



Teamgeist ...

Foto: ahs-Bildarchiv/
Marco Schmidt



Erfolgreiche Teamplayer ...

Foto: ahs-Bildarchiv



Sport Dies ...

Foto: ahs-Bildarchiv

Das ahs-Team stellt sich vor...

Der Allgemeine Hochschulsport (ahs) der Justus-Liebig-Universität Gießen motiviert jedes Semester mehr als 3500 Studenten und Beschäftigte der Justus-Liebig-Universität Gießen (JLU), der Technischen Hochschule Mittelhessen (THM) und der Philipps-Universität Marburg zum Sporttreiben. Er bietet in über 80 verschiedenen Sportarten – u.a. in den Bereichen Ausdauersport, Kraftsport, Ball- und Mannschaftssport, Wassersport, Kampfsport sowie im Tanz, Gerätturnen und in der Leichtathletik – Sportkurse mit engagierten Kursleitern kostengünstig an. Von Aerobic über Kickboxen bis hin zu Zumba ist für jeden Sporttyp etwas dabei.

Auch für die Zukunft steckt sich der ahs viele neue Ziele. So soll der Bereich Gesundheitssport und Gesundheitsförderung weiter ausgebaut werden. Gerade Studenten und Beschäftigte einer Universität verbringen viel Zeit im Sitzen, sodass die Sport- und Bewegungsangebote des Hochschulsports immer mehr an Bedeutung für den Erhalt der Gesundheit ihrer Teilnehmer gewinnen. Aber der ahs will nicht nur die Möglichkeit zur körperlichen Ertüchtigung geben, sondern sein Ziel ist es auch das Bewusstsein für eine generelle gesunde Lebensführung und deren Umsetzung zu fördern.

Der ahs möchte dabei helfen, dass sich die Studenten und Beschäftigten der JLU heute, aber auch in Zukunft, in ihrem Alltag wohl fühlen. Dazu gehört neben einem gesunden Körper auch ein gesunder Geist. Es gibt immer mehr Studien, die belegen, dass sportliche Aktivität auch positive Auswirkungen auf die Psyche mit sich bringt. Diesen positiven Effekt will der ahs natürlich unterstützen und richtet seine Sportangebote deshalb auch erlebnisorientiert aus. Beispielsweise Sportarten, die man in der freien Natur betreibt, aber auch solche mit meditativen Komponenten, helfen dabei, nach einem stressigen Studientag abzuschalten und sich zu entspannen. Sportarten, die ein Plus für die mentale Gesundheit und damit für die Lebensqualität der JLU-Angehörigen bringen, sind deshalb im Angebotskanon des ahs integriert.

Die JLU steht für anwendungsorientierte Lehre und Forschung, insbesondere in den Lebenswissenschaften. Der Hochschulsport der JLU will sich deshalb auch als Erprobungsfeld etablieren. So könnten z.B. durch Ernährungs- und Sportwissenschaftler entwickelte Konzepte im Rahmen der Sportangebote des ahs in die Praxis umgesetzt werden.

Internationalität wird an der JLU groß geschrieben. Als Beitrag dazu bietet der ahs durch seine Sportangebote Studienanfängern sowie ausländischen Studenten/-innen und Mitarbeitern/-innen ein neutrales Umfeld, in dem sie schnell Kontakt zu anderen Sportfreunden aufbauen können.

An amerikanischen Hochschulen ist der sportliche Erfolg der Wettkampfmannschaften oft das Aushängeschild der Universitäten. Auch wenn das an deutschen Hochschulen nicht der Fall ist, macht es sich der ahs zum Ziel, die Aufmerksamkeit der Öffentlichkeit auf sich und damit auf die JLU zu ziehen. Eine gute Gelegenheit dieses Ziel zu erreichen, ist der „Sport Dies“, eine traditionelle Sportwettkampfveranstaltung im Sommer mit buntem Rahmenprogramm und einer gern besuchten Mitternachtsparty.

Aber auch für die Wettkampfsportler unter den Studierenden hält der ahs Interessantes bereit. JLU-Angehörige haben die Möglichkeit bei den Deutschen Hochschulmeisterschaften des adh (Allgemeiner Deutscher Hochschulsportverband) ihr Können unter Beweis zu stellen.

