



hochschulsport



TÄTIGKEITSBERICHT 2021



UNIVERSITÄT
DES
SAARLANDES

! mitglied im !
allgemeinen deutschen
hochschulsportverband



partnerhochschule
des spitzensports



UNIVERSITÄT
DES
SAARLANDES



hochschulsport

Tätigkeitsbericht ***– 2021 –***

Rolf Schlicher
Akad. Direktor/Hochschulsportleitung
Hochschulsportzentrum der Universität des Saarlandes
Campus B8 1
66123 Saarbrücken
Tel.: 0681/302-57571
Fax: 0681/302-57570
E-Mail: rolf.schlicher@uni-saarland.de
www.uni-saarland.de/hochschulsport

Inhaltsverzeichnis

1.	Hochschulsport im Jahr 2021	5
2.	Programmangebote im Kursbereich im Berichtsjahr	10
2.1	Ferienprogramm Wintersemester 2020/21 und Ferienprogramm Sommersemester 2021	10
2.2	Online-Programm Sommersemester 2021	12
2.3	Sportprogramm in Präsenz Sommersemester 2021 – Outdoor	13
3.	Fitnessstudio <i>Uni-Fit</i>	16
4.	<i>Uni in Bewegung</i> – fit und gesund am Arbeitsplatz.....	19
4.1	Programmangebot Sommersemester 2021	19
4.2	Programmangebot Wintersemester 2021/22	20
5.	Projekt <i>fit4more</i> – <i>gesund studieren</i>	21
5.1	Steuerungsgruppe.....	21
5.2	Aufbau einer Studentischen Gesundheitsförderung an der UdS.....	22
5.3	Angebote der Studentischen Gesundheitsförderung	23
5.4	Projektspezifische Öffentlichkeitsarbeit	25
5.5	Evaluation	26
5.6	Zertifikat zum Nachweis von „Gesundheitskompetenzen“	27
6.	Projekt <i>Bewegt studieren</i> – <i>Studieren bewegt 2.0</i> – Die Sport-App der Uni des Saarlandes.....	27
7.	Projekt <i>ShortBreak</i> – <i>SportBreak</i>	29
8.	Außenanlagen des Hochschulsportzentrums	30
8.1	Nutzungsübersicht des Kunstrasen-Kleinspielfeldes in Saarbrücken.....	30
8.2	Nutzungsübersicht der Beachvolleyballanlage in Saarbrücken in den Sommersemestern	32
8.3	Nutzungsübersicht der Beachanlage in Homburg in den Sommersemestern	33
8.4	Gesamtübersicht der Nutzung der Außenanlagen	34
9.	Kooperationen.....	35
9.1	Kooperation mit dem Allgemeinen Deutschen Hochschulsportverband (adh).....	35
9.2	Kooperation mit dem Allgemeinen Studierendenausschuss der Universität des Saarlandes (AStA)	36
9.3	Kooperation mit dem Sportwissenschaftlichen Institut (SWI)	37
9.4	Kooperation mit der Techniker Krankenkasse TK.....	37
9.5.	Kooperation mit dem SWI-Club e.V.....	38

9.6	Kooperationen mit weiteren Vereinen und Institutionen.....	38
10.	Öffentlichkeitsarbeit – Social Media.....	40
11.	Personal.....	42
11.1	Mitarbeiter*innen im Hochschulsportzentrum	42
11.2	Lehrbeauftragte im Programmbereich	42
11.3	Lehrbeauftragte im Online-Sportprogramm	45
10.4	Lehrbeauftragte am Standort Homburg	46
11.5	Lehrbeauftragte im Fitnessstudio <i>Uni-Fit</i>	46
12.	Hochschulsport 2021 – chronologisch	48

1. Hochschulsport im Jahr 2021

Mit dem vorgelegten Tätigkeitsbericht 2021 des Hochschulsportzentrums (HSZ) der Universität des Saarlandes setzt das HSZ die seit 1996 ununterbrochene jährliche Darstellung seiner Aktivitäten fort. Dieser mittlerweile sechszwanzigste Tätigkeitsbericht stellt erneut das Aufgabenfeld mit seinen vielfältigen Facetten sowie die mittel- und langfristige Entwicklung des Hochschulsports an unserer Universität umfassend dar. Das Hochschulsportzentrum kommt damit §2 (4) der Ordnung des Hochschulsportzentrums nach, jährlich dem Universitätspräsidium über die Erfüllung seiner Aufgaben zu berichten.

Selbstredend waren die durch die Corona-Pandemie verursachten Einschränkungen und Vorgaben auch im Berichtsjahr 2021 von alles überragender Bedeutung für das Sport- und Bewegungsangebot an den beiden Standorten in Saarbrücken und Homburg. Wie für die Universität insgesamt hatten sich die Hoffnungen auf eine Rückkehr zu einem normalen Universitätsalltag auf dem Campus im Sommer 2021 nicht bzw. nur zum Teil erfüllt. Daher waren wir auch 2021 gezwungen, parallel Online-Angebote und Angebote in Präsenz vorzuhalten.

Da bei Sport und Bewegung grundsätzlich in den Strukturen *Indoor* und *Outdoor* sowie *Kontaktsport* bzw. *kontaktfreier Sport* unterschieden wird, sind die jeweiligen Einschränkungen jeweils unterschiedlich und machen entsprechende Anpassungen notwendig. Berücksichtigt man dann noch die Rahmenbedingungen der Sportstätten in den Dimensionen *eigene* Sportstätten vs. *angemietete* Sportstätten, darüber hinaus noch die Variable Gruppengrößen und zudem noch die Anwendung von im Zeitverlauf unterschiedlichen Hygiene- und Nachverfolgungsrichtlinien wird schnell deutlich, wie komplex und herausfordernd der Umgang mit der Pandemie im Hochschulsport war und ist. Dennoch ist es dem HSZ gelungen, für jede Phase der Pandemie im Berichtsjahr ein gesundheitlich vertretbares und inhaltlich hochwertiges Sport- und Bewegungsprogramm für die Studierenden und Bediensteten der UdS anzubieten. Zu keinem Zeitpunkt wurde das HSZ zu einem nachweislichen Hotspot der Infektionen, was auch an einem überwiegend sehr verantwortungsvollen Umgang unserer Teilnehmerinnen und Teilnehmer mit der Pandemie liegt. Dafür sind wir sehr dankbar.

Die konkreten Auswirkungen der Pandemie und unser Umgang damit hinsichtlich unserer Angebote sind in den nachfolgenden Kapiteln des Berichts ausführlich dargestellt, insbesondere jedoch in den Kapiteln 2 und 3. Generell kann man sagen, dass die im Jahr 2020 noch vorhandene Euphorie bei der Nutzung der Online-Angebote spätestens im Frühjahr 2021 zugunsten der Präsenzangebote nachließ. Als wir zum 14. Juni 2021 wieder Präsenzangebote – wenn auch zunächst nur Outdoor – durchführen konnten, ging die Nachfrage nach Online-Angeboten spürbar zurück. Wir haben dennoch viele digitale Angebote aufrechterhalten, wobei wir nur noch in Einzelfällen neuen Content produziert haben. Ein paralleles Angebot von Live-Online-Kursen und Präsenzveranstaltungen ist aus Kapazitätsgründen nicht möglich. Hybride Angebote scheitern an den räumlichen Rahmenbedingungen des HSZ und sind aktuell nicht denkbar. Dennoch profitieren insbesondere viele Bedienstete, die ggf. auch überdauernd im Homeoffice arbeiten, vom weiteren Auf- und Ausbau unserer digitalen Angebote.

Das Training im Fitnessstudio *Uni-Fit* sowie die Kursprogramme im Bereich *Uni in Bewegung*, die einen Teil ihrer Attraktivität aus der Interaktion der Beschäftigten der UdS vor Ort beziehen, waren besonderen Einschränkungen unterworfen. Alle relevanten Informationen hierzu sind in den Kapiteln 3 und 4 dargestellt. In diesem Bericht sind auch wieder die Grafiken und Zahlen

zur Nutzung unserer Außenanlagen aufgeführt (siehe Kapitel 8), da dies der Bereich war, der als erstes von Lockerungen profitiert hat und daher dann auch verstärkt nachgefragt wurde. Keine Erwähnung findet erneut der Wettkampfsport, der auch 2021 nahezu vollständig abgesagt werden musste. Dies gilt sowohl für die nationale Ebene der Deutschen Hochschulmeisterschaften als auch für die europäischen und globalen Wettbewerbe. Die aktuellen Angaben zur Öffentlichkeitsarbeit (Kapitel 10), der Überblick über die eingesetzten Übungsleitenden (Kapitel 11) sowie die chronologische Aufstellung von Teilnahmen an unterschiedlichen Sitzungen und Fortbildungen (Kapitel 12) sind jedoch wieder in der gewohnten Weise dargestellt.

Für den Standort in Homburg stellte das Berichtsjahr ebenfalls große Herausforderungen an das HSZ. Die Sportangebote am Standort Homburg sind prinzipiell – genau wie in Saarbrücken – sehr abwechslungsreich und bieten ein breites Spektrum an Bewegungsangeboten. Das Angebot reicht von den klassischen Ballsportarten über Rückschlagspiele, Kampfsport oder Tanzangebote bis hin zu Fitness- und Gesundheitssport. Sportarten, die selbst nicht angeboten werden können, finden in Kooperation mit ortsansässigen Vereinen statt. Obwohl in Saarbrücken aufgrund der besseren Zugänglichkeit von Sportstätten (Vorhandensein eines eigenen Multifunktionsraums auf dem Campus, unmittelbare räumliche Nähe zu den Sportstätten des Landessportverbandes) deutlich mehr Kurse angeboten werden können, ist das Pro-Kopf-Angebot am Standort Homburg mit durchschnittlich 20-25 Kursen pro 1.000 Studierenden deutlich höher als in Saarbrücken, wo i. d. R. nur um die 10 Kurse pro 1.000 Studierende angeboten werden können. Da das Hochschulsportzentrum mit Ausnahme der Beachanlage am Standort Homburg über keine eigenen Sportstätten verfügt, sind wir zur Durchführung unserer Sportprogramme auf externe Sportstätten angewiesen. Für einige Kurse mit kleinerer Teilnehmerzahl können verschiedene Sporträume auf dem Klinikgelände – i. d. R. der Turnsaal der Orthopädie – genutzt werden. Rund drei Viertel der am Standort Homburg angebotenen Sportkurse findet jedoch in den örtlichen Schulturnhallen statt. Aktuell werden sechs verschiedene Hallen an vier Schulen für die Durchführung der Hochschulsportkurse genutzt. Aus unterschiedlichen Gründen kommt es immer wieder zu – teilweise längeren – Hallenschließungen. Gründe hierfür sind z. B. Eigenbedarf durch die Schulen, Renovierungsarbeiten, defekte Heizungen oder ähnliches. Im aktuellen Berichtszeitraum waren z. B. die Sporthallen des Saarpfalz-Gymnasiums (welche wir normalerweise 16 Stunden pro Woche für unsere Kurse nutzen) geschlossen, da die Hallen die Corona-Vorschriften nicht erfüllen und vom TÜV gesperrt wurden. Aber auch außerhalb der Corona-Zeiten ist die Nutzung der örtlichen Schulturnhallen immer wieder mit Problemen behaftet, wie z.B. Reinigungsprobleme und Vandalismus. Zudem gab es im Berichtszeitraum aufgrund eines undichten Daches im Gebäude 74 einen erheblichen Wasserschaden, so dass das dort befindliche Büro des Hochschulsports vorübergehend für sechs Monate nicht genutzt werden konnte. Inzwischen sind alle Schäden behoben und der Bürobetrieb konnte wieder aufgenommen werden.

Trotz der nicht gerade einfachen Gesamtsituation ist es uns gelungen, ein umfassendes Sport- und Bewegungsangebot an beiden Standorten zu realisieren, inkl. des Betriebes unseres Fitnessstudios *Uni-Fit* sowie den spezifischen Angeboten für die Mitarbeiter*innen der UdS. Darüber hinaus konnten wir im Berichtsjahr in drei zukunftsweisenden Handlungsfeldern entscheidende Schritte vorankommen.

Zum einen haben wir, anknüpfend an die vorstehenden Aussagen zum Thema Digitalisierung, das HSZ selbst und zum Teil damit auch die Universität insgesamt deutlich weiterentwickelt. Finanziell unterstützt durch eingeworbene Projektmittel wurden sowohl im Bereich der

Bewegungsangebote als auch im Marketing bzw. in der Ansprache unserer Klientel – und dort mit Fokus auf die Gruppe der Studierenden – erhebliche Anstrengungen unternommen. Hier sind einmal die beiden Projekte *Bewegt studieren – Studieren bewegt 2.0* und *ShortBreak – SportBreak* (siehe Kapitel 6 und 7) zu nennen. Die technische Weiterentwicklung unserer Hochschulsport-App haben wir im Mai genutzt, um erstmals eine Schritte-Challenge für die Bediensteten in Kooperation mit dem Betrieblichen Gesundheitsmanagement (BGm) der UdS durchzuführen. Da wir unsere studentische Zielgruppe aufgrund der verstärkten Online-Lehre auf konventionellem Weg mit Flyern und Plakaten nicht erreichen konnten, haben wir unsere digitalen Formate speziell weiterentwickelt. Insbesondere unsere Social-Media-Aktivitäten sind mittlerweile sehr ansprechend und zielgruppengerecht. Weitere Infos hierzu finden Sie in Kapitel 10.

Ein zweites Handlungsfeld konnte ebenfalls in großen Schritten weiter vorangetrieben werden: die Gesundheitsförderung der Studierenden, die unter dem Projekt *fit4more – gesund studieren* vom Hochschulsport koordiniert wird. Nicht erst die Pandemie hat vielen Menschen vor Augen geführt, wie wichtig eine gesunde Lebensführung ist und dass die Stärkung der Resilienz und die systematische Prävention von psychischen und physischen Beeinträchtigungen auch und gerade im Hochschulkontext Herausforderungen sind, der sich eine attraktive und am Wohl ihrer Mitglieder orientierte Universität stellen muss. Unser von der Techniker Krankenkasse (TK) finanziell unterstütztes Projekt hat im Berichtsjahr eine sehr gute Entwicklung genommen. Dies ist vor allem der Tatsache geschuldet, dass wir seit Februar 2021 die Projektleitung in die Hände einer hauptamtlichen wissenschaftlichen Mitarbeiterin im Stellenumfang von 50% legen konnten. In Kooperation mit vielen Akteurinnen und Akteuren wurde das Projekt weiter ausgestaltet, welches die Themenfelder Bewegung (*be active4more*), psychische Gesundheit (*mental fit4more*), gesunde Ernährung (*healthy food4more*) und Schlüsselkompetenzen (*key competencies4more*) beinhaltet und diese umfassend abbildet. Im Berichtsjahr wurde bereits eine Vielzahl von Veranstaltungen durchgeführt. Im Handlungsfeld Ernährung wurden zahlreiche Kochkurse online erstellt und in der Umsetzung unserer oben genannten Digitalisierungsstrategie wurde das gesamte Projekt über Social Media intensiv und sehr ansprechend begleitet. Zum Ende des Jahres wurde eine erste, universitätsweite Erhebung zum Thema Gesundheit unter allen Studierenden initiiert und ebenfalls intensiv digital beworben. Wir möchten an dieser Stelle nochmals auf die großartige Unterstützung aller kooperierenden Einrichtungen hinweisen und uns für den äußerst konstruktiven Dialog ganz herzlich bedanken. Das Projekt ist in Kapitel 5 umfassend dargestellt.

Neben vielen wichtigen Themenfeldern und Handlungssträngen sind drittens der Fortschritt und die Umsetzung der Planungen des neuen Hochschulsportzentrums von herausgehobener Bedeutung und wegweisend für die Zukunft des Hochschulsports an der UdS. Nachdem es schon 2020 zu einer prinzipiellen Befürwortung des Bauprojektes durch das Präsidium der UdS gekommen war, konnten im Frühjahr 2021 die Ausschreibungen für das verantwortliche Architekturbüro sowie die Fachplanungen für Statik/Tragwerksplanung, Heizung/Klima/Sanitär sowie die Elektrotechnik in Angriff genommen werden. Unmittelbar nach Auftragsvergabe erfolgten in enger Folge die ersten gemeinsamen Sitzungen und ein erster Planungsentwurf konnte erarbeitet werden. Mittlerweile ist der Grundrissplan erstellt und das Gebäude wird die im Raumplan geforderten drei Multifunktionsräume, einen neuen Dusch- und Umkleidetrakt sowie die Verwaltung des HSZ nebst einigen Lagermöglichkeiten und Räumen für die Haustechnik beinhalten. Dabei wurde die höchste Priorität auf die sportliche Nutzungsmöglichkeit und die Multifunktionalität gelegt. Dennoch ist es in hervorragender Art

und Weise gelungen, das bestehende *Uni-Fit* Fitnessstudio sowie eine Außenumkleide, einen Außentrainingsbereich und eine Boulderwand in das Gebäude zu integrieren.



Ansichten des geplanten Neubaus von Westen und Osten

Dadurch wird es möglich, dem in den letzten Jahren gestiegenen Bewegungs- und Sportbedarf aller Mitglieder der UdS am Standort in Saarbrücken besser gerecht zu werden. Durch die kompakte und gleichzeitig funktionale Anordnung der Räume werden sich auch für die Verwaltung Synergieeffekte und für die Beratung, den Service und die Kundenfreundlichkeit große Vorteile ergeben. Die Schaffung eines Aufenthaltsbereiches vor dem Gebäude und der direkte Zugang zum bestehenden Kunstrasenplatz runden das in sich sehr stimmige Konzept ab und werden für die Zukunft einen Ort schaffen, der allen Nutzer*innen ein äußerst attraktives Ambiente zum Sporttreiben und Sich-Aufhalten bietet. Insgesamt wird der Hochschulsport ein Zuhause erhalten, das unter Marketinggesichtspunkten der gesamten Universität sehr gut zu Gesicht stehen wird und seinen spezifischen Beitrag zu einem lebens- und bewegungsfreundlichen, internationalen Campus leisten wird.

