man vor Ort wesentlich mobiler (Wochenendtrips juhuhu) und kann seine Ausrüstung mitbringen. Da bieten sich sonst auch Fahrgemeinschaften mit anderen Studierenden an. Ansonsten geht es auch super mit dem Bus, dort können problemlos zwei Gepäckstücke mitgenommen werden und es ist meist günstiger als mit dem Flieger. Fliegen würde ich aufgrund des Gepäcks nicht empfehlen, gerade als Student ist man ja nicht unter Zeitdruck. Wenn es doch mal sein muss, geht es gut von Hamburg oder Bremen aus mit Zwischenstopps in Bergen oder Oslo, wo es dann mit Bus oder der Fähre(Die Strecke von Bergen soll super schön sein) weiter geht.

Unterkunft: Gewohnt habe ich zwei Minuten von der Uni und 10 Minuten zu Fuß von der Stadt entfernt im Studentenwohnheim Elvatunet. Dort lebte ich mit einem weiteren Deutschen und drei Norwegern zusammen. Mit meiner Hausgemeinschaft hatte ich sehr viel Glück und wir haben vieles

miteinander unternommen. Gewöhnungsbedürftig war für mich, dass viele Norweger recht zurückhaltend fast schon schüchtern sind. Aber überall wird sich jemand finden, der Lust auf Internationale Personen hat und euch mit neugierigen Fragen durchlöchert. ☺



Leben und Studium: Sogndal ist ein niedliches Dörfchen mit etwa 8000 Einwohnern, von denen fast die Hälfte Studenten sind. Es ist der ideale Ort für Natursportler. Die Umgebung lädt zum Klettern, Wandern, Laufen, Mountainbiken, Fischen und Ski fahren ein. Wenn das Wetter mal schlecht sein sollte, sorgt die Sporthalle am Unicampus mit den ganzen Angeboten für eine sportliche Vielfalt. So war es auch kein Wunder, dass wir gerade bei schlechterem Wetter, sehr viel Zeit in der Halle verbracht haben. Für Partyfreunde bietet das Meieriet, der Hauptclub unter Studenten, tolle Events mit zum Teil auch Liveacts an. Ansonsten gibt es noch zwei Pubs (Eintritt erst ab 20), ein Kino und zahlreiche Einkaufsmöglichkeiten.

Nun komme ich zum eigentlich wichtigsten Punkt:

Wir hatten die Ehre und das Glück die Allerersten in Sogndal sein zu dürfen, die diesen Kurs studieren konnten. Mit „Wir“ meine ich einen Australier, eine Polin, zwei Dänen und drei Deutsche aus Oldenburg, also ein recht gemütlicher Kurs. Der Kurs hielt was der Name Friluftsliv (Freiluftleben) versprach. Mit insgesamt 7 Übernachtsexkursionen a 3-5 Tagen verbrachten wir mehr Zeit in der Natur, als ich erwartet habe. Hinzu kam noch eine Reihe von Tagesexkursionen. Wir haben praxisnah etwas über die heimische Flora und das Navigieren mit einem Kompass gelernt, wild campiert, Überquerungen von kalten Bergbächen, das Naeroyfjord, welches auf der Liste des Unesco Weltnaturerbes steht, mit dem Kajak abgepaddelt und bei Rescuesituationen die Kälte eines Fjords am eigenen Leib erfahren, sind viele Kilometer durch die Natur gewandert und waren auf einem Ausläufer des Jostedalengletschers. Mein persönliches Highlight war die letzte Exkursion. Diese wurde aufgrund unserer niedrigen Teilnehmerzahl und durch den Schneefall möglich. Zu viele Nächte unter freiem Himmel, am Lagerfeuer oder unter einer Plane habe ich vorher noch nie verbracht.

Besonders schön ist das Gefühl, sich vom Alltagsstress und der modernen Technologie lösen zu können, die Natur und sich selbst besser kennen zu lernen und mit der Gruppe schöne gemütliche Abende zu verbringen.

Nebenbei gab es noch den theoretischen Teil in der Uni, welcher in drei Blöcke (Wissen über die norwegische Natur, kulturelle und geschichtliche Perspektive von Friluftsliv und Outdoor Leadership) geteilt wurde. Diese wurden sehr praxisnah und oft parallel zu den Exkursionen gestaltet. Super stark fand ich das freundschaftliche Verhältnis zu unseren Dozenten und deren Engagement, damit wir lehrreiche, aber auch gute Erfahrungen sammeln konnten („**The rule number one is Fun**“).

Fazit: What a great year! Jeder der schon viel von der Schönheit Norwegens erfahren hat und sich auch für deren Kultur interessiert, bietet dieser Studiengang alles was das Herz begehrt und ich kann ihn nur empfehlen. Außerdem lernt man neben den Norwegern auch eine ganze Menge Internationaler Leute kennen und verbessert auch seine Englischkenntnisse (Für alle, die sich in ein englischsprachiges Land nicht unbedingt trauen). Es ist dort ein sehr entspannter Umgang miteinander und es wird viel miteinander gelacht. Also worauf wartet ihr noch, schlagt zu und lasst euern Traum in Erfüllung gehen 😊

Bei weiteren Fragen schickt mir eine Mail: [oliver.weinrich\(ad\)uni-oldenburg.de](mailto:oliver.weinrich(ad)uni-oldenburg.de) oder fragt einfach in der Spoca nach mir 😊