Das ahs-Team macht es sich unter der Leitung von Lena Schalski zur Aufgabe, den Studierenden und Beschäftigten der JLU ein breitgefächertes und dennoch differenziertes Sportangebot zu präsentieren, in dem Gesundheitsförderung, Erlebnisorientierung, Integration in und über den Sport, Unterstützung der JLU-Schwerpunkte und Öffentlichkeitswirkung für die JLU vereint sind. (sz)

Wettkampfsport im ahs

Der Allgemeine Hochschulsport Gießen (ahs) ist Mitglied im Allgemeinen Deutschen Hochschulsportverband e. V. (adh), dem bundesweiten Dachverband der deutschen Hochschulsporteinrichtungen in Deutschland. Pro Jahr veranstaltet der adh über 50 nationale Wettkampfveranstaltungen in über 30 Sportarten.

Die DHM ist das wichtigste Nationalturnier im deutschen Hochschulsport. In 35 Sportarten kämpfen die Athleten/-innen um die besten Plätze. Bei den DHMs nehmen Hobby- und Breitensportler gemeinsam mit Kaderathleten an den Wettkämpfen teil. Außer dem Leistungsvergleich stehen aber auch Begegnung, Kommunikation und Austausch im Vordergrund dieser Veranstaltungen.

In diesem Jahr nahm eine Vielzahl an SportlerInnen und Sportlern der Justus-Liebig Universität Gießen erfolgreich an den verschiedenen adh-Meisterschaften teil. Die erfolgreichsten Athletinnen und Athleten wurden im Rahmen des Neujahrsempfangs geehrt. (ls)

Ergebnisübersicht der Deutschen Hochschulmeisterschaften vom 01.06.2012 bis 31.01.2013

Boxen: 1. Platz C-Turnier: Rafal Ciszewski.

Fechten: 2. Platz Herrensäbel: Marlon Hirzmann

Gerätturnen: 1. Platz Reck: Fabian Lotz (4. Platz in der Gesamtwertung); 5. Platz Boden: Katharina Zipp (13. Platz in der Gesamtwertung)

Leichtathletik: 2. Platz Weitsprung: Konstantin Grissmer; 4. Platz 60 m-Finale: Sven Medenbach; 5. Platz 60 m-Finale: Konstantin Grissmer; 5. Platz 1-2-1-Staffel Frauen: Katrin Orth, Meike Ehresmann, Alina Schneider; 5. Platz 3.000 m Frauen Zeitläufe: Tabela Haug

Karate: 1. Platz Kumite Team, Frauen: Franziska Holz, Sarah Bustian, Laura-Katharina Beresheim; 1. Platz Kata Team mixed ab 3. Kyu: WG Gießen (Jan Urke, Andre Stang, Jonas Glaser, Kristian Agsten); 1. Platz Einzel ab 3. Kyu, Männer: Jan Urke; 2. Platz Kata Einzel, Frauen: Laura-Katharina Beresheim; 3. Platz Kumite Einzel, Frauen: Sahra Bustian

Rennrad: 3. Platz Hobby Frauen 67,2 km: Isabel Weinstein

Schwimmen: 4. Platz 4 x 100 m Frauenstaffel Lagen: Mona Bohner, Karoline Fry, Isabel Marzi, Ann Kristin Stein; 5. Platz 200 m Rücken: Karoline Fry; 6. Platz 100 m Rücken: Karoline Fry

Taekwondo: 3. Platz (H-80): Stephan Wespel

adh-Open Rugby Frauen: 1. Platz Anna-Vanessa Kullaneck, Anne M. Hoffmann, Anna Ronshausen, Anneke Wieck

Wir gratulieren euch – Sportlerehrung zum Neujahrsempfang

Der Allgemeine Hochschulsport (ahs) der Justus-Liebig-Universität Gießen ehrte am 01.02.2013 gemeinsam mit dem Hochschulsport der Technischen Hochschule Mittelhessen (THM) die erfolgreichen SportlerInnen und Sportler auf den deutschen Hochschulmeisterschaften (DHM) der vergangenen Monate (Juni 2012 bis Januar 2013). Die SportlerInnen-Ehrung fand erstmals in einem neuen festlichen Rahmen, dem Neujahrsempfang des Hochschulsports, in Räumlichkeiten der THM statt.