Dass der Hochschulsport vermutlich die größte soziale Einrichtung der UdS ist, belegen drei Zahlen aus dem vergangenen Wintersemester, bei dem coronabedingt alle Veranstaltungen anmeldepflichtig waren und wir somit exakte Zahlen für den o. g. Bedarf haben. Für das Semesterprogramm und das anschließende Ferienprogramm waren insgesamt 6.137 Anmeldungen zu verzeichnen. 1.710 Personen haben sich erstmals im Hochschulsport registriert und 2.098 bekamen eine Mail, die ihnen mitteilte, dass sie leider auf einer Warteliste gelandet sind. Im *Uni-Fit* findet mittlerweile fast die Hälfte der Einführungskurse in englischer Sprache statt. Diese Zahlen sind eindrückliche Belege für die Internationalität und die Attraktivität von Bewegung und Sport an unserem Standort. Insofern sei an dieser Stelle allen herzlich gedankt, die uns in schwierigen Zeiten die Treue gehalten haben oder neu auf uns zugekommen sind.

Ein ebenfalls sehr herzlicher Dank geht an alle Kooperationspartner*innen und Unterstützer*innen innerhalb und außerhalb unserer Universität, die in Kapitel 9 näher beleuchtet werden. Die Unterstützung unserer Projekte durch die Techniker Krankenkasse (TK) – sowohl inhaltlich wie finanziell – bewerten wir als außergewöhnlich und sind sehr dankbar für die großartige und auf Dauer angelegte Unterstützung.

Das Vertrauen, die Wertschätzung und die Unterstützung, die das Präsidium der UdS unserer Einrichtung und unserer Arbeit entgegenbringt, drückt sich an vielen Stellen, jedoch in besonderer Weise durch die nachhaltige Förderung unseres Neubauvorhabens, aus. Die vertrauensvolle und intensive Zusammenarbeit mit dem für das HSZ zuständigen Präsidiumsmitglied, dem Vizepräsidenten für Verwaltung und Wirtschaftsführung, Herrn Dr.

Roland Rolles ist sehr fruchtbar und zielführend, ebenso wie die Begleitung unserer Arbeit durch den Senatsbeauftragten für den Hochschulsport, Herrn Prof. Dr. Heinz Kußmaul. Allen Beteiligten gebührt unser großer Dank. In diesen Dank einschließen möchte ich ausdrücklich die Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter des Dezernates CB, die bei der Umsetzung unseres Neubaus in sehr freundlicher Atmosphäre überaus vertrauensvoll und konstruktiv mit uns zusammenarbeiten.

Ein besonderer Dank gilt all unseren Übungsleiterinnen und Übungsleitern sowie den Trainerinnen und Trainern und dem Servicepersonal im *Uni-Fit*. Gerade dieser Personenkreis war einerseits am härtesten von den Coronamaßnahmen betroffen, da sie nach der Schließung keiner adäquaten Beschäftigung nachgehen und daher auch keine Lehrauftragsvergütungen erhalten konnten. Andererseits waren die Vorgaben bzgl. der Hygienevorschriften und Nachverfolgungspflichten nach der Wiederaufnahme unserer Aktivitäten zu einem großen Teil von ihnen zu überwachen und durchzusetzen. Somit war dieser Personenkreis auch an dieser Stelle zusätzlich belastet. Dass so viele von ihnen uns direkt wieder in ihrer alten Funktion zur Verfügung standen und den Mehraufwand klaglos auf sich nahmen, zeugt von dem überragenden Commitment und der Verbundenheit mit *ihrem* Hochschulsport.

Auch die unmittelbar im HSZ beschäftigten Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter haben im vergangenen Jahr bewiesen, dass auch ein zweites Coronajahr nicht im Ansatz Einschränkungen bezüglich unserer ausgeprägten Dienstleistungsorientierung und des Engagements insgesamt befürchten lässt. Ungebrochen sind der Fleiß, die Flexibilität und die Kreativität auch und gerade unter den besonderen Belastungen der Corona-Pandemie und in Zeiten des Homeoffice, welche besondere Herausforderungen an Team-Work und Solidarität stellen.

Wir sind sicher, dass mit den aufgezeigten aktuellen und zukünftigen Entwicklungen der Hochschulsport auch im Jahr 2022 auf einem sehr guten Weg ist. Mit dem zu erwartenden Übergang der Pandemie in eine Epidemie wird das von uns allen sehr vermisste universitäre Leben wieder auf den Campus unserer beiden Standorte zurückkehren und diese wieder zu lebendigen Orten des wissenschaftlichen und internationalen Austauschs, der Bildung, der Kommunikation, der Toleranz, des Friedens und auch des Sports und der Bewegung werden.

Wir freuen uns sehr darauf und sind als gesamtes Team – wie immer – vorbereitet!



(Rolf Schlicher)

Saarbrücken im April 2022



2. Programmangebote im Kursbereich im Berichtsjahr

Im Berichtsjahr 2021 war der Kernbereich des Hochschulsports mit seinen üblicherweise insgesamt vier unterschiedlichen Programmen im Jahresverlauf nach wie vor in besonderer Weise von der Corona-Pandemie betroffen. Die an dieser Stelle in den vergangenen Tätigkeitsberichten zu findenden Übersichtstabellen und grafischen Zusammenstellungen der einzelnen Kurse, Veranstaltungen und Workshops haben auch für dieses Berichtsjahr noch keinen Aussagewert, da vergleichbare Zahlen hinsichtlich der beiden Haupt-Sportprogramme nur für das jetzt zu Ende gegangene Wintersemester 2021/22 vorliegen. Dies gilt insbesondere auch im Hinblick auf den Vergleich mit den länger zurückliegenden Vorjahren und daher wird auf die Darstellung nochmals verzichtet.

Nachfolgend finden Sie einige Ausführungen und Daten zu den in den jeweiligen Zeitabschnitten durchgeführten Programmangeboten. Zu Beginn des Jahres 2021 konnten aufgrund der Einschränkungen nur reine Online-Programme angeboten werden. Im Laufe des Sommersemesters erlaubten die zurückgehenden Inzidenz-Werte und die damit verbundenen Lockerungen neben den Online-Angeboten auch wieder vor Ort-Kurse im Außenbereich (also Outdoor). Da die beiden etwas kleineren Ferienprogramme, zumindest das Ferienprogramm im Sommersemester 2021, halbwegs normal stattfinden konnten, werden diese beiden nachfolgend zusammengefasst dargestellt und auch die Grafiken der Vorjahre fortgeschrieben.

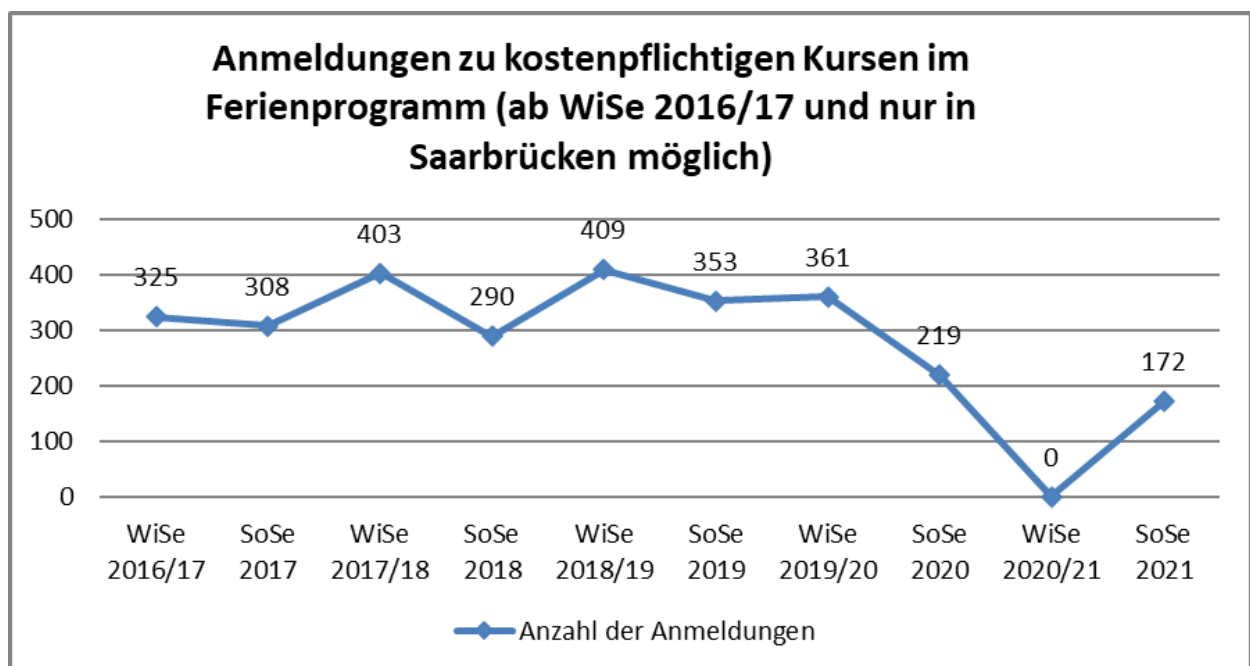
2.1 Ferienprogramm Wintersemester 2020/21 und Ferienprogramm Sommersemester 2021

Das Ferienprogramm Wintersemester 2020/21 konnte aufgrund der noch im Ausgang des Winters vorliegenden hohen Inzidenzzahlen und der zu diesem Zeitpunkt gültigen Regelungen der Landesverordnung zum Bereich Sport nicht in Präsenz durchgeführt werden. Daher haben wir erneut ein Online-Angebot mit Live-Kursen konzipiert und dieses mit On-Demand-Angeboten online per MS-Teams bzw. MS-Stream ergänzt.

Laufzeit der Kurse	16. Februar 2021 bis 28. März 2021
Anzahl der unterschiedlichen Sportkurse	7
Anzahl der einzelnen Kursstunden	40
Buchungsbedingungen	Buchung einer Flatrate-Nutzerkarte
Kosten	kostenfrei für Studierende, Bedienstete und Gäste
Anzahl der Buchungen	285
Zusätzliche On-Demand-Kurse	7

Das Ferienprogramm im Sommersemester 2021 war dann das erste Live-Vor-Ort-Programm während der Corona-Pandemie, das nicht mehr durch Live-Online-Kurse ergänzt wurde. Selbstverständlich wurden die gesetzlichen und universitären Vorgaben hinsichtlich der Anzahl der Sporttreibenden, von Hygiene-Konzepten der einzelnen Sportarten und der Forderung nach einer Möglichkeit der Kontaktnachverfolgung weiterhin aufrechterhalten. Darüber hinaus wurde in der Zwischenzeit über MS-Teams die Möglichkeit eröffnet, weiterhin Online-Kurse zu besuchen, die aus einer speziellen Auswahl von „Best-off“-Kursen des zurückliegenden Semesters gespeist wurde.

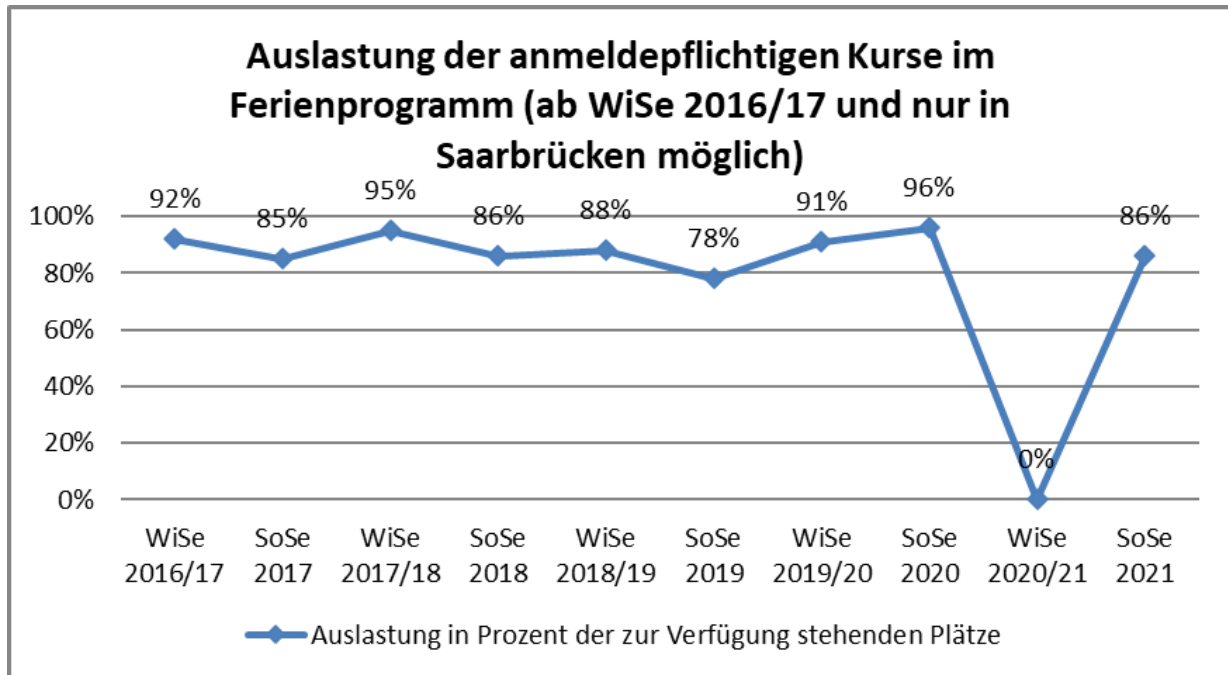
Die Durchführung eines „regulären“ Live-Programms vor Ort ermöglicht somit die Fortführung unserer grafischen Darstellung wie in den Berichten aus den Vorjahren. Die nachstehende Grafik zeigt die Anzahl der Anmeldungen zu kostenpflichtigen Kursen, die zum größten Teil vor Ort im Multifunktionsraum durchgeführt wurden. Aufgrund der begrenzten Raumgröße einerseits und der Notwendigkeit von Abstand und Reduzierung von Begegnungen im Gebäude selbst andererseits wurde eine Beschränkung auf maximal 12 Personen je Kurs festgelegt. Diese Beschränkung schlägt sich dementsprechend auf die Anzahl der Anmeldungen im Sommersemester nieder, die im Vergleich zu den Vorjahren erheblich geringer ist.



Bemerkenswert in diesem Zusammenhang ist ebenfalls, dass sich auch im Ferienprogramm des Sommersemesters 2021 für alle Veranstaltungen (kostenfrei und kostenpflichtig) in der Uni-Sporthalle und im Multifunktionsraum, die ja aufgrund der Platzbeschränkungen und Hygienevorgaben stark Personen reduziert durchgeführt werden mussten, insgesamt noch **860 Personen** angemeldet haben. Das bedeutet eine Steigerung um 239 Anmeldungen gegenüber dem Vorjahr, wobei zu berücksichtigen ist, dass wir gezielt Outdoor-Kurse angeboten haben, da die Ansteckungsgefahr im Außenbereich deutlich geringer ist und diese Tatsache die Teilnahmehäufigkeit durchaus positiv beeinflusst haben könnte.

Wie die nachstehende Grafik belegt, liegt die Auslastung bei den angebotenen Kursen auf etwa dem Niveau der Vorjahre, trotz der immer noch vorhandenen Corona-Pandemie mit den jeweils

herrschenden, spezifischen Einschränkungen, was den Sport anbelangt. Die Anzahl der angebotenen, kostenpflichtigen Kurse liegt mit 11 Kursen auch nahezu auf gleicher Höhe wie in den Vorjahren.



2.2 Online-Programm Sommersemester 2021

Obwohl sich zu Beginn der Vorlesungszeit im Sommersemester 2021 schon abzeichnete, dass mit der warmen Jahreszeit auch die Inzidenzzahlen sinken würden, war es nicht angezeigt im März/April ein normales Hochschulsport-Programm zu planen. Dies galt für alle Sport- und Bewegungsangebote, insbesondere jedoch für den Indoor-Bereich. Die Vorgaben bezüglich der Hygienerichtlinien und die Einschränkungen im Hinblick auf die Gruppengrößen und die Kontaktnachverfolgung ließen zu diesem Zeitpunkt noch keine Live-Kurse in Präsenz zu. Daher wurde das Online-Angebot des Wintersemesters 2020/21 modifiziert und weitergeführt. Die Eckdaten sind der nachfolgenden Tabelle zu entnehmen.

Laufzeit der Kurse	19. April 2021 – 23. Juli 2021
Anzahl der unterschiedlichen Sportkurse	12
Anzahl der einzelnen Kursstunden	168
Buchungsbedingungen	Buchung einer Nutzerkarte für alle Kurse mit anschließender Freischaltung im entsprechenden Team bei MS-Teams
Kosten	0,00 Euro für Studierende 0,00 Euro für Bedienstete

	49,00 Euro für Gäste
Art der Teilnahmemöglichkeit	live und nahezu alle Kurse auch zeitversetzt „on demand“ während der Laufzeit des Programms
Anzahl der Buchungen von Nutzerkarten	304 Personen (Studierende 199, Bedienstete 96, Gäste 9)
Teilnahmehäufigkeit	Live-Teilnahmen: 496 On-demand-Teilnahmen: 659

2.3 Sportprogramm in Präsenz Sommersemester 2021 – Outdoor

Die Landesverordnung zur Bekämpfung der Corona-Pandemie sah ab Juni 2021 Lockerungen im Bereich der Outdoor-Sportangebote vor. Aufgrund sinkender Inzidenzzahlen wurde ein Sporttreiben im Freien unter bestimmten Kriterien (Nachverfolgungspflicht, Hygienekonzepte, etc.) wieder erlaubt. Das Hochschulsportzentrum entschloss sich daher zur Durchführung von Outdoor-Kursen parallel zu den weiterlaufenden Online-Angeboten. Der nachfolgenden Tabelle können Einzelheiten dieser über sechs Wochen laufenden Programme in Saarbrücken und Homburg entnommen werden. Zu erwähnen ist, dass aufgrund der Nachverfolgungsverpflichtung alle Sport- und Bewegungsangebote anmeldepflichtig waren und somit auch die exakte Teilnehmendenzahl zu beziffern ist, was unter normalen Bedingungen nicht möglich ist, da diese Kurse keiner Anmeldepflicht unterliegen.

