



ERFAHRUNGSBERICHT

des Auslandsaufenthalts im Rahmen des PROMOS-Stipendiums



Im Rahmen des PROMOS-Stipendiums habe ich vom 04.09.2019 bis zum 29.10.2019 ein Auslandspraktikum am Australian Institute of Sport (AIS) in Canberra absolviert. Das AIS ist eine, von der Regierung ins Leben berufene, Institution zur Förderung des Spitzensports in Australien. Es handelt es sich dabei um eine Einrichtung in der sowohl Forschung als auch Training im Bereich des Leistungssports, wichtige Schwerpunkte darstellen.

Das Auslandspraktikum erfolgte innerhalb meines Masterstudiums „Management & Consulting im Sport“ an der Ruhr-Universität Bochum. Diesbezüglich bot sich ein Auslandsaufenthalt an und konnte, aufgrund der guten Beziehungen und Verbindungen meiner Dozenten, insbesondere in Form von Prof. Dr. Michael Kellmann, realisiert werden. Wegen seiner gesammelten Berufserfahrungen in und seinen Kontakten nach Australien, tat sich letztlich die Möglichkeit auf, das Praktikum am AIS durchzuführen. Dahingehend wurde zunächst mein Lebenslauf an die Kontaktperson in Australien - Mick Drew - geschickt. Im weiteren Verlauf wurden dann meine Interessen beider Seiten besprochen und mögliche Inhalte während des Praktikums festgehalten.

Nachdem der Zeitraum des Praktikums feststand, bemühte ich mich zeitnah um die Buchung passender Flüge sowie einer Unterkunft. Bei der Suche nach einer geeigneten Unterkunft versuchte ich mein Glück über mehrere Plattformen und Kontakte. Da ein Aufenthalt im Wohnheim der geförderten Athleten des AIS meine finanziellen Möglichkeiten überstiegen hätte und aufgrund der fortschreitenden Zeit, entschied ich mich letztlich für eine Unterkunft über die Plattform „Airbnb“. Dabei handelte es sich um ein eigenes Zimmer in einem Haus in einem ruhigen Stadtteil Canberras. Die Unterkunft teilte ich mich während meines Aufenthalts mit zwei Mitbewohnern, welche mir bei Fragen oder Problemen gerne behilflich waren. Darüber hinaus befand sich die Unterkunft in der Nähe des Instituts, sodass ich mit dem Fahrrad zu meiner Praktikumsstelle fahren konnte.

Während meines Praktikums habe ich vielfältige und verschiedene Eindrücke sammeln können. So habe ich viele Einblicke in den Bereichen der wissenschaftlichen Forschung auf den Teilgebieten des Leistungssports, der Trainingssteuerung und dem Behindertensport bekommen. Die Unterstützung bei anstehenden Messungen diverser Parameter von Athleten, gehörten dabei genau so zu meinem Aufgabenbereich, wie die Erstellung und Interpretation von Graphen und Ergebnissen. Zusätzlich wurden mir Einblicke in das Training mit Behindertensportlern gewährt, indem ich angehende Doktoranten und die Trainer vor Ort bei ihrer Arbeit begleiten und unterstützen durfte. Aufbauend auf meinem Aufenthalt und der Arbeit am AIS, wurde

zudem eine Studie zum Regenerationsmanagement durchgeführt, welche in Australien begonnen wurde und welche es im weiteren Verlauf in Deutschland auszuwerten galt.

Außerhalb des AIS und meines Praktikums versuchte ich meine Zeit in Canberra und Australien so gut es ging zu nutzen, um das Land kennenzulernen und möglichst viel von ihm zu sehen. Dementsprechend wurden meistens die Wochenenden genutzt, um sich Canberra und seine Umgebung anzuschauen oder auch mal nach Sydney und an die Küste zu fahren. Die verschiedenen Trips erfolgten zumeist mit Arbeitskollegen, Freunden die vor Ort gemacht wurden, meinen Mitbewohnern sowie Kommilitonen aus Deutschland, welche zum selben Zeitraum in Sydney untergebracht waren.

Der gesamte Aufenthalt in Australien, Canberra und am AIS war eine der besten, schönsten und wichtigsten Erfahrungen meines Lebens, für die ich sehr dankbar bin, dass ich sie in dieser Form machen konnte. Ich habe während meiner Zeit viele neue Bekanntschaften gemacht, die unterschiedlichsten Persönlichkeiten kennengelernt und darüber hinaus Eindrücke gesammelt, welche sich zum großen Teil auch auf die Kultur und die Landschaft Australiens beziehen, die ich nicht missen möchte und welche durchweg positiv waren. Auch das Praktikum hat mir Einblicke in etwas gewährt, was zu einem gewissen Teil neu für mich war und meinen Erfahrung- und Wissensschatz erweitert hat. So trübt letztendlich nur der Tatsache, dass mein Aufenthalt am AIS teilweise etwas unstrukturiert war, was zum großen Teil des intensiven Arbeitsaufwands und -alltags meiner Ansprechpartner am Institut geschuldet war und dementsprechend keinesfalls ein Vorwurf sein soll, mein insgesamt sehr positives Bild dieses Auslandsaufenthalts.