Neben der Ehrung der erfolgreichen SportlerInnen durch die Vizepräsidenten Prof. Dr. Peter Winker (JLU) und Prof. Dr. Klaus Behler (THM) konnten die Gäste vorab ihre sportlichen Fähigkeiten bei Jonglage und Hula Hoop Dance ausprobieren. Durch das Programm führten Dagmar Hofmann, Leiterin des Hochschulsports der THM, und Lena Schalski, Leiterin des Allgemeinen Hochschulsports der JLU. Aus den Händen von Prof. Dr. Behler und Prof. Dr. Winker erhielten die erfolgreichen Athletinnen und Athleten Präsente für ihre außerordentlichen Leistungen bei den deutschen und internationalen Hochschulmeisterschaften. Ferner berichteten einige ahs-ÜbungsleiterInnen beider Hochschulsporteinrichtungen in Form einer „Talkrunde“ von ihrer Arbeit beim ahs. Die LeistungssportlerInnen Jan Urke (Karate), Student der JLU, und Carolin Stahl (Taekwondo), Studentin der THM, berichteten zudem von ihren internationalen sportlichen Einsätzen und dem Spagat zwischen Leistungssport und Studium. Musikalisch wurde die Ehrung durch das arando-Quartett, das Streichquartett des JLU-Uniorchesters, begleitet. (ls)



„So sehen Sieger aus.“
Foto: ahs-Bildarchiv/Franz Möller

Die Ballspielwoche

Statt der bekannten Sport-und-Party-Nacht organisierte das Sportreferat des ahs' im Wintersemester 2012/13 eine ganze Ballspielwoche. Diese ging vom 21. bis 24.01.2013 in der Spielhalle am Kugelberg über die Bühne. Die Turniere wurden jeden Tag 17.00 Uhr eröffnet. Für Montag stand Fußball, Dienstag Badminton, Mittwoch Volleyball und Donnerstag Basketball auf dem Programmplan. Nach heiß umkämpften Spielen setzten sich im Fußball der „FCB Trunken“, im Badminton „Das perfekte Damendoppel“, im Volleyball die „5 Charllys für Jochen“ und im Basketball das Team „Baby Hippos on Acid“ als Sieger durch. Wir gratulieren euch! (sz)

Was bringt der Sommer?

Nun wird es nicht mehr lange dauern, bis die Frühjahrs-sonne die Sportplätze am Kugelberg aus ihrem Winterschlaf weckt. Das Sommerprogramm des ahs steht schon in den Startlöchern und möchte euch dazu animieren die vielseitigen Sportangebote auf den Außen-sportanlagen des Kugelbergs zu nutzen. Auf was dürft ihr euch freuen:

LACROSSE

„Lacrosse“ hat jeder schon mal gehört, jedoch nur Wenige kennen sich in diesem Ballsport aus. Dabei gibt es allerlei Wissenswertes über Lacrosse zu berichten:

Entstanden ist dieser mitreißende Sport durch die Ureinwohner des heutigen Kanada und der USA. Sie spielten das bei ihnen als Baggataway bezeichnete Spiel zu Ehren ihres Kriegsgottes. Die dabei verwendeten Schläger erinnern an einen Bischofsstab, weshalb 1634 ein französischer Jesuitenmissionar die Bezeichnung „La Crosse“ einführte, was auf Französisch „der Bischofsstab“ heißt.

Zwei Teams, bestehend aus jeweils einem Torwart und zehn Feldspielern, verfolgen das Ziel einen kleinen Hartgummiball häufiger in das gegnerische Tor zu schießen als die Gegenspieler. Dabei kann der Ball eine Geschwindigkeit von bis zu 160km/h erreichen, weshalb Lacrosse zu den schnellsten Mannschaftssportarten der Welt zählt. Der Ball wird mit dem Schläger gefangen und geworfen und darf beliebig lang getragen werden. Deshalb ist es den Verteidigern erlaubt, gegen den Schläger des Gegners zu schlagen, um den Ball aus dessen Schläger zu lösen. Es ist zu erahnen, dass Lacrosse ein vielseitiger, spannender Sport ist, der besonders im Sommer an der frischen Luft viel Spaß bereitet.

RUGBY

Viele verbinden mit dem Wort Rugby eine brutale Männer-sportart, bei der man sich beim Kampf um den Ball die Köpfe einrennt – gar nicht geeignet für Frauen. Dass das nicht stimmt, zeigt das Frauenrugbyteam der JLU Gießen, welches bei der adh-Open 2012 als Sieger hervorging. Sicherlich ist Rugby kampforientiert, aber dabei kämpft einer für alle und alle für einen, um das gemeinsame Ziel zu erreichen. Rugby fördert Teamgeist und lässt ein Zusammengehörigkeitsgefühl entstehen. Da es in dieser Ballsportart z.B. keine Schritt- und Dripelregeln gibt, man als Grundtechniken „nur“ Laufen, Fangen, Werfen und Passen beherrschen muss und der Ball sowohl mit dem Fuß als auch mit der Hand gespielt werden darf, ist es auch für Anfänger ein einladender Sport. Gerade beim Studium, wo man den ganzen Tag meist sitzend verbringt, bietet Rugby eine gute Gelegenheit sich mal richtig auszutoben und die eigene Kondition zu verbessern. Drum schaut im kommenden Sommersemester auf dem Kunst-rasenplatz am Kugelberg vorbei.