Laufzeit der Kurse	14. Juni 2021 – 23. Juli 2021
Anzahl der unterschiedlichen Sportkurse	30 in Saarbrücken 13 in Homburg + 5 Workshops: 1 x Workshop Mobility Outdoor, 2 x Rudern – Kompaktkurse für Anfänger*innen, 2 x Sommerwanderungen)
Anzahl der einzelnen Kursstunden	267
Anzahl der Kursbuchungen	790 Personen

Die nachfolgende Tabelle stellt die im Berichtsjahr durchgeführten, unterschiedlichen Veranstaltungsformate nochmals in der Übersicht dar. Online-Kurse sind jedoch mit Kursen oder Veranstaltungen in Präsenz nur sehr bedingt zu vergleichen. Die Summe aller Veranstaltungen und Formate beträgt für den aktuellen Berichtszeitraum 334. Im ebenfalls von Corona negativ beeinflussten Berichtsjahr 2020 lag die Summe der Veranstaltungen bei 192. Insofern stellt der jetzige Wert schon eine erhebliche Steigerung dar, nahezu eine Verdoppelung. Vergleicht man die Zahlen jedoch mit dem letzten ohne von Corona negativ

beeinflussten Berichtsjahr mit 765 Veranstaltungen, bewegen wir uns immer noch auf einem Niveau, welches etwas weniger als die Hälfte des üblichen Angebotes anbelangt.

Art der Veranstaltungen	SoSe 2021	WiSe 2021/22
Wöchentliche Kurse in Saarbrücken (nur Outdoor möglich)	30	106
Wöchentliche Kurse in Homburg (nur Outdoor möglich)	13	22
Wöchentliche Kurse online (Live und on-demand)	12	0
Kurse für Bedienstete <i>Uni in Bewegung</i> in Saarbrücken und Homburg	10	11
Workshops	5	11
Events in Saarbrücken und Homburg	1	0
Ferienprogramm in Saarbrücken	0 WiSe 2020/21	32 SoSe 2021
Ferienprogramm in Homburg	0 WiSe 2020/21	7 SoSe 2021
Summe der Kurse im Semester	71	189
Einführungskurse im <i>Uni-Fit</i> im Kalenderjahr 2021	74	
Summe der Kurse im Berichtsjahr 2021	334	

In folgenden Sportarten wurden im Berichtszeitraum ein oder mehrere Workshops durchgeführt:

Sommersemester 2021:

- Workshop Mobility Outdoor
- 2 x Rudern – Kompaktkurs für Anfänger*innen
- 2 x Sommerwanderung

Wintersemester 2021/22:

- Ballett-Auffrischungsworkshop
- Feldenkrais – Bewusstheit durch Bewegung
- 2 x Winterwanderung
- Irish Dance Céilí Workshop (Anfänger*innen und Fortgeschrittene)
- Klettern – Kurs für Anfänger*innen
- Klettern – Einführung ins Vorstiegsklettern
- Massage Rücken – Hals
- Meditation
- Thai Yoga Massage

Sommersemester 2022
Onlineanmeldung ab 4. April 2022

hochschulsport

www.uni-saarland.de/hochschulsport

3. Fitnessstudio *Uni-Fit*



Da unser hochschulsporteigenes Fitnessstudio *Uni-Fit* im Zusammenhang mit den coronabedingten Hygienerichtlinien und weiteren Vorgaben der Landesregierung unter den formal gleichen Vorgaben betrieben wird wie kommerzielle

fitnessstudio uni-fit

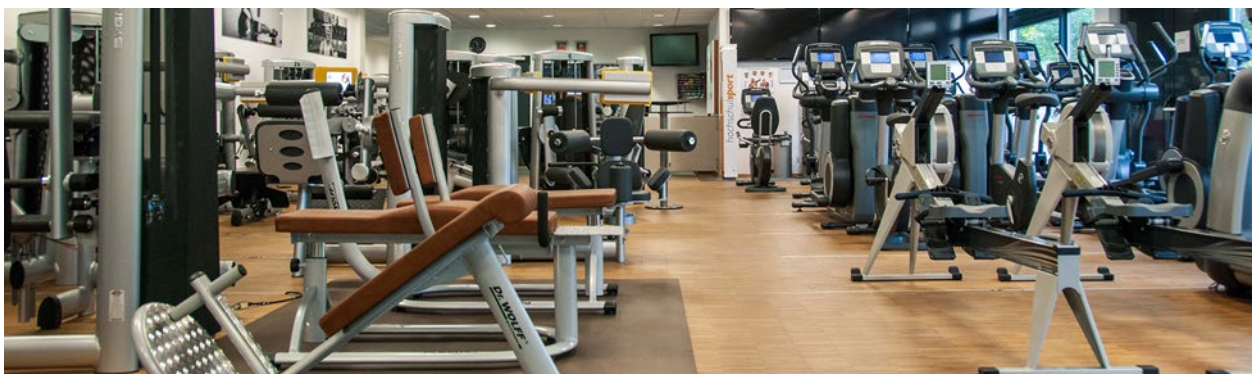
Fitnessstudios, konnten wir auch mit Beginn des Kalenderjahres 2021 unseren Betrieb nicht direkt wieder aufnehmen. Die vollständige Schließung dauerte noch bis 14. Juni 2021 an. Ab diesem Zeitpunkt haben wir schrittweise den Betrieb wieder aufgenommen und zunächst – wie schon im Vorjahr – mit der Buchungsmöglichkeit von Zeitslots die Kontaktzahlen beschränkt und die Nachverfolgungsanforderung sichergestellt. Dieses Verfahren hatte sich schon im Jahr 2020 bewährt und erlaubte bis zum 30. September 2021 erneut einen sicheren Betrieb des für die einzelnen Mitglieder der UdS sehr wichtigen Trainings im Kraft- und Ausdauerbereich an den Fitnessgeräten.

Die Anzahl der Zeitslotbuchungen in diesem Zeitraum stellt sich wie folgt dar:

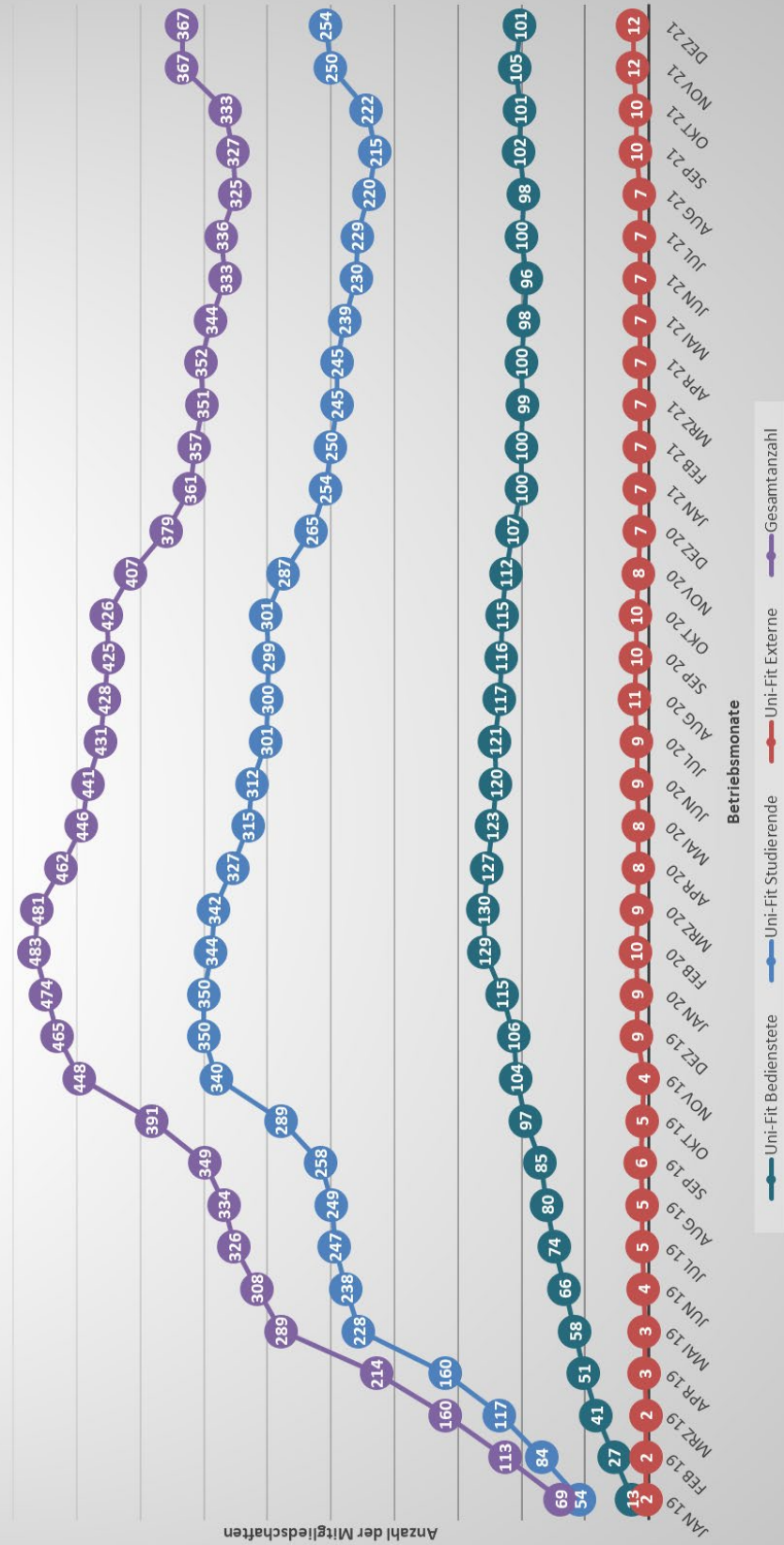
Monat	Anzahl der Zeitslotbuchungen bzw. Trainingsbesuche
Juni 2021	489
Juli 2021	888
August 2021	934
September 2021	1.042
Summe	3.353

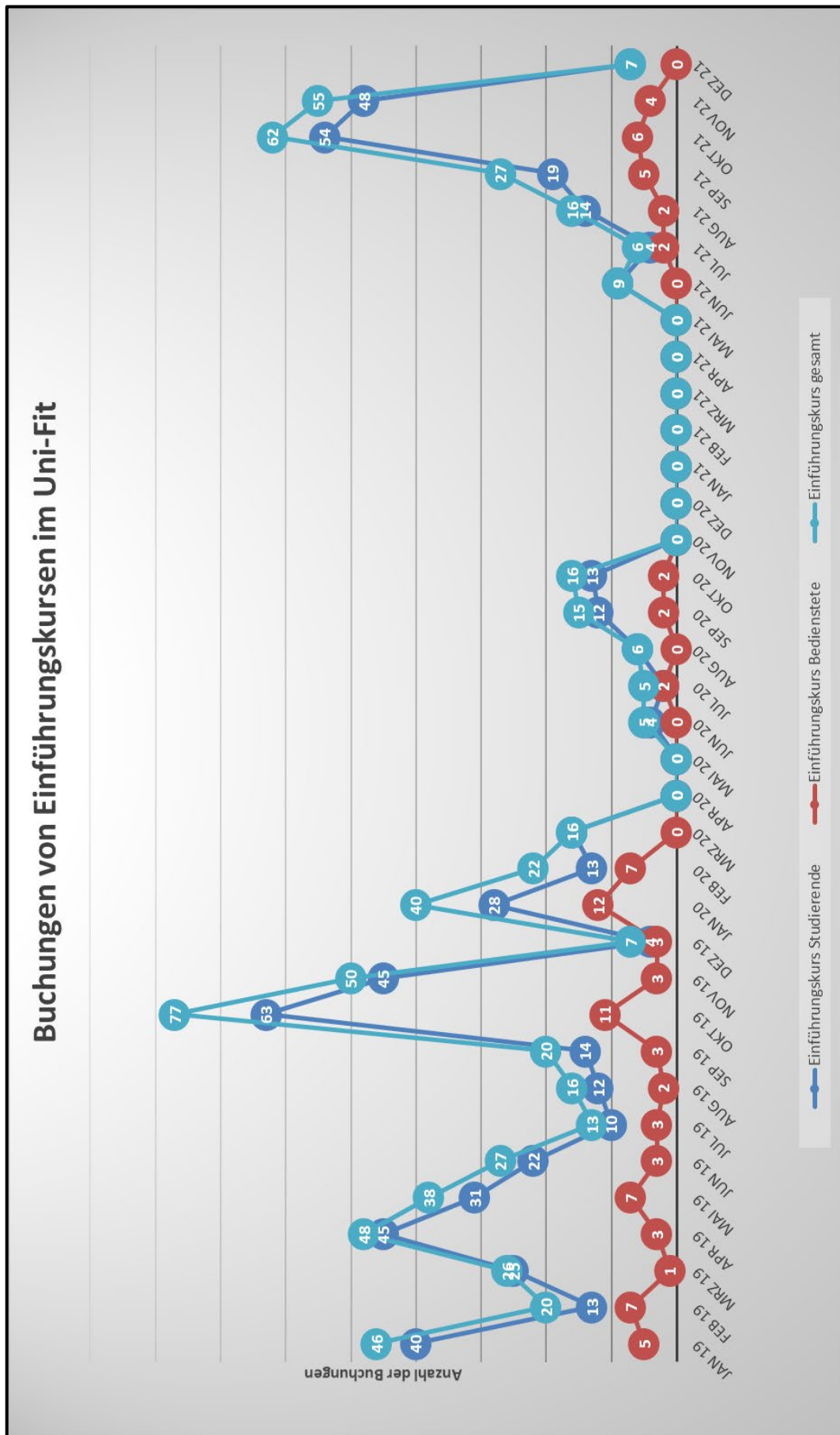
Im Oktober 2021 konnte dann aufgrund der Infektionslage das *Uni-Fit* wieder geöffnet werden, zwar noch unter den bestehenden Hygienebedingungen, aber ohne die Notwendigkeit von Zeitslotbuchungen. Die Öffnungszeiten entsprachen für diesen Monat wieder dem Normalbetrieb.

Wie schon im Jahr 2020 hat das HSZ in den Zeiten der Schließung keinen Mitgliedsbeitrag erhoben. Die anstehenden Abbuchungen wurden ausgesetzt. Für den Juni 2021 wurde der Mitgliedsbeitrag lediglich hälftig erhoben, da das *Uni-Fit* erst zum 14. Juni wieder öffnete.



Entwicklung der Mitgliedschaften im Uni-Fit seit Novellierung der Vertragsarten 2019





Die beiden voranstehenden Grafiken bringen den negativen Einfluss der Coronapandemie auf den Betrieb des *Uni-Fit* zum Ausdruck. Die Mitgliedschaften im *Uni-Fit* haben sich sukzessive bis zum Zeitpunkt des Wiederbeginns des Trainingsbetriebes verringert, gleichwohl die Mitgliedschaften im Hinblick auf die monatlichen Zahlungen geruht haben und eine Kündigung aus finanziellen Gründen nicht notwendig war. Der zu verzeichnende Rückgang entspricht der normalen Fluktuation der durch Studienabschlüsse oder Wechsel des Studienortes bedingten Kündigungen der Mitgliedschaften. Diese Personen halten sich schlichtweg nicht mehr auf dem Campus auf. Da jedoch keine neuen Mitgliedschaften abgeschlossen werden konnten, muss die Zahl der Mitglieder notwendigerweise zurück gehen. Die Wiedereröffnung des Betriebes im Oktober 2021 führte direkt zum Anstieg der Mitgliedszahlen, wobei der Wert aus der Zeit vor Corona noch bei weitem nicht erreicht werden kann. Wir hoffen, mit einem kompletten, coronafreien Wirtschaftsjahr diesen Verlust wieder ausgleichen zu können.

Die Darstellung mit dem Verlauf der Buchung von Einführungskursen unterliegt selbstverständlich den gleichen Einflussfaktoren und folglich der gleichen Entwicklung. Auch an dieser Stelle konnte das Vor-Corona-Niveau noch nicht erreicht werden. Aufgrund der besseren Übersichtlichkeit wurden die sehr geringe Zahl der Anmeldungen von Gästen zu Einführungskursen aus der Grafik entfernt, die Anzahl wurde jedoch bei der Gesamtzahl berücksichtigt.

Die Auswirkungen auf die Einnahmensituation im *Uni-Fit* sind auch weiterhin sehr beträchtlich. Zwar konnte der Umsatzeinbruch gegenüber dem ersten Jahr der Coronapandemie 2020 (ca. 66% gegenüber dem Jahr 2019) etwas verringert werden, beträgt jedoch gegenüber der Vor-Corona-Zeit immer noch ca. 59%. Und auch 2021 waren die Hauptleidtragenden die Trainerinnen und Trainer und das Servicepersonal im *Uni-Fit*, die für die Schließungszeit keine Lehraufträge wahrnehmen konnten. Die Lohnkosten für das hauptamtliche Personal konnte erneut durch Umschichtungen und Verwendung von Rücklagen kompensiert werden.

4. *Uni in Bewegung* – fit und gesund am Arbeitsplatz

4.1 Programmangebot Sommersemester 2021

Aufgrund der Corona-Pandemie fanden im Zeitraum von April bis Juli 2021 keine *Uni in Bewegung*-Kurse vor Ort auf den Campus in Saarbrücken und Homburg statt. Die Mitarbeiter*innen hatten jedoch die Möglichkeit, während dieser Zeit unsere Online-Sportangebote zu nutzen (siehe Punkt 2).



Nach den ersten Corona-Lockerungen konnten im August und September unter Einhaltung der jeweils geltenden Corona-Vorgaben wieder Vor-Ort-Kurse angeboten werden. Die maximale Teilnehmendenzahl in den Indoor-Kursen musste in unserem Multifunktionsraum auf 12 Personen (vorher 25 plus 5 Flexiplätze) reduziert werden. Flexiplatzbuchungen waren keine möglich.