BOGENSCHIESSEN

Die Robin-Hood-Filme sind beim großen und kleinen Publikum beliebt. Der Held, der für soziale Gerechtigkeit kämpft, ist eine gern gesehene Figur. Sein Wahrzeichen sind Pfeil und Bogen. Gern würde auch der ein oder andere sich in der Kunst des Bogenschießens erproben. Ab dem Sommersemester 2013 bietet der ahs seinen TeilnehmerInnen die Möglichkeit dazu. In dem neuen ahs-Kurs „Bogenschießen ist es jedoch nicht das Ziel, stets die Mitte der Schießscheibe zu treffen, sondern die eigene Mitte

zu finden. Bogenschießen kann dabei helfen, die Körperwahrnehmung und das Gefühl für den eigenen Körper zu schulen. Über das Bogenschießen gelingt es auch, die Anspannung und den Stress aus dem Alltag abzuschütteln. Im neuen ahs- Kurs ist also nicht die Scheibe das Ziel, sondern dass der Schütze von den körperlichen und geistigen Prozesse während des Schießens profitiert, nach dem Motto: „Der Weg ist das Ziel“. (sz)

Hoch lebe der Sport Dies...

Der von den beiden ehemaligen ahs-Leitern Roland Franz und Roland Metsch eingeführte „Sport Dies“ ist eine traditionsreiche Sportveranstaltung für jedermann. Zu seinem diesjährigen 34. Geburtstag lädt der „Tag des Sports“ große und kleine Besucher am 29.5.2013 auf das Gelände am Kugelberg ein. Zahlreichen Breitensportturniere in verschiedenen Ball- und Mannschaftssportarten bieten die Gelegenheit die eigenen sportlichen Leistungen mit anderen zu messen. Für alle Spontanen sind Fun-Events geplant, an denen man ohne Anmeldung teilnehmen kann und die sich auch für Kinder und deren Familien eignen. Das bunte Rahmenprogramm soll jeden dazu verleiten, mitzumachen. Und wer doch nur schauen will, der wird genug Möglichkeiten finden den spannenden Wettkämpfen als Zuschauer beizuwohnen. Das Highlight des „Sport Dies“ ist seine alljährliche Mitternachtsshow in der Spielhalle am Kugelberg. Auch dieses Jahr werden die DarstellerInnen das Publikum zum Staunen bringen und mitreißen. Im Anschluss werden DJs dafür sorgen, dass kein Bein mehr stillsteht. Der „Sport Dies“ freut sich deshalb auf unzählige Gäste, die bei der Mitternachtsparty im Freien seinen Geburtstag feiern wollen. (sz)



Der Sport Dies ist längst eine Traditionsveranstaltung, die alljährlich zahlreiche Gäste anlockt.

Foto: ahs-Bildarchiv

Unsere Kursleiter/-innen



Mein Name ist...
Ricarda Sowa

Trainerin für...
Urbane Tanzrichtungen wie HipHop, Ragga und House sowie zeitgenössischen Tanz

Was mache ich beruflich?
Letztes Jahr hat es mich nach Gießen verschlagen, um Angewandte Theaterwissenschaft zu studieren, nachdem ich eine Tanzpädagogik-Ausbildung absolviert und ein halbes Jahr in einem Jugendzentrum gearbeitet habe.

Meine Hobbies ...

habe ich zu meinem Beruf gemacht :-). Ansonsten wäre da noch der Versuch, so viel wie möglich an Kunst und Kultur mitzunehmen. Man lebt ja nur einmal.

Meine Motivation als Kursleiterin im ahs zu arbeiten ist...

Tanz in einen Kontext setzen – HipHop nicht nur als Sportart vermitteln, sondern als Teil einer Subkultur. Einen Gegenpol schaffen zu einer eher veralteten Unterrichtsform des zeitgenössischen Tanzes, deren höchstes Ziel technische Perfektion ist, anstatt Technicarbeit und das Experimentieren und Ausprobieren des eigenen Körpers anhand der erlernten Mittel gleichzusetzen.

Mein Name ist ...
Simon Krull

Trainer und Obmann für ...
Rugby der Damen- und Herrenmannschaft der Justus-Liebig-Universität Gießen

Ich studiere ...
Lehramt 3 mit den Fächern Sport und Informatik im 5. Fachsemester und Mathematik im 1. Fachsemester

Meine Hobbies ...