Folgende Kurse wurden im August und September in den Räumlichkeiten des *Uni-Fit* bzw. im Multifunktionsraum Campus B5 1 angeboten:

Kursname	Zahl der Teilnehmer*innen (Anzahl der Anmeldung/Anzahl der zur Verfügung stehenden Plätze)
Fitnessgymnastik mit Barbara	12/12
Funktionsgymnastik mit Jörg	12/12
Rückenyooga mit Alice	11/12

Weitere Kursangebote Outdoor oder an anderen Standorten:

Kursname	Zahl der Teilnehmer*innen (Anzahl der Anmeldung/Anzahl der zur Verfügung stehenden Plätze)
Funktionsgymnastik Outdoor mit Ulrike (Homburg)	9/15
Funktionales Training Outdoor mit Moritz	4/15
Nordic Walking mit Simone	6/15
Schwimmen / Aqua Jogging mit Karsten	16/24

Uni in Bewegung-Krafttrainingskurse wurden im Sommersemester nicht angeboten, da die Bediensteten weiterhin die Zeitslotbuchung im *Uni-Fit* in Anspruch nehmen und zu flexiblen Zeiten trainieren konnten. Aufgrund der andauernden Homeoffice-Situation wurde diese Option weiterhin von Bediensteten, die vorher an den *Uni in Bewegung*-Krafttrainingskursen teilgenommen hatten, in Anspruch genommen. Am Standort Meerwiesertalweg konnten keine Kurse angeboten werden, da die dort vorhandene Sportstätte die Corona-Vorgaben nicht erfüllt.

4.2 Programmangebot Wintersemester 2021/22

Von Oktober 2021 bis März 2022 wurden folgende Kurse in den Räumlichkeiten des *Uni-Fit* bzw. im Multifunktionsraum Campus B4 1 angeboten:

Kursname	Zahl der Teilnehmer*innen (Anzahl der Anmeldung/Anzahl der zur Verfügung stehenden Plätze)
Funktionsgymnastik mit Holger	15/20
Funktionsgymnastik mit Jörg	20/20 (3 Warteliste)
Rückenyooga mit Alice 1	20/20
Rückenyooga mit Alice 2	14/20
Tai Chi / Qi Gong mit Margareta	14/20
Krafttraining mit Holger	11/15
Krafttraining mit Nicole und Fabian	8/15

Weitere Kursangebote Outdoor oder an anderen Standorten:

Kursname	Zahl der Teilnehmer*innen (Anzahl der Anmeldung/Anzahl der zur Verfügung stehenden Plätze)
Nordic Walking mit Simone	13/15
Funktionsgymnastik mit Ulrike (Homburg)	9/11
Schwimmen / Aqua Jogging mit Karsten	31/40
Yoga mit Alice (ZeMA)	10/15

Am Standort Meerwiesertalweg konnten aus dem oben genannten Grund auch im Wintersemester 2021/22 keine Kurse angeboten werden.

5. Projekt *fit4more* – *gesund studieren*

Um die allgemeinen Gesundheitskompetenzen der Studierenden zu fördern, hat das HSZ im Februar des aktuellen Berichtsjahres mit der Durchführung des in den beiden Vorjahren angestoßenen Projektes zur dauerhaften Implementierung eines nachhaltigen Studentischen Gesundheitsmanagements (SGM) begonnen. Unter dem Titel „fit4more – gesund studieren“ wird in Kooperation und mit finanzieller Unterstützung der Techniker Krankenkasse TK ein Angebot etabliert, das viele unterschiedliche Aspekte der psychischen und physischen Gesundheit der Studierenden berücksichtigt und über den nachhaltigen Aufbau allgemeiner Gesundheitskompetenzen die Studierenden befähigen soll, einerseits gesund und erfolgreich ihr Studium zu absolvieren und andererseits Kompetenzen in Bezug auf spätere Funktionen als Führungskräfte zu erwerben. Diese Kompetenzen werden perspektivisch als Studienleistung anrechenbar sein und sollen mithilfe eines Zertifikates bescheinigt und nachgewiesen werden können.

5.1 Steuerungsgruppe

Die im Tätigkeitsbericht 2020 aufgeführte Steuerungsgruppe konnte in 2021 um eine Partnerorganisation erweitert werden. Durch das Projekt konnte die bis dato hauptsächlich im betrieblichen Sektor agierende Sucht- und Sozialberatung der Universität des Saarlandes auch auf den studentischen Bereich erweitert werden. Zudem gab es partnerinterne Umstrukturierungen, die sich auf die personelle Zusammensetzung der für das Projekt zuständigen Personen auswirkten.

Zur Steuerungsgruppe gehören aktuell folgende Partner*innen bzw. Institutionen:

- AStA der UdS – Irini Tselios, Hannah Spies
- Dezernat Lehre und Studium: Bereich Career Center – Cyra Sammtleben; Bereich Studienangebotsentwicklung – Myriam Baum
- Hochschulsportzentrum, Projektkoordination – Dr. Simone Flick; Öffentlichkeitsarbeit – Fabian Pätzold
- Medizinische Fakultät der UdS, Bereich Medizinische Psychologie – PD Dr. Heike Maas

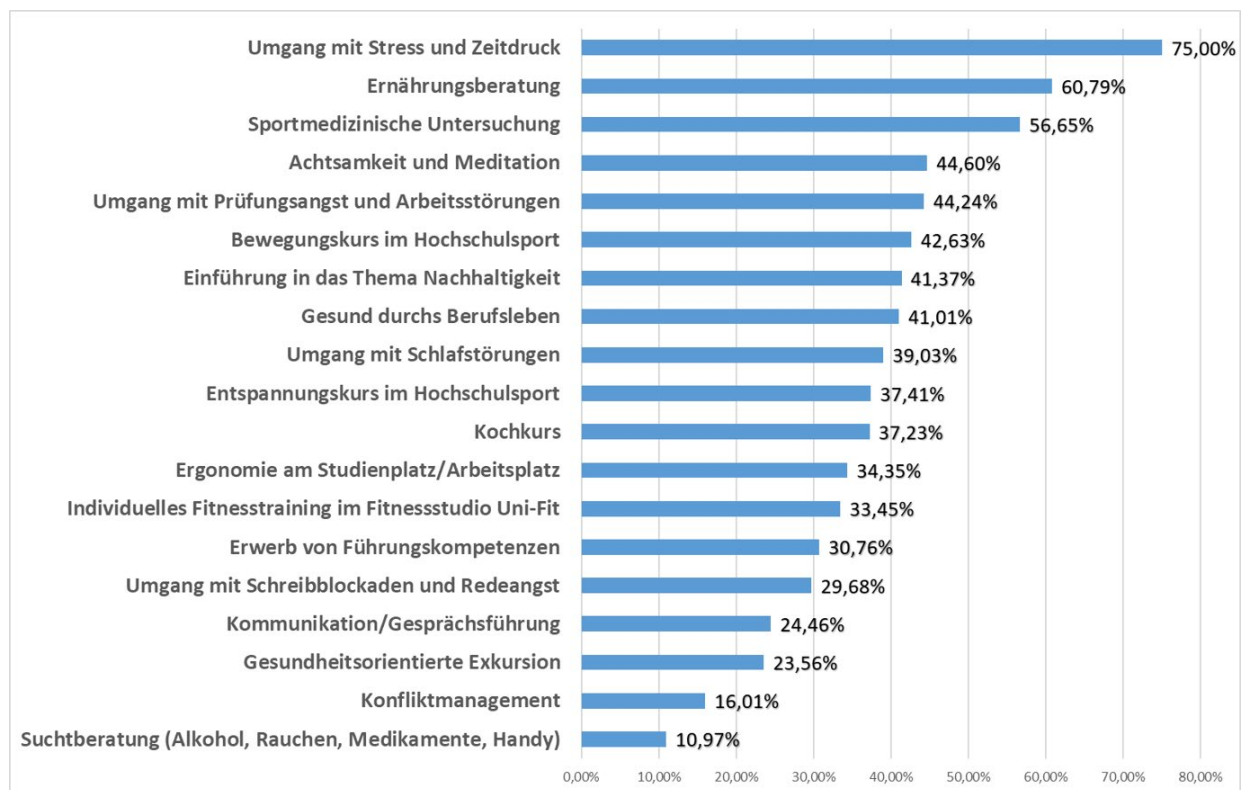
- Psychotherapeutische Universitätsambulanz der UdS – PD Dr. Monika Equit, Hannah Mattheus
- Studentenwerk im Saarland e.V., Bereich Hochschulgastronomie – Heike Savelkouls, Patrick Adams
- Studentenwerk im Saarland e.V., Bereich Psychologisch-Psychotherapeutische Beratungsstelle (PPB) – Dr. Ulrike Linke-Stillger
- Sucht- und Sozialberatung der UdS – Bernhard Blank, Cheyenne Koch
- Techniker Krankenkasse – Petra Dann, Eva Hesselschwerdt, Anika Schmidt
- Zentrum für lebenslanges Lernen der UdS (Zell), Bereich Schlüsselkompetenzen – Elias Harth; Bereich Gasthörerstudium – Angelina Müller

5.2 Aufbau einer Studentischen Gesundheitsförderung an der UdS

Initiale Studierendenbefragung

In Vorbereitung auf die Projektbeantragung wurde im Sommer 2019 eine kurzgehaltene Online-Umfrage zum Bedarf an gesundheitsfördernden Maßnahmen bzw. Inhalten unter den Studierenden der Universität des Saarlandes durchgeführt. Insgesamt nahmen 556 Personen an der Befragung teil.

Folgende relevante Themenfelder konnten hierdurch eruiert werden:



Basierend auf den Ergebnissen dieser initialen Umfrage konnten bereits direkt zu Beginn des Projektes Kurse und Veranstaltungen zu den gewünschten Themenfeldern angeboten werden.

Namensfindung und Entwicklung eines Projektlogos

Im Rahmen der initialen Bedarfsumfrage konnten die Studierenden auch Namensvorschläge für das Projekt abgeben. Über eine Online-Abstimmung unter den Mitgliedern der Steuerungsgruppe wurden anschließend die Vorschläge bewertet. Als meistgenannter Vorschlag wurde *fit4more – gesund studieren* ausgewählt.

Basierend auf dem ausgewählten Namensvorschlag wurden verschiedene Logos designt, über die im Anschluss ebenfalls innerhalb der Steuerungsgruppe abgestimmt wurde. Die Wahl fiel auf das nebenstehende Projektlogo:



Bereichs- und Contentdefinition sowie Entwicklung von Bereichslogos

Basierend auf den Ergebnissen der initialen Umfrage konnten insgesamt vier Themenbereiche definiert werden, unter denen sich die eruierten Themenfelder subsumieren lassen: körperliche Aktivität bzw. Bewegung, mentale Gesundheit, gesunde Ernährung und Schlüsselkompetenzen bzw. Zusatzqualifikationen.

Zur besseren Differenzierung der Bereiche bzw. zur Steigerung des Wiedererkennungswertes wurden insgesamt vier Bereichslogos sowie dazugehörige Bereichslogos entwickelt, unter denen künftig die Angebote der Studentischen Gesundheitsförderung zu finden sind:



5.3 Angebote der Studentischen Gesundheitsförderung

Kurse, Workshops und Veranstaltungen

Von Februar bis Dezember 2021 wurden folgende Aktionen, Kurse/Seminare, Workshops und Veranstaltungen im Rahmen der Studentischen Gesundheitsförderung durchgeführt oder angeboten:

Bereich *be active4more*

Veranstalter	Kursname	Startdatum
HSZ	Online-Bewegungsangebote WiSe 20/21 + Ferienprogramm	01.02.2021
HSZ	Mountainbike Mittwoch Dreharbeiten	April 2021
HSZ	Online-Bewegungsangebote SoSe 21	19.04.2021
HSZ	Vor-Ort-Kurse Outdoor - SoSe 21	14.06.2021
HSZ	Ferienprogramm SoSe 21	16.08.2021

HSZ	Programm (vor Ort) WiSe 21/22 – Saarbrücken • Athletic Training • Konditions- und Fitnessgymnastik (3 Kurse) • Laufen • Meditation (2 Kompaktkurse) • Outdoor Fitness Training • Rücken- und Funktionsgymnastik • Zumba®	25.10.2021
HSZ	Programm (vor Ort) WiSe 21/22 – Homburg • Bodyweight • Functional Fitness • Lauftreff • Move-Your Body • Rope Skipping • Salsation • Stretch & Relax	25.10.2021

Bereich *mental fit4more*

Veranstalter	Kursname	Startdatum
STW - PPB	Self-care: Ich pass gut auf mich auf!	05.05.2021
STW - PPB	Achtsamkeit - Mehr Bewusstheit für dich und was dich umgibt	07.05.2021
STW - PPB	How to cope with daily struggles	11.05.2021
STW - PPB	Mutig in die Prüfung: Ja, ich kann das!	20.05.2021
STW - PPB	Unbeschreiblich weiblich	22.06.2021
STW - PPB	Self-care: Ich pass gut auf mich auf!	23.06.2021
STW - PPB	Mutig in die Prüfung: Ja, ich kann das!	15.07.2021
STW - PPB	Self-care: Ich pass gut auf mich auf!	17.11.2021
STW - PPB	Soziale Kontakte erfolgreich gestalten	17.11.2021
STW - PPB	Mutig in die Prüfung: Ja, ich kann das!	15.11.2021
STW - PPB	Achtsamkeit - Mehr Bewusstheit für dich und was dich umgibt	25.11.2021

Bereich *healthy food4more*

Veranstalter	Kursname	Startdatum
STW - Gastro	Online-Event: Frühstück-fertig-los!	16.06.2021
STW - Gastro	Virtueller Kochkurs: gebratene Mie-Nudeln	30.06.2021
STW - Gastro	Dreh Cocktail Tuesday	14.07.2021
STW - Gastro	Dreh Grillevent - Zubereitung	11.08.2021
STW - Gastro	Dreh Grillevent - Staden	12.08.2021
STW - Gastro	Dreh Weihnachtsmenü	17.11.2021

Bereich *key competencies4more*

Veranstalter	Kursname	Startdatum
Zell	Digitalisierung und Interkulturalität	26.04.2021
Zell	Zeitmanagement	05.05.2021
Zell	Stressmanagement	07.05.2021
Zell	Entscheidungen treffen	12.07.2021
Zell	Konfliktmanagement	16.07.2021
Zell	GH: Einführung Charakterstärken	08.11.2021
Zell	Charakterstärken – gestärkt durchs Studium und leistungsstark am Arbeitsplatz	09.11.2021
Zell	GH: Raus aus dem Stress	09.11.2021
Zell	GH: Krisen positiv meistern	11.11.2021
Zell	GH: Endlich frei im Kopf	15.11.2021
Zell	Zeitmanagement	24.11.2021
Zell	Stressmanagement	26.11.2021

Nebolus – Campus-Rallye

Zur Begrüßung künftiger Erstsemester erarbeitet das Team von *fit4more* seit November 2021 mittels einer von der Hochschule Fulda entwickelten App (inkl. Desktop-Planungstool) eine gesundheitsorientierte Campus-Rallye für den Unistandort Saarbrücken (<https://nebolus.net/>). Ziel ist, vor allem Erstsemestern eine gesundheitsbezogene Orientierung am Campus Saarbrücken zu ermöglichen. Dabei sollen die Studierenden auf spielerische Weise den Campus erkunden und Einrichtungen und Stationen mit direktem Gesundheitsbezug kennenlernen. Dabei soll vor allem die Gesundheitskompetenz der Studierenden gefördert werden. Involviert sind vorrangig die Projektpartner*innen sowie weitere standort- und gesundheitsrelevante Stationen. Zur inhaltlichen Entwicklung der gesundheitsbezogenen Campus-Rallye wurde eine studentische Hilfskraft (Herr Moritz Mann) eingestellt. Die Personalkosten wurden durch den SWI-Club e. V. übernommen. Die Stelle wurde zunächst für ein halbes Jahr bewilligt.

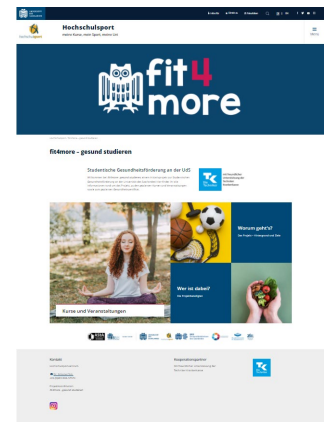
**5.4 Projektspezifische Öffentlichkeitsarbeit**

Um das neue Projekt vor allem an den Campus Saarbrücken und Homburg einzuführen und um die Studierenden ganz allgemein über die neue Studentische Gesundheitsförderung zu informieren, wurden die unterschiedlichsten Kanäle und Medien genutzt. Denn gerade zu Zeiten der Pandemie war vor allem der Beginn des Projektes mit einigen Herausforderungen und mit der Frage verbunden, wie man die Studierenden, die sich überwiegend im Home-Studying befinden, auf ein neues universitäres Projekt aufmerksam macht. Hier wurden verschiedene Ansätze verfolgt. So konnten beispielsweise Informationen zu *fit4more* über Rundmails, diverse

Pressemitteilungen der verschiedenen Uni-Kanäle, verschiedene Newsletter, Studienführer, Erstsemesterveranstaltungen, über die lokale Presse und über Social Media zielgruppengerecht gestreut werden.

Projekt-Webseite

Gleich zu Beginn des Projektes wurde eine entsprechende Internetpräsenz aufgebaut. Diese beinhaltet sowohl allgemeine Informationen zur Studentischen Gesundheitsförderung bzw. zum Projekt *fit4more* (Hintergrund, Partner*innen usw.) als auch eine Übersicht über alle im Rahmen von *fit4more* angebotenen Kurse und Veranstaltungen. Angegliedert an die Webpräsenz des Hochschulsportzentrums ist *fit4more* unter folgendem Kurz-Link zu erreichen: www.uni-saarland.de/fit4more. Die Projektwebseite wird regelmäßig aktualisiert.



Social Media Präsenz

Seit Mai 2021 nutzt *fit4more* zudem soziale Medien (vorrangig Instagram), um Studierende über gesundheitsbezogene Themen und Kurse bzw. Veranstaltungen im Rahmen der Studentischen Gesundheitsförderung zu informieren. Dieser Ansatz ist zielgruppenorientiert und hat sich gerade in Zeiten der Pandemie und des damit verbundenen Home-Studying-Ansatzes unserer Universität als überaus geeigneter Informationskanal bewährt. Bis Ende des Jahres konnte der Instagram-Channel knapp 326 Follower gewinnen. Mit insgesamt 40 Postings und 715 Likes in Summe konnten bis Ende des Jahres knapp 20.700 Personen erreicht werden. Das entspricht einer durchschnittlichen Reichweite von ca. 517 Personen pro Post. Zu finden ist *fit4more* auf Instagram unter „fit4more_uds“.

5.5 Evaluation

Mit den Angeboten der Studentischen Gesundheitsförderung wird ein niedrigschwelliges Gesundheitsangebot für alle Studierenden geschaffen. Um es zu evaluieren und stetig verbessern zu können, ist es unabdingbar, den Nutzen der einzelnen Maßnahmen zu untersuchen, aber auch herauszufinden, wer dieses Programm nutzt und ob insbesondere auch diejenigen erreicht werden, die von einem solchen Programm am meisten profitieren können. Weiterhin ist es von großem Interesse, in regelmäßigen Abständen (von einem Jahr) ein umfangreiches und aussagekräftiges Bild über den allgemeinen Gesundheitszustand der Studierenden sowie deren Gesundheitsverhalten zu erheben, sodass auch Änderungen über die Zeit und ggf. auch Interventionseffekte erfasst und bemerkt werden können. Mittels Online-Fragebogen sollen die Studierenden zu den Bereichen psychische und körperliche Gesundheit, Gesundheitsverhalten hinsichtlich Ernährung, Bewegung und Risikoverhalten, Persönlichkeit, Stress, Coping sowie Gesundheitskompetenz befragt werden. Zusätzliche werden relevante soziodemografische Variablen erhoben. Im Berichtsjahr wurde die erste Erhebung federführend durch Frau PD Dr. Heike Maas – Bereich Medizinische Psychologie der Medizinischen Fakultät der UdS in enger Zusammenarbeit mit den Projektpartnern vorbereitet. Der Erhebungszeitraum wurde auf den 10. Januar bis 6. Februar 2022 festgesetzt. Die gezielte und sehr umfangreiche



Bewerbung der Evaluation startete bereits im Berichtsjahr. Als Anreiz zur Teilnahme an der Umfrage wurden unter allen Teilnehmenden attraktive Preise verlost. Diese wurden uns mit freundlicher Unterstützung von der Techniker Krankenkasse (TK) zur Verfügung gestellt.

5.6 Zertifikat zum Nachweis von „Gesundheitskompetenzen“

Die Einführung eines Gesundheitskompetenzen-Zertifikates für Studierende ist maßgeblicher Teil des Aufbaus des hier vorgestellten Studentischen Gesundheitsmanagements. Aktuell befindet sich das Zertifikat in der Entwicklungsphase. Mit den am Zertifikat beteiligten Projektpartnern, vorrangig AStA, Akkreditierungsstelle des Dezernates Studium und Lehre sowie den Fachexperten für die einzelnen Themenbereiche, wurden bereits mehrere Gespräche über den möglichen Gesamtumfang eines Gesundheitskompetenzen-Zertifikats geführt. Weiterhin wurde eruiert, inwiefern bereits an der Universität des Saarlandes bestehende Zertifikate in das geplante Zertifikat einfließen können. Im nächsten Schritt wird nun die Art des geplanten Zertifikates festgelegt (Modulzertifikat vs. studienbegleitendes Zertifikat) und anschließend die konkreten Lernziele und Inhalte definiert.

6. Projekt *Bewegt studieren – Studieren bewegt 2.0* – Die Sport-App der Uni des Saarlandes

Im Rahmen der Fortschreibung einer bundesweiten Initiative der Techniker Krankenkasse (TK) in Kooperation mit dem Allgemeinen Deutschen Hochschulsportverband adh zur Förderung von Gesundheit und Bewegung im Setting Hochschule wurde 2019 mit dem Projekt *Bewegt studieren – Studieren bewegt 2.0* eine zweite Phase von Projekten mit 50 Hochschulstandorten initiiert. Das HSZ

Eine Initiative von

allgemeiner deutscher
hochschulsportverband



hatte sich mit der Idee der Entwicklung **der Sport-App** für die UdS bei der Ausschreibung beworben und erhielt Anfang 2020 die Zusage, dass dieses Projekt für die Zeit von April 2020 bis Ende März 2023 finanziell gefördert würde.

bewegt studieren
studieren bewegt



Die Ideen hinter diesem Projekt sind zum einen die Integration und Zusammenführung bestehender Bewegungsangebote des Hochschulsportzentrums in die bestehende App des HSZ und zum anderen gleichzeitig der Aufbau einer bidirektionalen Kommunikation mit den Nutzer*innen der Angebote des HSZ per App. Durch diese Kommunikation sollen verstärkt direkte Anreize zur Integration von Bewegung und Sport in den Studien- und Lebensalltag gesetzt werden.

Nach den technologischen und strukturellen Anpassungen bei Software im ersten Jahr des Projektes wurden im Berichtsjahr die nachstehenden Aktionen in Verbindung mit unserer Sport-App initiiert und durchgeführt.

Zusammen mit den ASten der saarländischen Hochschulen wurde eine Challenge geplant, in der die Studierenden in der



Vorlesungsfreier Zeit einen Ausgleich zum Lernstress und Lockdown erhalten sollten. Die Challenge wurde von allen vier ASten der Hochschulen des Saarlandes und dem Hochschulsport über Instagram und die jeweiligen Newsletter beworben. Pro Woche standen zwei unterschiedliche Trainingspläne über die App des Hochschulsports zur Verfügung, ein Trainingsplan mit leichteren Übungen und einer mit schwereren Übungen. Die Aktion dauerte drei Wochen, vom 8. Februar bis zum 28. Februar und wurde allen Nutzer*innen der Hochschulsport-App freigeschaltet. Gemeinsam mit dem AStA der HBK wurde ein Design erstellt (siehe nebenstehend), damit die Challenge einen Wiedererkennungswert hatte. Insgesamt haben 54 Studierende an der Challenge teilgenommen und wurden anschließend anhand der Trainingshäufigkeit in Gewinngruppen eingeteilt. In allen Gewinngruppen wurden dann die jeweiligen Preise verlost, die von der TK und dem Studierendenwerk zur Verfügung gestellt wurden.



Da die Challenge gut angenommen wurde, haben sich die ASten und das HSZ auf eine weitere Outdoor-Challenge im Sommersemester 2021 verständigt. Bedingt durch personelle und strukturelle Wechsel bei den ASten war die Kommunikation und Motivation der jeweiligen Vertreter*innen jedoch nicht so hoch wie bei der ersten Challenge. Zeitgleiche Lockerungen bei der Corona-Pandemie können ebenfalls eine Rolle gespielt haben. Bei dieser Challenge haben nur 22 Studierende im Zeitraum vom 7. bis 27. Juni 2021 teilgenommen. Für diese Challenge wurden neue Shirts in Zusammenarbeit mit zwei Studentinnen der HBK entworfen (siehe nebenstehend) und als

Preise verlost. Die Finanzierung der T-Shirts wurde ebenfalls von der TK im Rahmen ihres Sponsorings übernommen.

Nach der ersten Challenge wurden die ersten technischen Veränderungen in der App vorgenommen, so dass ab diesem Zeitpunkt Inhalte ausschließlich an spezielle Nutzergruppen ausgespielt werden konnten. Dies hat den Vorteil, dass Teilnehmer*innen von Challenges – nachdem sie angemeldet sind – auf spezifische Inhalte zugreifen können. Diese Veränderung war Voraussetzung für eine weitere Challenge (Schritte-Challenge), die im Sommersemester 2021 durchgeführt wurde.

In Kooperation mit dem Betrieblichen Gesundheitsmanagements BGm der UdS wurde diese Schritte-Challenge für Bedienstete mit Hilfe der Hochschulsport-App durchgeführt. Die Bediensteten mussten sich in frei wählbaren Teams (unterschiedlicher Größe) hierfür im Vorfeld anmelden und dann wurden ihnen zum Start der Schritte-Challenge die entsprechenden Inhalte in der App freigeschaltet. Im Zeitraum vom 14. Juni bis zum 4. Juli 2021 haben 252 Bedienstete in 55 Teams an der Challenge teilgenommen. Sieger wurde das Team, welches im Durchschnitt aller Team-Mitglieder die meisten Schritte erreicht hatte. Die Verbesserungsvorschläge der Teilnehmer*innen wurden aufgenommen und sollen für die im Sommersemester 2022 erneut geplante Schritte-Challenge Anwendung finden.

7. Projekt *ShortBreak – SportBreak*

Das im Jahr 2019 initiierte und im Jahr 2020 noch einmal mit Hilfe einer finanziellen Unterstützung aus Mitteln zur Verbesserung von Studium und Lehre weiterentwickelte Projekt mit dem Titel „*ShortBreak – SportBreak*“ wurde auch im Berichtsjahr weiterverfolgt. Die Idee hinter dem Projekt ist die Entwicklung von diversen Kurz-Videos, die Dozierende an der UdS in ihren Vorlesungen und Seminaren nutzen können, um so kurze Bewegungs- und Aktivierungspausen in ihre Lehrveranstaltungen einbauen zu können. Die etwa fünf Minuten langen Videoclips können online abgerufen und jederzeit und passgenau in den Unterricht integriert werden. Aufbauend auf dem im Wintersemester 2019/20 entwickelten Pilot-Video wurden 2020 drei weitere Videos gedreht und aufbereitet. Die entstandenen Clips sind inhaltlich etwas unterschiedlich, so dass eine gewisse Abwechslung gegeben ist. Eine Rückmeldemöglichkeit per Online-Umfrage ist auf der entsprechenden Internetseite des HSZ ebenfalls vorhanden. Der nebenstehende QR-Code führt zu der entsprechenden Internetseite.



Da im Laufe des Berichtsjahres der Zugang zum Campus und somit die Drehmöglichkeiten sehr eingeschränkt waren, konnten erst zum Ende des Jahres 2021 weitere Ideen umgesetzt werden. Zum einen war schon länger geplant, Videos nicht nur in der Hörsaalsituation (feststehende Sitze und Tische), sondern auch in Seminarraum-Atmosphäre (variables Platzangebot durch verschiebbare Tische und Stühle) zu erstellen. Zum anderen war ein Wunsch, diese Video-Clips auch mit Untertiteln bzw. in englischer Sprache anzubieten, um den Gedanken der Internationalisierung Rechnung zu tragen. Daher wurden zum Jahresende zwei neue Videos abgedreht, die diese beiden Aspekte berücksichtigen: Situation im Seminarraum und in englischer Sprache. Die Videos werden aktuell geschnitten und nachbearbeitet und sollen zum Sommersemester 2022 allen Interessierten über unsere Online-Kanäle zur Verfügung gestellt werden.



Das Projekt *ShortBreak – SportBreak* im Setting Studium und Lehre ergänzt die digitalen Bewegungsangebote, die bereits unter der Bezeichnung *Hochschulsport-Online – Fit am Schreibtisch* auf unserer Webseite eingestellt wurden. Gerade in Zeiten der Pandemie, die ja Bewegung vor Ort nahezu ausgeschlossen hat, können all diese Angebote eine sinnvolle Alternative und Motivation im Kampf gegen die zunehmende Bewegungsarmut darstellen. Alle diese modernen Formen der Animation zu Bewegung und zur gesundheitsorientierten

Gestaltung des Universitätsalltags werden auf der Webseite des HSZ unter dem Punkt *Bewegungswelt Campus* zusammengefasst. Im Berichtsjahr 2021 wurden unsere bisher bestehenden vier Videos insgesamt 1.081 mal aufgerufen.

8. Außenanlagen des Hochschulsportzentrums

Die nachstehend aufgeführten Grafiken verdeutlichen die Entwicklung der Nutzung der Außenanlagen des Hochschulsportzentrums in den vergangenen zehn Jahren, wobei die Beachanlage in Homburg und die Beachvolleyballanlage in Saarbrücken nur in den Sommersemestern nutzbar sind.

Aufgrund der jeweils gültigen Corona-Verordnungen waren die Außenanlagen im Kalenderjahr 2020 und 2021 sehr unterschiedlich nutzbar. Dabei waren zum einen die Nachverfolgungspflichten und der erhebliche Organisationsaufwand für alle Nutzer*innen nachteilig, zum anderen waren aufgrund des Home-Offices und des Online-Studiums deutlich weniger Menschen vor Ort in Saarbrücken und auf dem Campus in Homburg. Dennoch belegen die Nutzungszahlen, dass Outdoor-Sport während der Pandemie sehr attraktiv war. Einerseits galt Sport und Bewegung an der frischen Luft bzw. im Freien als eher unbedenklich und andererseits stärkt die Bewegung im Freien das Immunsystem, was zweifellos die Resilienz gegenüber Corona erhöht.

Im Sommersemester 2021 war bis zum 14. Juni 2021 aufgrund der Landesverordnung noch keine Nutzung für die Mitglieder der UdS erlaubt. Anschließend konnten jedoch die Reservierungen in der gewohnten Weise für den Rest des Semesters durchgeführt werden, wobei bezüglich der Nachverfolgungspflicht und der Dokumentationspflicht noch weitgehend einschränkende Regularien galten.

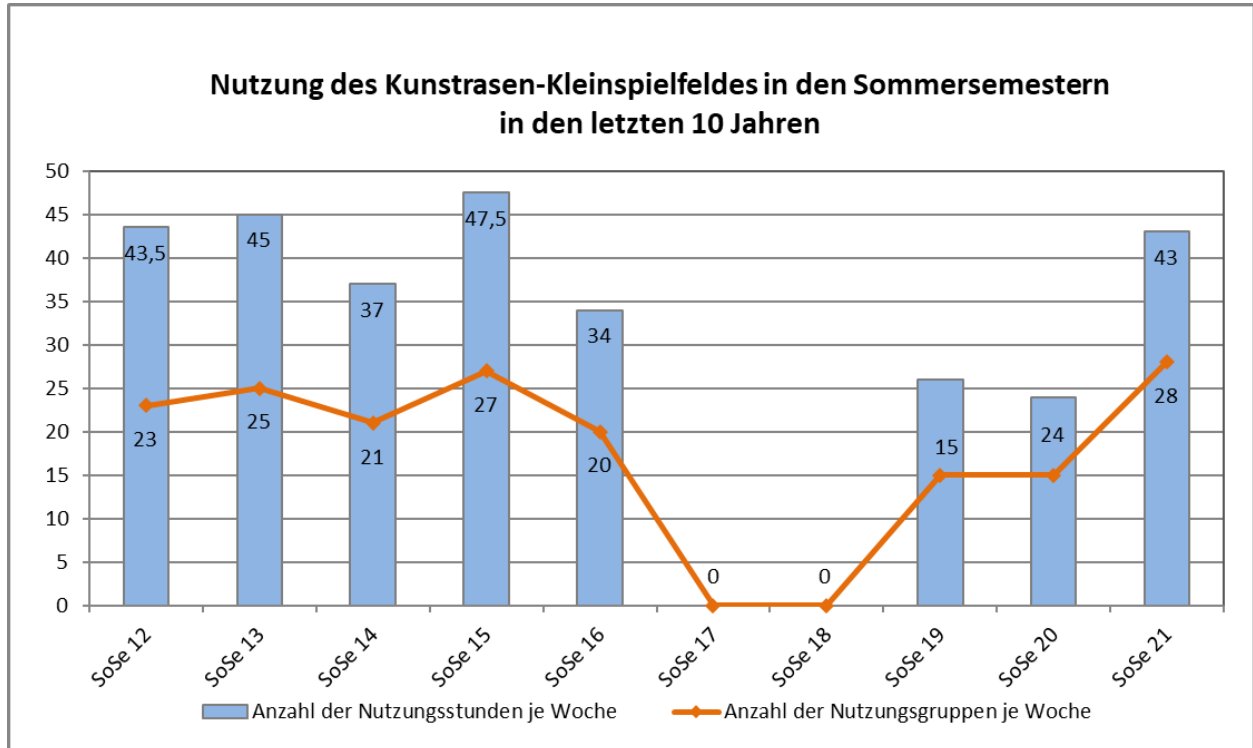


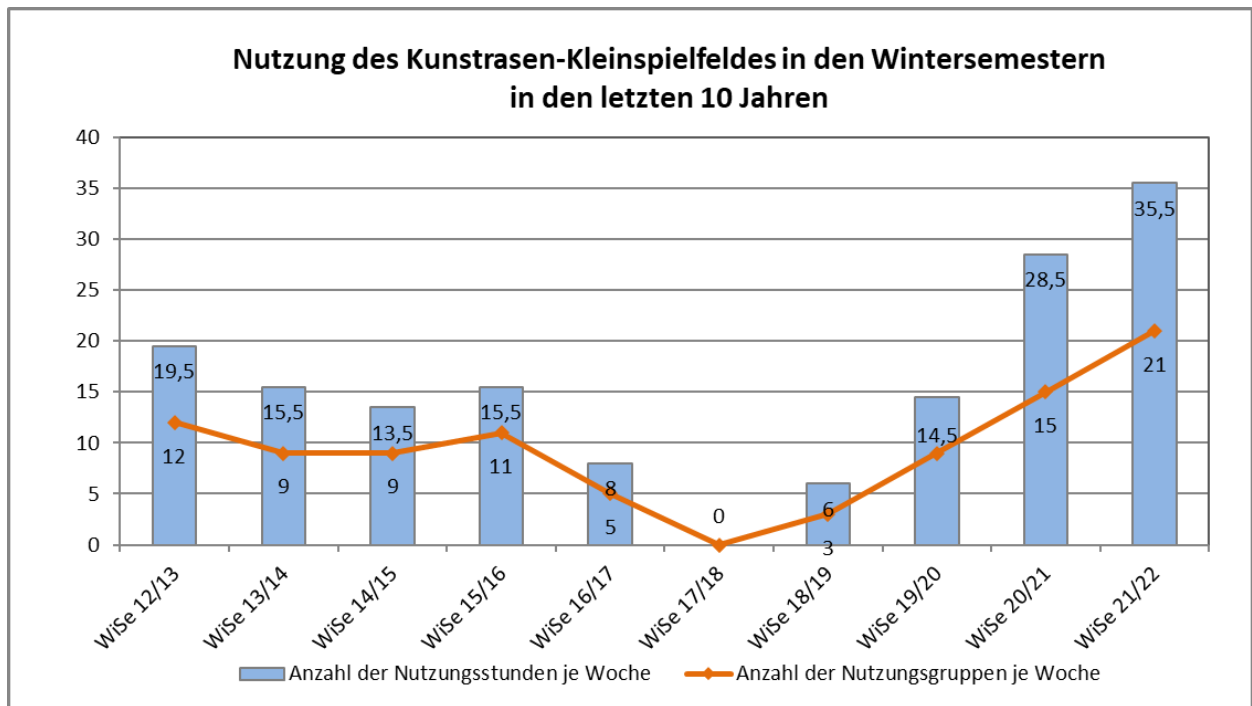
8.1 Nutzungsübersicht des Kunstrasen-Kleinspielfeldes in Saarbrücken

Da Indoor-Sport im Sommersemester 2021 noch längere Zeit untersagt war, hat das HSZ möglichst viele Sportarten, dort wo dies möglich war, nach draußen verlegt und unser Kunstrasen-Kleinspielfeld zur Durchführung genutzt. Dies galt sowohl für die großen Fitnesskurse als auch für möglichst viele Spielformen. Diese Maßnahme ist mit ein Grund für die erhöhte Zahl der Nutzergruppen und Nutzerstunden für diese Sportstätte. Leider mussten einige Veranstaltungen aufgrund starken Regens ausfallen, dennoch überwiegt weit mehr der positive Aspekt, Sport und Bewegung überhaupt durchführen zu können.