Seit ich in der elften Gymnasialklasse das erste Mal in Kontakt mit dieser unheimlich intensiven Sportart Rugby gekommen bin, hat sie mich nicht mehr losgelassen und für mich war sofort klar, als ich zum ersten Mal am UNI-Training an der JLU teilgenommen habe, dass ich diese Sparte irgendwann selber übernehmen werde.

Meine Motivation als Kursleiter im ahs zu arbeiten ...

Viele Spieler, die gleichzeitig auch noch als Trainer tätig sind, wissen wie interessant es sein kann, „seine“ Sportart von einer anderen Seite kennen zu lernen. Da ich aktiv beim URC Gießen 01 seit dem WS 10/11 mitspielen und seit dem letzten WS Übungsleiter und Obmann bin, trifft dies nun endlich auch auf mich zu.

Das große Ziel, welches wir jedes Jahr mit unserer Hochschulmannschaft verfolgen, ist die erfolgreiche Teilnahme an den offiziellen deutschen Hochschulmeisterschaften.



Seid herzlich willkommen im ahs-Team ...

Inge Gappmaier, Franziska Steffens, Kira Betz, Sabine Schumann, Ricarda Sowa, Simon Krull, Sandra Zdzieblik

Alles Gute für eure Zukunft und vielen Dank für eure geleistete Arbeit im ahs ...

Gesa Krensing, Alfred Schweizer, Thomas Linne-
mann, Marc Stirnat

Das ahs-Team bedankt sich bei den vielen engagierten Kursleitern und Kursleiterinnen für die gute Arbeit im ahs im Wintersemester 2012/13.

Ihr seid die, die durch viel Know-How und die Fähigkeit andere für eure Sportart zu begeistern dem ahs Gießen Leben verleihen.

Vielen Dank dafür!

Wir freuen uns deshalb auf ein Sommersemester 2013 mit euch, auf dass es uns wieder viel Spaß und Freude am Sport bringen wird.

Vielen Dank Lisa Röbling (Sportreferentin SS 2011 bis WS 2012/13)
Jederzeit hast du dem ahs tatkräftig zur Seite gestanden. Egal ob die adh-Wettkampfmeldungen, das Interview bei der Sportlerlehre oder die Moderation beim Sport Dies (und noch vieles mehr) – alles hast du mit großer Einsatzbereitschaft, Sorgfalt und tollen Ideen gemeistert. Dafür möchten wir dir an dieser Stelle einen ganz herzlichen Dank aussprechen. Du warst als Sportreferentin der Justus-Liebig-Universität Gießen für den ahs und dessen TeilnehmerInnen eine große Bereicherung. Da du jetzt dem Sportreferat „Lebe wohl“ sagst, wünschen wir dir für dein Studium und deine Zukunft alles Gute sowie viel Erfolg und Freude bei deinen weiteren Vorhaben.

Termine

- 07.04.2013 Buchung des Semesterentgelts ab 01.00 Uhr
- 15.04.2013 Start der Hochschulsportkurse
- 15.04.2013 Anmeldung für Freie Spielgruppen ab 8.00 Uhr
- 15.-19.04.2013 Schnupperwoche f. kostenpflichtige Kurse
- 15.-26.04.2013 Schnupperwochen für kostenfreie (grundgebührenpflichtige) Kurse
- 21.04.2013 Beginn der Online-Anmeldung für kostenpflichtige Kurse gestaffelt nach den einzelnen Sportarten ab 10.00 Uhr
- 28.04.2013 Beginn der Online-Anmeldung für kostenfreie (grundgebührenpflichtige) Kurse ab 14.00 Uhr
- 05.05.2013 Online-Anmeldung für Gäste
- 29.05.2013 „Sport Dies“
- 19.07.2013 Ende der Hochschulsportkurse
- 12.08.-11.10.2013 Ferienprogramm



IMPRESSUM

Herausgeber:
Allgemeiner Hochschulsport Gießen (ahs)
Redaktion:
Lena Schalski (ls), Sandra Zdzieblik (sz)
Fotos und Abbildungen:
Franz Möller, ahs-Bildarchiv
Layout und Satz:
Heiko Appelbaum
Kontakt der Redaktion:
Justus-Liebig-Universität Gießen
Allgemeiner Hochschulsport
Kugelberg 58
35394 Gießen

Tel.: 0641/99-25321
E-Mail: admin@ahs.uni-giessen.de