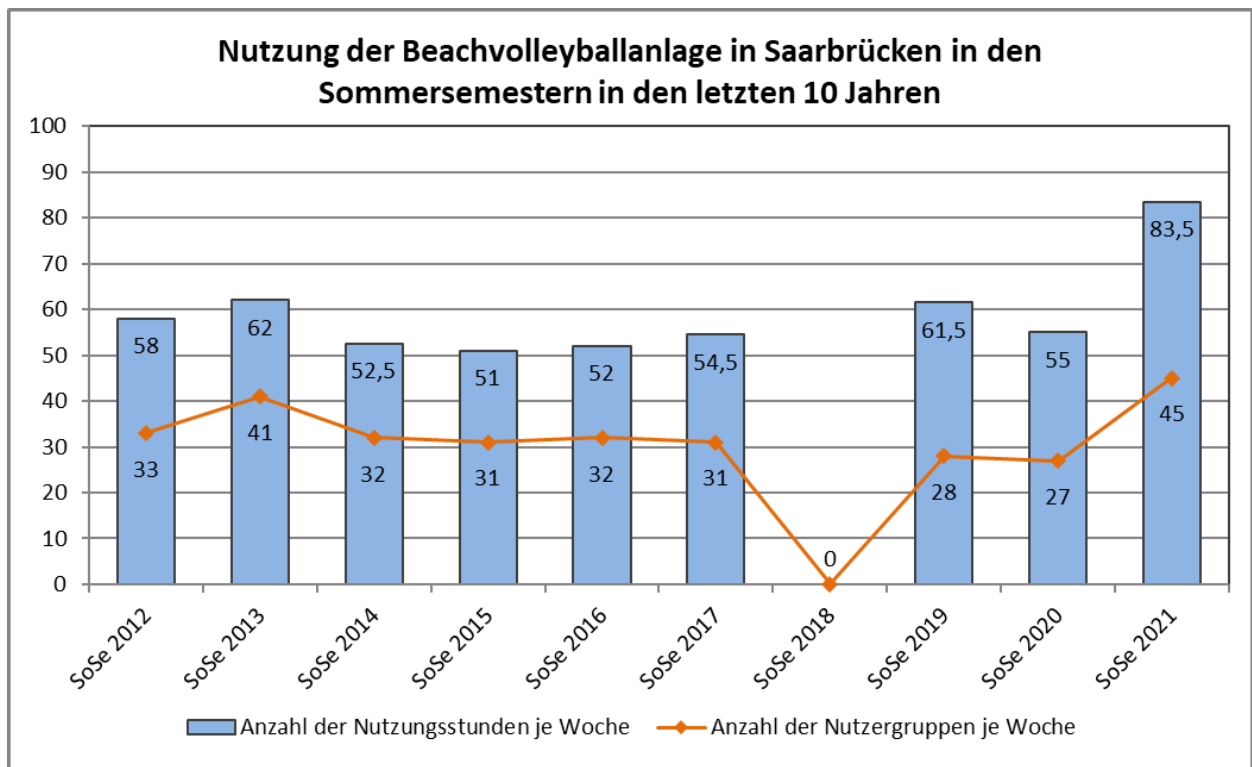
Die seit dem Herbst 2019 nutzbare Flutlichtanlage trägt ebenfalls zur Steigerung der Nutzungszahlen auf diesem Spielfeld bei. Diese Anlage wertet die Außenanlage insgesamt

deutlich auf und lässt nun auch Nutzungszeiten nach Einbruch der Dunkelheit zu. Die Ausleuchtung ist hervorragend und auch das Spielfeld selbst ist durch die regelmäßige Wartung in einem sehr guten und auch optisch ansprechenden Zustand. Die üblicherweise auf dem Feld durchgeführte Campus-Liga konnte leider in den Jahren 2020 und 2021 nicht stattfinden.



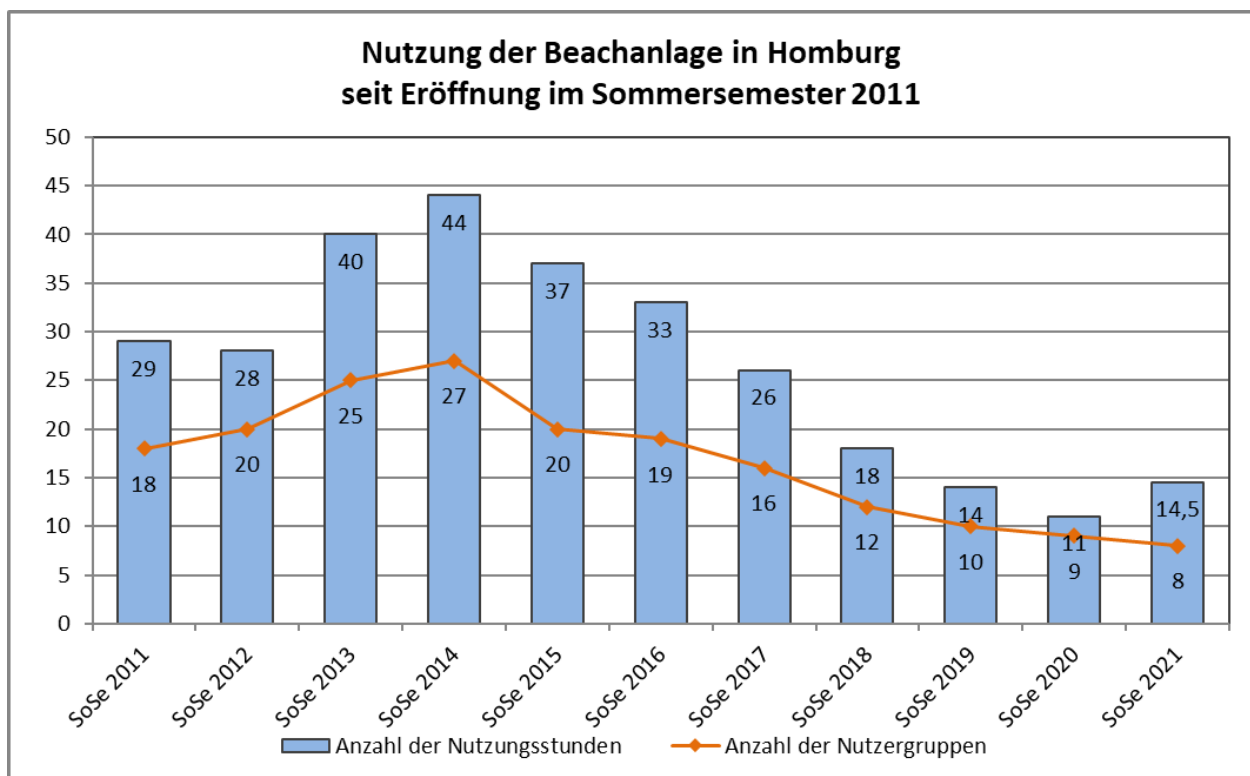


8.2 Nutzungsübersicht der Beachvolleyballanlage in Saarbrücken in den Sommersemestern



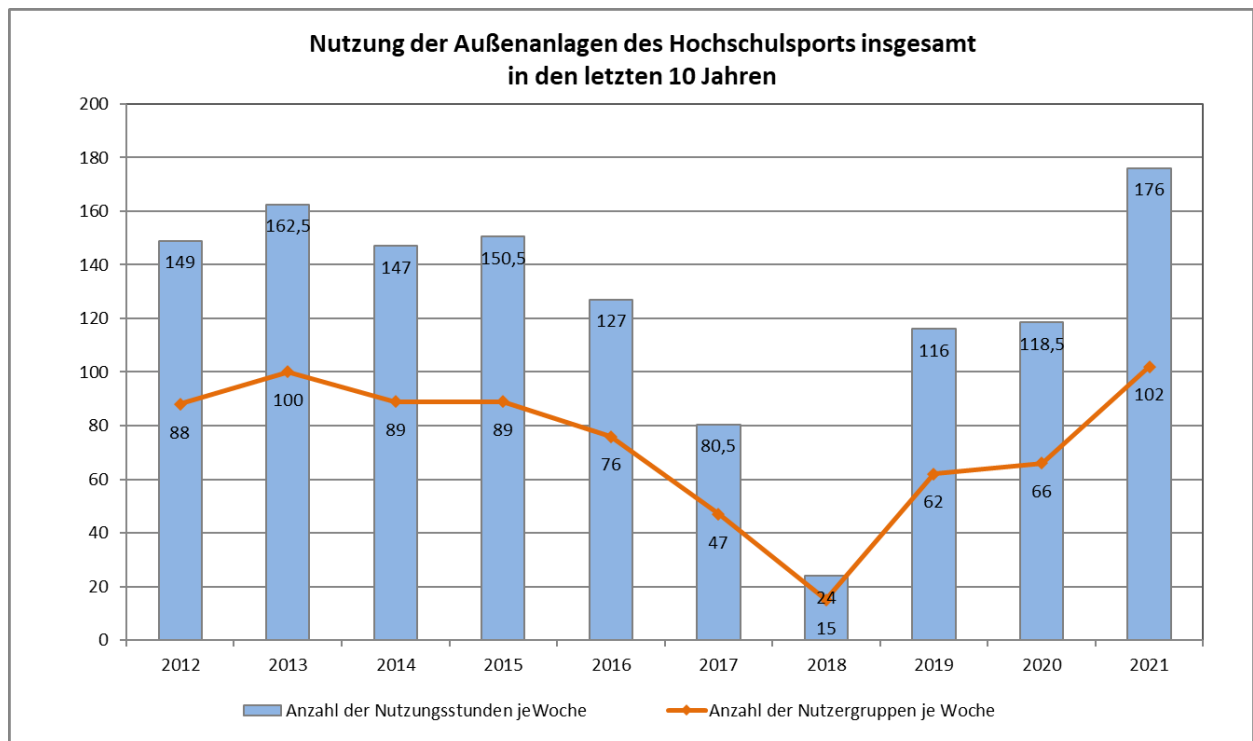
8.3 Nutzungsübersicht der Beachanlage in Homburg in den Sommersemestern

Wie am Campus in Saarbrücken steht die Beachanlage in Homburg nur in den Sommersemestern zur Verfügung. Aufgrund der coronabedingten eingeschränkten Nutzung der Schulturnhallen im Saarpfalz-Kreis wurde auch in Homburg in den Sommermonaten die Beachanlage als Ausweichspielfeld genutzt. So fanden im Berichtsjahr sechs Beachvolleyballkurse, ein Kurs Beach-Handball und eine Fitnessveranstaltung auf der Anlage statt. Die üblicherweise in Homburg stattfindenden Turniere des HSZ (Beachvolleyball-Turnier) und der Fachschaft (Beachsoccer-Turnier) konnten leider nicht durchgeführt werden.



8.4 Gesamtübersicht der Nutzung der Außenanlagen

Die nachstehende Grafik stellt die gesamte Nutzung der Außenanlagen des Hochschulsportzentrums in Saarbrücken und Homburg über den Verlauf der letzten zehn Jahre dar. Sie setzt sich zusammen aus der Nutzung der Beachvolleyballanlagen in Saarbrücken und Homburg, die im Normalfall in den Sommersemestern nutzbar sind, und des Kunstrasen-Kleinspielfeldes in Saarbrücken, für das eine Nutzung über die Perioden des Sommersemesters und des Wintersemesters möglich ist. Mit Inbetriebnahme einer Flutlichtanlage im Jahr 2019 konnte die Nutzung in der dunklen Jahreszeit ausgeweitet werden. Die durch Instandsetzungsarbeiten eingeschränkte Nutzungsmöglichkeit der Anlagen in Saarbrücken im Laufe der Jahre 2017 und 2018 findet in dieser Grafik ihren deutlichen Niederschlag.



9. Kooperationen

Aufgrund der im Jahresverlauf 2021 zunehmenden Lockerungen bei den Einschränkungen in Bezug auf die Corona-Pandemie konnten einige Kooperationen mit unseren Partnerorganisationen wiederbelebt werden, die im Vorjahr noch ruhen mussten. Daher findet sich am Ende dieses Kapitels wieder die Aufstellung all derer Partner, die unser Programm inhaltlich ergänzen und an vielen Stellen den erreichten Umfang erst möglich machen. Rückblickend möchten wir allen inhaltlich wirkenden und organisatorisch unterstützenden Partnern*innen ganz herzlich für das Vertrauen und die äußerst angenehme Zusammenarbeit in wirklich schwierigen Zeiten danken.

Wie bereits im letzten Tätigkeitsbericht erfolgt, sollen zunächst einige Kooperationen etwas ausführlicher dargestellt werden, die auch im vergangenen Jahr inhaltlich und strukturell die Arbeit des HSZ begleitet und unterstützt haben. Dies gilt in besonderer Weise für den Allgemeinen Deutschen Hochschulsportverband (adh) und die Techniker Krankenkasse (TK). Daher finden Sie etwas ausführlicher dargestellt nachstehend die fortlaufenden, positiven Entwicklungen der Verbandsarbeit des Allgemeinen Deutschen Hochschulsportverbandes sowie und die gemeinsam entwickelten Ideen und Projekte mit den genannten Partner*innen.

9.1 Kooperation mit dem Allgemeinen Deutschen Hochschulsportverband (adh)

Gemäß der in der Ordnung für das HSZ zugeschriebenen Aufgaben nimmt die Leitung des HSZ für die Universität des Saarlandes als eine von derzeit über 200 Mitgliedshochschulen im Bundesverband adh das Stimmrecht für unsere Hochschule bei der jährlich, jeweils im November stattfindenden Vollversammlung wahr. Im Berichtsjahr 2021 fand die 116. Vollversammlung wieder als zentrale Verbandsveranstaltung in Präsenzform an der Goethe-Universität in Frankfurt/Main statt. Seit der Neugliederung des adh im November 2016 vertritt die Leitung des HSZ die UoS nicht nur bei dieser Vollversammlung als Vertreter des Saarlandes, sondern auch im zweimal jährlich tagenden Länderrat des Hochschulsportverbandes. Zu den Aufgaben des Länderrats gehören u. a. die regelmäßige Entgegennahme der schriftlichen, laufenden Berichte des Vorstandes, die Beratung des Vorstandes in verbandspolitischen Fragen sowie in grundsätzlichen Haushalts- und Finanzfragen. Dabei fungiert er als Bindeglied zwischen Verband und der Länderebene.



Als eine der wichtigsten Entscheidungen für den Hochschulsport der letzten Jahre kann die im Sommer erfolgte Vergabe der FISU World University Games 2025 in die Rhein-Ruhr-Region in Nordrhein-Westfalen angesehen werden. Die adh-Gremien wurden daher bei der Vollversammlung durch adh-Beirat „FISU Games 2025“ erweitert, dessen Aufgabe es sein wird, in den nächsten Jahren die Mitgliedschaft bestmöglich in den Gesamtprozess der Vorbereitung und Durchführung der Rhine-Ruhr 2025 University Games zu begleiten. Dabei soll er die Impulse aus der Mitgliedschaft aufnehmen und sich mit den angestrebten, längerfristigen Effekten für den Hochschulsport deutschlandweit auseinandersetzen.

Auch 2021 arbeitete das HSZ in vielen Bereichen intensiv und vertrauensvoll mit dem Dachverband des Deutschen Hochschulsports zusammen. Der adh hat sein Angebot von

Unterstützungsleistungen im Zusammenhang mit der Bewältigung der Coronapandemie im Berichtsjahr fortgeführt und eine Vielzahl von sowohl Austausch- als auch Bildungsformaten online bzw. hybrid angeboten. Ergänzt wurden diese Angebote durch die regelmäßigen Netzwerktreffen in digitaler Form zu den Themen Gesundheitsförderung im Setting Hochschule, Fitnesszentren an Hochschulen und Versicherungs- und steuerrechtliche Fragen.

Auf der politisch-unterstützenden Ebene wurde ein gemeinsames Positionspapier von adh und Hochschulrektorenkonferenz HRK zu den Herausforderungen des Sports, insbesondere jedoch des Hochschulsports im Zusammenhang mit der Coronapandemie verfasst und veröffentlicht. Die Stellungnahme arbeitete die Wichtigkeit des Hochschulsports für die Attraktivität der Hochschulen im Hinblick auf die umfassenden, positiven Wirkungen von Sport und Bewegung an den Hochschulstandorten heraus, wobei gerade die Prävention und die soziale Funktion für Studierende im Zusammenhang mit Corona noch einmal von hervorgehobener Bedeutung waren und sind.

Die einzelnen Teilnahmen an Veranstaltungen durch die Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter des HSZ sind im Kapitel 12 *Hochschulsport – Chronologisch* dargestellt.

9.2 Kooperation mit dem Allgemeinen Studierendenausschuss der Universität des Saarlandes (AStA)

Im Berichtszeitraum kooperierte das Hochschulsportzentrum erneut sehr vertrauensvoll mit dem AStA der Universität des Saarlandes. Wie bereits in Kapitel 2 dargestellt, konnte das vom AStA finanzierte Ferienprogramm Ende des WiSe 2020/21 coronabedingt nicht vor Ort bzw. in Präsenz durchgeführt werden. Die zur Verfügung gestellten



Mittel wurden daher verwendet, um ein weiteres, für die Studierenden kostenfreies Online-Programm in dieser vorlesungsfreien Zeit zu realisieren. Die im Sommer 2021 zum Tragen gekommenen Erleichterungen bei den Kontaktbeschränkungen ließen dann jedoch wieder ein Vor-Ort-Ferienprogramm im SoSe 2021 zu, allerdings unter den für diese Zeit geltenden und umzusetzenden Hygiene- und Nachverfolgungsbedingungen und unter erheblicher Einschränkung der Anzahl der Teilnehmer*innen. Ein besonderer Fokus wurde dabei auf Outdoor-Aktivitäten gelegt, die im Hinblick auf eine Ansteckungsgefahr als deutlich günstiger zu bewerten sind.

Darüber hinaus unterstützt der AStA über die Studierendenbeiträge das Hochschulsportzentrum finanziell bei der Durchführung des allgemeinen Sportprogramms. Aufgrund dieser finanziellen Unterstützung kann immer noch ein Teil des Programmangebotes kostenfrei für Studierende angeboten werden.

Mit Beteiligung des AStA wurde im Berichtsjahr auch unser Projekt zur Förderung der Studierendengesundheit „*fit4more – gesund studieren*“ (siehe Kapitel 5) weiterentwickelt. Dabei hat der AStA viele Aktionen unterstützt, insbesondere durch spezielle Werbemaßnahmen über die Fachschaften und die jeweiligen Kanäle des AStA. Darüber hinaus begleitet der AStA die für dieses Projekt eingesetzte Steuerungsgruppe aktiv.

9.3 Kooperation mit dem Sportwissenschaftlichen Institut (SWI)

Die Kooperation mit dem SWI bezieht sich im Allgemeinen und im täglichen Arbeitsprozess auf die gegenseitige und intensive Unterstützung bei der Erfüllung der jeweils zugeordneten Aufgaben. Dies sind vor allem die gemeinsame Verwaltung, Instandhaltung und Nutzung der Räumlichkeiten in Gebäude B8 1 sowie der Uni-Sporthalle (Gebäude B8 3). Im



Berichtsjahr wurden insbesondere die jeweils gültigen Vorgaben der Landesregierung und des Krisenstabs der Universität und die daraus abgeleiteten Hygienestandards und Nutzungsbedingungen zum Teil gemeinsam modifiziert und umgesetzt.

Inhaltlich konnte im jetzt zu Ende gegangenen Wintersemester 2021/22 wieder eine Lehrveranstaltung in Kooperation mit dem SWI durchgeführt werden (Dozent Dr. phil. Thomas Haab). Teile dieser Veranstaltung wurden als Blockveranstaltung am 10.12.21 und 21.01.22 im *Uni-Fit* durchgeführt unter Ausnutzung der dort vorhandenen Infrastruktur. Gleichzeitig können die Teilnehmenden eine Lizenz im Kraftsport erwerben, die im Vereins- und Verbandssport Anerkennung findet und parallel neue Übungsleiter*innen für das *Uni-Fit* rekrutiert werden.

9.4 Kooperation mit der Techniker Krankenkasse TK

In den vorstehend beschriebenen Kapiteln 5 und 6 wurden die mit der Techniker Krankenkasse TK gemeinsam entwickelten und vorangetriebenen Projekte *fit4more – gesund studieren* (Einführung einer Studentischen Gesundheitsförderung) sowie *Bewegt studieren – Studieren bewegt 2.0* (Entwicklung einer Sport-App für die UdS) schon ausführlicher dargelegt. Beide Projekte sind Bestandteil einer größeren Initiative des HSZ, Bewegung und Sport im Setting Hochschule in den Alltag der Mitglieder der Universität zu integrieren und somit dem umfassenden Bildungsauftrag der Universität im Hinblick auf eine gesunde Lebensführung Rechnung zu tragen. Während das Projekt der Entwicklung einer Sport- App für die Universität auf alle Mitglieder der UdS abstellt, fokussiert das Projekt *fit4more* in erster Linie die Studierenden der Universität.



Für das erstgenannte Projekt waren neben dem adh vor allem die Präventionsberaterin der TK, Frau Eva Hesselschwerdt und die für die Universität zuständige Hochschulberaterin, Frau Anika Schmidt sowie Frau Eva Baltes die kompetenten Ansprechpartnerinnen. Das Projekt *fit4more* wird in enger Kooperation mit Frau Petra Dann in ihrer Funktion als Beraterin für Gesundheitsmanagement, insbesondere an Hochschulen, weiter ausgestaltet und inhaltlich sowie organisatorisch begleitet. Frau Dann ist auch Mitglied der regelmäßig tagenden universitären Steuerungsrunde für dieses Projekt.

Darüber hinaus unterstützt die TK regelmäßig Aktionen und Events des HSZ, wie z. B. die Challenges oder die Beteiligung an Umfragen mit sehr ansprechenden Preisen und Giveaways. Das gemeinsame Ziel der Förderung der Gesundheit und des Wohlbefindens aller Mitglieder der Universität eint das HSZ und die Techniker Krankenkasse und bildet die Grundlage dieser

sehr intensiven, fruchtbaren und mittlerweile schon langwährenden Kooperation. Für die ausnahmslos vertrauenswürdige und angenehme Zusammenarbeit auch in diesem Berichtsjahr sei an dieser Stelle nochmals ausdrücklich gedankt.

9.5. Kooperation mit dem SWI-Club e.V.

Das Netzwerk der ehemaligen Studierenden des Sportwissenschaftlichen Instituts der Universität des Saarlandes (SWI), das unter dem Alumni-Verein SWI-Club e.V. strukturell organisiert ist, hat den Hochschulsport in seinen Aufgaben als unterstützungswürdig deklariert. In der Vergangenheit hat der SWI-Club e.V. relativ regelmäßig das HSZ bei der Anschaffung von Materialien, bei der Errichtung des Bewegungsparcours *Campus in Bewegung* und durch finanzielle Unterstützung von einzelnen Sportstudierenden bei der Teilnahme an Deutschen oder Europäischen Hochschulmeisterschaften unterstützt.

SWI-CLUB e. V.

Im Berichtsjahr hat der SWI-Club e.V. in besonderer Weise unser Projekt *fit4more – gesund studieren* gefördert. Durch die Bereitstellung von finanziellen Mitteln ist es gelungen, die Stelle einer studentischen Hilfskraft mit einem Sportstudenten für die Dauer eines Jahres zu besetzen. Die Aufgabe des HiWi ist es, mit Hilfe einer speziellen Software (*Nebolus*) zu Beginn des nächsten Wintersemesters 2022/23 für alle Erstsemester eine Campus-Rallye durchzuführen, um neben dem allgemeinen Kennenlernen des Campus insbesondere die Orientierung auf Gesundheitsthemen und auf die in unserem Projekt beteiligten Partnerorganisationen und deren Angebote zu lenken. Diese Rallye wird in eine „Story“ eingebunden, die im Laufe des Sommers entwickelt wird und in einem ersten Probelauf bei den neuen Auszubildenden der UdS, deren Einstellung im August erfolgen wird, als Pilotveranstaltung getestet werden soll. In diesem Zusammenhang gilt unser herzlicher Dank dem Vorstand des SWI-Clubs e.V., Herrn Prof. Dr. Stefan Panzer, Frau Dr. Monika Frenger und Herrn Hans-Jörg Lang.

9.6 Kooperationen mit weiteren Vereinen und Institutionen

Zur Sicherung des vielfältigen Angebotes kooperierte das Hochschulsportzentrum im Berichtszeitraum neben den in den vorstehenden Einzelpunkten näher beschriebenen Kooperationspartnern mit den nachfolgenden **hochschulinternen und -externen Institutionen bzw. Vereinen**:

- Akademischer Reitclub e. V./Student. Reitgruppe (ARC)
- Akaflieg Saarbrücken e. V.
- aktivKONZEPTE AG, Saarbrücken
- Stabsstelle Arbeitsschutz der UdS
- Betriebsärztlicher Dienst der UdS
- Erster Juggersportclub Saar-Pfalz e. V.
- Gleichstellungsbüro der Universität des Saarlandes
- Hochschulsport-Marketing (HSM), Dieburg

- Institut für Sport- und Präventivmedizin der Universität des Saarlandes
- Kletter- und BoulderArena GmbH (KBA), Saarbrücken-Dudweiler
- Kletterzentrum Saarbrücken GmbH
- Polizeisportverein Saar
- Saarbrücker Rudergesellschaft (SRG) UNDINE e. V.
- Saarpfalz-Kreis, Amt für Schulverwaltung und Sport
- S.A.L.T. Yachtschule, Saarbrücken
- Schwimmclub 1926 Homburg e. V.
- Sparkasse Saarbrücken
- Squash Club Homburg e. V.
- Stade Sarrois Rugby e. V.
- SV 08 Saarbrücken e. V.
- Squash und Badminton Güdingen GmbH
- TC Blau-Weiß Homburg
- TU Kaiserslautern, Zentrale Einrichtung Allgemeiner Hochschulsport
- TV Homburg e. V., Abteilung Fechten
- TV Homburg e. V., Abteilung Handball
- TV Homburg e. V., Abteilung Leichtathletik / Sportabzeichen
- UFC (Universitäts-Fußballclub) Wacker 73 e. V.
- Unikicker Homburg
- Universitäts-Sport-Club e. V. (USC) Handball

10. Öffentlichkeitsarbeit – Social Media

Aufgrund der noch lange und in unterschiedlichem Maße in das Berichtsjahr hineinreichenden Maßnahmen zur Bekämpfung der Coronapandemie war auch die Öffentlichkeitsarbeit auf dem Campus direkt sehr eingeschränkt und aufgrund von Homeoffice und der Online-Lehre nicht zielführend. Daher haben wir unsere digitalen Angebote nicht nur im Kursbereich, sondern auch und gerade in der Öffentlichkeitsarbeit und unserer



Social-Media-Präsenz verstärkt und gezielt weiterentwickelt. Die klassische Form der Informationsdistribution über Flyer und Plakat wurde nur vereinzelt und ganz gezielt zu Beginn des Wintersemesters 2021/22 eingesetzt. Eine Ausnahme bildete hier das im Februar 2021 gestartete Projekt *fit4more – gesund studieren*. Dort wurde auch ein sehr ansprechender Info-Flyer entwickelt und über alle Kooperationspartner in die Verteilung gebracht.

Wurden zu Beginn des Jahres auch noch digitale Bewegungsangebote live produziert und zur Verfügung gestellt, haben wir diese aufgrund der zurück gehenden Nachfrage zunehmend durch eine gezielte Auswahl unserer besten, schon produzierten Videos ersetzt. Diese stehen weiterhin im Intranet und unter MS-Streams allen Universitätsmitgliedern kostenfrei zur Verfügung, wie auch alle schon vorhandenen digitalen Bewegungs- und Kursangebote. Darüber hinaus haben wir weiterhin diverse Vorträge und Veranstaltungen sowohl in hybrider Form als auch on demand parallel zu den anlaufenden Präsenzangebote entwickelt und veröffentlicht.

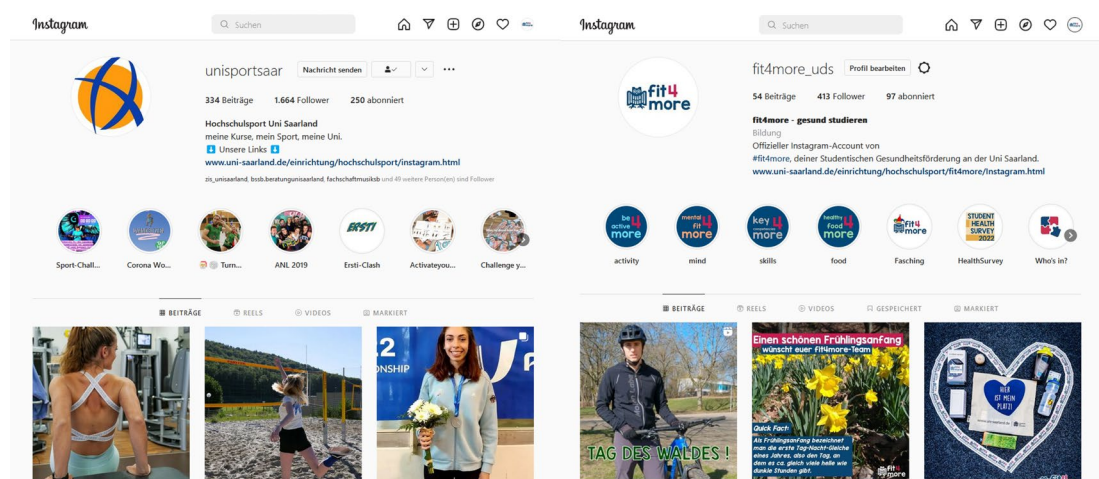
Über die Facebook-, Instagram- und YouTube-Kanäle wurden ganz gezielt Informationen verbreitet, die sowohl zu Sport- und Bewegung animieren sollen, aber auch über aktuelle Entwicklungen und den Fortgang unserer diversen Projekte und Angebote informieren. Im Vergleich zu den Vorjahren wurde auch im Hochschulsport deutlich, dass Facebook gegenüber Instagram deutlich an Bedeutung und Reichweite verliert. Im Hinblick auf Instagram ist erwähnenswert, dass dort ein eigener Bereich für das Projekt *fit4more – gesund studieren* aufgebaut wurde.

Insbesondere in der Zeit, in der der Campus eher wenig belebt war, konnte dennoch über all diese Maßnahmen der Kontakt zu vielen unser Nutzer*innen gehalten werden. Diese Social-Media-Aktivitäten wurden ergänzt durch den Versand unseres Newsletters.

Nachstehend finden Sie einige Kennzahlen zu diesen Aktivitäten:

Facebook	Kennzahlen
Postings	66
Likes gesamt	340
Likes ø	6
gesamte Reichweite (erreichte Personen)	15.398
Reichweite ø	232
Instagram Hochschulsport allgemein	Kennzahlen

Postings	85
Likes gesamt	4761
Likes Ø	56
gesamte Reichweite (erreichte Personen)	94.317
Reichweite Ø	1.110
Instagram Projekt fit4more – gesund studieren	Kennzahlen
Postings	40
Likes gesamt	715
Likes Ø	18
gesamte Reichweite (erreichte Personen)	20.668
Reichweite Ø	517
YouTube	Kennzahlen
neue Videos	3
Aufrufe	10.817
Wiedergabe in Stunden	504,6
Newsletter	Kennzahlen
Anzahl der Newsletter in 2020	3
aktuelle Zahl der Abonnenten	545
Webseite des HSZ	Kennzahlen
Anzahl der Zugriffe in 2020	insgesamt 217.841
Zugriffsstärkster Monat 2020	Oktober mit 55.579



11. Personal

11.1 Mitarbeiter*innen im Hochschulsportzentrum

Folgende Personen waren im Berichtszeitraum unmittelbar im Hochschulsportzentrum der Universität des Saarlandes beschäftigt:

	Nachname	Vorname	Status
1.	Alt	Susanne	Verwaltungsangestellte
2.	Becker	Katharina	Auszubildende/Duales Studium an der DHfPG Master of Arts Prävention und Gesundheitsmanagement (bis November 2021)
3.	Dr. Flick	Simone	Wissenschaftliche Mitarbeiterin
4.	Fritz	Jana	Auszubildende/Duales Studium an der DHfPG Master of Arts Prävention und Gesundheitsmanagement (ab Dezember 2021)
5.	Kleis	Barbara	Wissenschaftliche Mitarbeiterin
6.	Pätzold	Fabian	Wissenschaftlicher Mitarbeiter
7.	Polloczek	Nicole	Akad. Rätin, Wissenschaftliche Mitarbeiterin
8.	Schirra	Anna	Auszubildende Kauffrau für Büromanagement
9.	Schlicher	Rolf	Leitung des Hochschulsportzentrums, Akad. Direktor, Wissenschaftlicher Mitarbeiter
10.	Schmiedel	Jörg	Wissenschaftlicher Mitarbeiter

11.2 Lehrbeauftragte im Programmbereich

Folgende Personen waren im Sommersemester 2021 und im Wintersemester 2021/22 an der Universität des Saarlandes im Bereich Saarbrücken als Lehrbeauftragte für den Hochschulsport als Übungsleiter*innen beschäftigt:

	Name	Sportart
1.	Acar, Yildirim	Basketball
2.	Amlinger, Eva	Pilates
3.	Alt, Tobias	Outdoor Fitness Training – CIB, Personal Training
4.	Becker, Maximilian	Tennis
5.	Becker, Thomas	Badminton

6.	Bieg, Anabel	Vinyasa Flow Yoga
7.	Blum, Sarah	Tennis
8.	Böhler, Mara	Bauch Beine Po, HIIT, Konditions- und Fitnessgymnastik
9.	Bonpain, Svenja	Standard- und Lateintanz
10.	Brackertz, Kirsten	Jazz Dance
11.	Brieger, Oliver	Kickboxen
12.	Bruckmann, Björn	Cross Training
13.	Brücker, Christian	Quidditch
14.	de Chénerilles, Gilles	Aikido
15.	Crauser, Nils	Athletic Training, Beachvolleyball, Konditions- und Fitnessgymnastik, Spikeball, Volleyball
16.	Dörlich, Vanessa	Irish Dance
17.	Eckerle, Leander	Athletic Training, Basketball, Spikeball
18.	Engel, Jana	Quidditch
19.	Ewen, Waltraud	Yoga für deine Achtsamkeit
20.	Fleischmann, Manfred	Yin Yoga
21.	Flick, Simone Dr.	<i>Uni in Bewegung</i>
22.	Frantz, Charlotte	Bauch Beine Po, Bodystyling, Step Aerobic
23.	Freis, Michael	Basketball
24.	Frey-Dörr, Patrick	Vinyasa Flow Yoga
25.	Gitzing, Marc	Beachtennis
26.	Göhmann, Benjamin	Schwimmen, Taekwondo
27.	Gottfreund, Kumiko	Ballett
28.	Greco, Angelina	Hatha Yoga, Salsa
29.	Greif, Jonas	Jugger
30.	Gruber, Wilhelm	Schwimmen
31.	Haas, Eric	Volleyball
32.	Hauptenthal, Anna	Tischtennis
33.	Hensel, Dan	Standard- und Lateintanz
34.	Himbert, Caroline	Beachvolleyball, Laufen
35.	Himmel, Carolin	Ballett, Modern Ballet, Modern Jazz
36.	Human, Sylvia	Trampolin
37.	Jahan, Marc	Bujinkan Budo Taijutsu
38.	Judele, Dana-Raluca	Bauch-Killer
39.	Junge, Christian	Selbstverteidigung für Frauen

40.	Kelkel, Madlen	Open Air Yoga, Functional Workout, Vinyasa Flow Yoga
41.	Kiefer, Patrick	Klettern
42.	Küsters, Robin	Pump it!
43.	Lahann, Johannes	Ultimate Frisbee
44.	Lang, Hans-Jörg	Schwimmen
45.	Lauer, Matthias	Hip Hop, Radsport Mountainbike
46.	Lehnert, Chantale	Bauch Beine Po, Bodystyling, Step Aerobic
47.	Leimkühler, Thomas	Bujinkan Budo Taijutsu
48.	Maas, Klaus	Headis
49.	Mach, Khang	Taekwondo
50.	Machleidt, Regina	Standard- und Lateintanz
51.	Manderscheid, Stefan	Klettern
52.	Mann, Moritz	Laufen, Outdoor Fitness Training, <i>Uni in Bewegung</i>
53.	Mendonca, Ronaldo	Salsa
54.	Mettel, Michaela	Histo-Tanz Workout
55.	Mathieu, Margareta	<i>Uni in Bewegung</i>
56.	Menges, Tessa	Radsport Mountainbike
57.	Metzger, Dennis	Jugger
58.	Meyer, Lukas	Tischtennis
59.	Michel, Tanita	Autogenes Training und Progressive Muskelentspannung, Rücken yoga, <i>Uni in Bewegung</i>
60.	Pätzold, Fabian	Basketball, Lacrosse
61.	Pätzold, Katja	Lacrosse, Konditions- und Fitnessgymnastik
62.	Panter, Stephan	Historisches Fechten
63.	Peiler, Tim	Badminton, Speedbadminton
64.	Petry, Matthias	Badminton
65.	Pezold, Silke	Konditions- und Fitnessgymnastik
66.	Pfeifer, Christina	Radsport Mountainbike
67.	Pohland, Philipp	Fitness-Thaiboxen
68.	Prem, Holger	Rücken- und Funktionsgymnastik, <i>Uni in Bewegung</i>
69.	Ram, Geetanjali	Heartfulness Meditation
70.	Saravanapavan, Teffi	Orientalischer Tanz
71.	Schaus, Sabrina	Zumba®, Strong by Zumba® und Zumba® Toning

72.	Schier, Carsten	Vinyasa Flow Yoga
73.	Schmidt, Robert	Acro Yoga
74.	Schultze, Sylvie	Ashtanga Yoga
75.	Stecher, Karsten	Schwimmen, <i>Uni in Bewegung</i>
76.	Teymouri, Saina	Handball Damen
77.	Unger, Adrien	Floorball
78.	Voytovych, Vladyslav	Bauch-Express, Functional Circuit
79.	White, Taylor	Pump it!
80.	Wiehr, Bianca	Pump it!
81.	Wolf, Gordian	Trampolin
82	Yehya, Hussein	FUNctional Exercise Workout, Konditions- und Fitnessgymnastik

11.3 Lehrbeauftragte im Online-Sportprogramm

Folgende Personen waren im Sommersemester 2021 und im Wintersemester 2021/22 an der Universität des Saarlandes im Online-Sportprogramm als Lehrbeauftragte für den Hochschulsport als Übungsleiter*innen beschäftigt:

	Name	Sportart
1.	Böhler, Mara	HIIT
2.	Dörlich, Vanessa	Irish Dance
3.	Frantz, Charlotte	Bauch Beine Po
4.	Gordon, Angelika	Meditation
5.	Greco, Angelina	Hatha Yoga
6.	Hensel, Dan	Standard- und Lateintanz
7.	Kelkel, Madlen	Vinyasa Flow Yoga
8.	Machleidt, Eleonora	Standard- und Lateintanz
9.	Machleidt, Regina	Standard- und Lateintanz
10.	Michel, Tanita	Rückenyooga
11.	Rauzi, Martina	Pranayama - Hatha Yoga
12.	Schaus, Sabrina	Zumba®
13.	Williams, Katrin	Pilates, Relax Entspannung für Körper und Geist

11.4 Lehrbeauftragte am Standort Homburg

Folgende Personen waren im Sommersemester 2021 und im Wintersemester 2021/22 als Übungsleiter*innen am Standort Homburg eingesetzt.

	Name	Sportart
1.	Altay, Mikdat	Fußball
2.	Bayhan, Halil	Fußball
3.	Bechtel, Ulrike	<i>Uni in Bewegung</i>
4.	Brücker, Christian	Quidditch
5.	Dietel, Carina	Salsation
6.	Eppinger, Anna	Quidditch
7.	Engel, Jana	Quidditch
8.	Gülker, Jana	Ballett
9.	Gutjahr, Lina	Modern Dance
10.	Heckel, Anja Sophie	Ballett, Modern Dance
11.	Hurstel, Annais	Ballett
12.	Horneff, Viola	Modern Dance
13.	Klein, Michael	Beachvolleyball, Volleyball
14.	Klüh, Marie-Luise	Beachvolleyball, Volleyball
15.	Mergen, Marvin	Fuctional Fitness, Stretch and Relax, Fitness Outdoor
16.	Monz, Philipp	Quidditch
17.	Naim, Jusef	Fußball
18.	Nika, Spyridon	Basketball, Bodyweight Training, Fitness Outdoor
19.	Philippi, Judith	Lauftreff
20.	Rauzi, Martina	Hatha Yoga, Move your Body Fitness, Fitness Outdoor
21.	Roland, Svenja	Handball
22.	Tamer, Sudenur	Rope Skipping
23.	Zimmer, Alexander	Handball

11.5 Lehrbeauftragte im Fitnessstudio *Uni-Fit*

Folgende Personen waren 2021 als Trainer*innen bzw. Service-Kräfte im Hochschulsport-Fitnessstudio *Uni-Fit* beschäftigt:

	Nachname	Vorname
1.	Ajavon	Gwendoline Mariella
2.	Alt	Tobias
3.	Apushkinskaya	Nina
4.	Bauer	Nicolas
5.	Benkhai	Sara
6.	Berlin	Felix
7.	Doust Faryabi	Kimia
8.	Engler	Celine
9.	Engler	Jil
10.	Frank	Samira
11.	Gabriel	Lisa-Sophie
12.	Gorgoni	Giulia
13.	Harden	Mattis
14.	Harion	Felix
15.	Holz	Greta
16.	Honecker	Maximilian
17.	Ihl	Lars
18.	Jochum	Alessia
19.	Keller	Michael
20.	Knoll	Kristin
21.	Kübler da Silva	Nicolas
22.	Maas	Till
23.	Machado Morim	Ricardo
24.	Petilliot	Stefanie
25.	Prem	Holger
26.	Rupp	Jonas
27.	Sahota	Celine
28.	Schellbach	Paula
29.	Schneiderhan	Patric
30.	Schönhoff	Jan
31.	Teso	Julie
32.	Turhan	Yunus
33.	Voytovych	Vladyslav
34.	Zolfagharihemmatoli	Motahareh

12. Hochschulsport 2021 – chronologisch

Nachstehend sind einige wichtige Termine und Events (nicht vollumfänglich) aufgeführt, an denen das Hochschulsportzentrum als Institution (zum Teil federführend) beteiligt oder eine/r seiner hauptamtlichen Mitarbeiterinnen oder Mitarbeiter vertreten war.

Datum	Veranstaltung bzw. Ereignis
14. Januar 2021	Teilnahme an einem Online-Seminar des Allgemeinen Deutschen Hochschulsportverbandes (adh) zum Thema „Steuerrechtliche Fragen im Hochschulsport“
10. Februar 2021	3. Meeting der Steuerungsrunde im Projekt „ <i>fit4more – gesund studieren</i> “ (online)
22. Februar 2021	Sitzung IT- und Digitalisierungsausschuss der UdS
23. Februar 2021	Planungstreffen Projekt „ <i>Bewegt studieren – Studieren bewegt 2.0</i> “
12. März 2021	Preisverleihung Namensgeberin Projekt „ <i>fit4more – gesund studieren</i> “
16. März 2021	Teilnahme an einem Online-Seminar des adh zum Thema „Führungskompetenzen im Wandel – Führungskommunikation in der Remote-Arbeit“
23. März 2021	Teilnahme an einem Online-Seminar des adh zum Thema „Führungskompetenzen im Wandel – Innovative und zukunftsfähige Führung“
25. März 2021	Teilnahme an einer Sitzung der Steuerungsrunde zum Betrieblichen Gesundheitsmanagement (BGm)
26. März 2021	Teilnahme an der Online-Sitzung des Länderrates 1-2021 des adh
20. April 2021	Planungstreffen Projekt „ <i>Bewegt studieren – Studieren bewegt 2.0</i> “
20. April 2021	Planungstreffen Schritte-Challenge / Aktion für Bewegungsmuffel in Kooperation mit dem BGm
22. April 2021	Teilnahme an einem Online-Seminar des adh zum Thema „Sicherheits- und Versicherungsfragen im Hochschulsport“
26. April 2021	Sitzung IT- und Digitalisierungsausschuss der UdS
3. Mai 2021	Teilnahme an einem Online-Netzwerktreffen des adh zum Thema „Hochschulsport unter Coronabedingungen 2.0“
5. Mai 2021	Planungstreffen Schritte-Challenge / Aktion für Bewegungsmuffel in Kooperation mit dem BGm
6. Mai 2021	Teilnahme an einer Sitzung der AG Gesundheitstag des Betrieblichen Gesundheitsmanagements an der UdS

12. Mai 2021	Teilnahme an einem Netzwerktreffen Gesundheitsförderung des adh zum Thema „Digitale Angebote in der Gesundheitsförderung für Studierende und Beschäftigte 2.0“
19. Mai 2021	Planungstreffen Schritte-Challenge / Aktion für Bewegungsmuffel in Kooperation mit dem BGM
20. Mai 2021	Teilnahme an einer Sitzung der AG Gesundheitstag des Betrieblichen Gesundheitsmanagements an der UdS
26./27. Mai 2021	Teilnahme an einem Netzwerktreffen des adh zum Thema „Fitnesszentren – Outdoor-Trends und -Entwicklungen“ in Jena
1. Juni 2021	Planungstreffen Projekt „ <i>Bewegt studieren – Studieren bewegt 2.0</i> “
9. Juni 2021	Online-Austausch mit dem Hochschulsport der TU München zum Thema Verwaltungssoftware im Hochschulsport
17. Juni 2021	Teilnahme an einem Online-Seminar des adh zum Thema „Zukunft digitaler und hybrider Angebote im Hochschulsport“
24. Juni 2021	Strategie-Treffen mit Verantwortlichen des Hochschulsportzentrums der TU Kaiserslautern
26. Juni 2021	Tag der offenen Tür an der Universität des Saarlandes: Online-Vorstellung des Hochschulsport über MS-Teams sowie Online-Vorträge und Infos „Effektives Training“ und „ <i>fit4more – gesund studieren</i> “, deine Studentische Gesundheitsförderung an der UdS“
28. Juni 2021	Sitzung IT- und Digitalisierungsausschuss der UdS
2. Juli 2021	12. Beiratssitzung für das Hochschulsportzentrum unter Vorsitz des Vizepräsidenten für Verwaltung und Wirtschaftsführung der UdS, Dr. Roland Rolles; weitere Teilnehmer: Prof. Dr. Heinz Kußmaul (Senatsbeauftragter für das HSZ) Prof. Dr. Stefan Panzer (Leiter des Sportwissenschaftlichen Instituts), Rolf Schlicher (Leitung HSZ), Dr. Simone Flick (Projekt „ <i>fit4more – gesund studieren</i> “)
7./8. Juli 2021	Teilnahme an Perspektivtagung 2021 des adh zum Thema „Die Zukunft des Wettkampfsports“ in Göttingen
13. Juli 2021	Teilnahme des HSZ am Online-Gesundheitstag der UdS (Kurs Wake-Up Flow, Vortrag Vom Bewegungsmuffel zum Bewegungsmensch, Aktive Pause)
26. – 29. Juli 2021	Organisation des sportlichen Rahmenprogramms (Animal Workout, Beachvolleyball, Fitnessparcours <i>Campus in Bewegung</i> , Zumba®) anlässlich des <i>UniCamps für Schülerinnen</i> in Zusammenarbeit mit dem Gleichstellungsbüro der UdS
24. August 2021	Durchführung von sportlichen Challenges und Teilnahme am Welcome-Day für Auszubildende an der UdS in Kooperation mit der Personalentwicklung der UdS

2. September 2021	Teilnahme an einer Sitzung der AG Gesundheitstag des Betrieblichen Gesundheitsmanagements an der UdS
13. September 2021	Infotreffen zum Thema Fitnessstudio im Hochschulsport an der TU Kaiserslautern
14./15. September 2021	Teilnahme an der adh-Zwischenbilanztagung zum Projekt „ <i>Bewegt studieren – Studieren bewegt 2.0</i> “
16. September 2021	Teilnahme an einer Sitzung der Steuerungsrunde zum Betrieblichen Gesundheitsmanagement (BGm)
22. September 2021	Treffen der Zentralen Einrichtungen der UdS (Z-Net)
24. September 2021	Teilnahme an der Sitzung des Länderrates 2-2021 des adh in Dieburg
28. September 2021	Treffen der Zentralen Einrichtungen der UdS (Z-Net)
4. – 8. Oktober 2021	Teilnahme des HSZ an der Gesundheitswoche „Wir sind BGm!“ (Wirbelsäulenscreening, Vortrag und Kurs zum Thema <i>Gesunder Rücken</i>)
5. Oktober 2021	4. Meeting der Steuerungsrunde im Projekt „ <i>fit4more – gesund studieren</i> “ in Präsenzform
18. Oktober 2021	Präsentation des Hochschulsportzentrums sowie des Projektes „ <i>fit4more – gesund studieren</i> “ auf dem Infobasar für Studienanfänger in Saarbrücken (Campusrallye, Infostand)
21. Oktober 2021	Online-Vortrag des HSZ „Effektives Studium durch Sport“
22. Oktober 2021	Präsentation des Hochschulsportzentrums sowie des Projektes „ <i>fit4more – gesund studieren</i> “ am <i>Markt der Möglichkeiten</i> für Studienanfänger in Homburg (Mitmachangebote, Sportvorführungen, Infostand)
28./29. Oktober 2021	Infobesuch im Hochschulsportzentrum der RWTH in Aachen und Besuch der FSB Messe 2021 (Sportstätten und Sportausrüstung) in Köln
9. November 2021	Teilnahme an einem Online-Seminar des adh zum Thema „Storytelling“
10. November 2021	Sitzung IT- und Digitalisierungsausschuss der UdS
10. November 2021	Teilnahme an einer Tagung des Kompetenzzentrums Gesundheitsfördernde Hochschulen (KGH) zum Thema „Kommunikation und Marketing im Studentischen Gesundheitsmanagement“ in Frankfurt
20. – 22. November 2021	Teilnahme an der 116. Vollversammlung des adh in Frankfurt/Main
24. November 2021	Teilnahme an einer Sitzung der AG Gesundheitstag des Betrieblichen Gesundheitsmanagements an der UdS
24. November 2021	Teilnahme an einer Sitzung der AG Gesundheitstag des Betrieblichen Gesundheitsmanagements an der UdS

30. November 2021	Teilnahme an einem Online-Seminar des adh zum Thema „Ausbildung im Hochschulsport – Chancen und Herausforderungen“
7. Dezember 2021	Teilnahme an einem Online-Workshop des adh zum Thema „adh-Wissensnetz – Status Quo und Ausblick“
7. Dezember 2021	Teilnahme an einer Online-Tagung des Kompetenzzentrums Gesundheitsfördernde Hochschulen (KGH) zum Thema „Alles okay bei Lehrenden und Studierenden?“
16. Dezember 2021	Teilnahme an einer Sitzung der Steuerungsrunde zum Betrieblichen Gesundheitsmanagement (BGm)

