



# Erfahrungsbericht zum Erasmus-Studienaufenthalt im Ausland

## ALLGEMEINE INFORMATIONEN

## PERSÖNLICHE INFORMATIONEN

### Persönliche Informationen

<b>Nachname</b>	██████████
<b>Vorname</b>	██████████
<b>Studiengang an der RUB</b>	Sportwissenschaft
<b>Gasthochschule</b>	Univerza v Ljubljani
<b>Studienfach/-fächer an der Gasthochschule</b>	Sport Science

### Aufenthaltszeitraum

<b>Akademisches Jahr</b>	2024/25
<b>Startsemester</b>	Wintersemester 2024/25
<b>Dauer in Semestern</b>	1

## AUSLANDSAUFENTHALT

### Motivation für den Auslandsaufenthalt

<b>Neues akademisches Umfeld/neues Hochschulsystem kennenlernen</b>	1
<b>Verbesserung der Sprachkenntnisse</b>	5
<b>Wissenschaftlicher Ruf der Gasthochschule</b>	3
<b>Das Leben im Ausland</b>	5
<b>Eine neue Kultur entdecken</b>	4
<b>Das soziale/kulturelle Leben</b>	4

### Auswahlkriterien

<b>Welche Kriterien haben Sie motiviert, diese Gasthochschule zu wählen?</b>	Attraktivität des Landes / der Stadt, Empfehlung von vorherigen Austauschstudenten
--	--

## HEIMATINSTITUTION

---

<b>Wie schätzen Sie im Allgemeinen die Unterstützung durch die RUB ein?</b>	5
<b>Wie bewerten Sie die Unterstützung der RUB, z. B. in Bezug auf Informationsveranstaltungen, Qualität der Information?</b>	Die Unterstützung ist großzügig und gut. Ich habe immer relativ zeitnah eine Antwort zu meinen Anliegen bekommen. An meiner Fakultät gab es leider nur viele Wechsel der Koordinatoren, welches die Orga ein wenig erschwert hatte, jedoch kein Hindernis war. Ein Mangel gibt es an der Sportfakultät. Dieser ist, dass die Infoveranstaltung für Auslandssemester meistens am 30.11. ist und die Bewerbungsfrist für ein Semester in den USA und Australien am 01.12. eines Jahres ist. Bitte machen sie doch die Infoveranstaltung im Sinne der Studierenden an der Sportfakultät Anfang November.
<b>Haben Sie von der RUB während Ihres Auslandsaufenthaltes Unterstützung erhalten?</b>	Nein
<b>Haben Sie vor Start Ihres Auslandsaufenthaltes alle notwendigen Informationen von der RUB erhalten?</b>	Ja

## GASTHOCHSCHULE

---

### Gasthochschule

---

<b>Wie beurteilen Sie die Gasthochschule insgesamt?</b>	5
<b>Gab es ein Orientierungsprogramm?</b>	Ja
<b>Wenn ja, geben Sie bitte nähere Informationen dazu.</b>	Es gab online Einführungsveranstaltungen der Uni und vom ESN mit Tipps zu Unterkünften, der Uni und dem Leben in Ljubljana. Meine Fakultät hatte am ersten Tag ein Einführungsseminar mit Orga und Fakultätsführung. Vom Hochschulsport gab es eine präsens Einführungsveranstaltung in Rozna Dolina, wo auch der HSP stattfindet. Sonst konnte man immer auch auf alle Dozierenden und Studis vom Fachschaftsrat sowie vom ESN zugehen und Fragen stellen. Es haben immer alle gerne geholfen und gut informiert. Zusätzlich zudem der Uni gab es einen kleinen Online Sprachkurs vom ESN organisiert.
<b>Wurde ein vorbereitender Intensivsprachkurs angeboten?</b>	Ja
<b>War die Absolvierung eines Sprachtests an der Gasthochschule notwendig?</b>	Nein
<b>Hatten Sie einen Buddy während Ihres Aufenthalts?</b>	Nein
<b>Bitte beschreiben Sie die Anmelde- und Einschreibeformalitäten.</b>	Mit dem Acceptance letter der Gasthochschule hat man Zugang zum Online Portal bekommen, wo man seine Daten einschreiben konnte. Manchmal war die Website sehr unübersichtlich, aber da muss man sich eben ein wenig Zeit nehmen für und sich durchklicken. Ist halt eine Uni Website. Ein wenig später habe ich per Mail meine EMSO-Nr. und Uni-ID bekommen. Alles in allem waren die Formalitäten einfach und nicht überfordernd. Ich wusste nur seltenst nicht weiter und auch dann hat der Koordinator der Gasthochschule Jozef Krizaj mir zeitnah per Mail geantwortet.
<b>Bitte beschreiben Sie die Ausstattung Ihrer Gasthochschule (IT, Bibliothek...).</b>	Es gibt einen CIP Raum und eine Bib. In beiden war ich allerdings nie. Es gibt mehrere Turnhallen zur Nutzung und ein kostenloses 8x25m Schwimmbekken sowie eine 400m Laufbahn draußen. Zusätzlich gibt es direkt davor eine Sportsbar, wo man Essen und Trinken bekommt. Dazu ist direkt vor der Fakultät ein Wassersportshop und ein Sportnutrition Shop.

### Aufteilung des akademisches Jahres

---

<b>Dauer des vorbereitenden Sprachkurses</b>	
<b>Dauer des 1. Semesters (in Wochen)</b>	18
<b>Dauer des 2. Semesters (in Wochen)</b>	

<b>Bei Trimestern: Dauer des 3. Trimesters (in Wochen)</b>	
<b>Dauer der Prüfungszeit (in Wochen)</b>	3
<b>Hatten Sie Urlaub/Semesterferien?</b>	Ja
<b>Bitte geben Sie an, wie lange Sie Urlaub/Ferien hatten?</b>	2 von 18 über Weihnachten

## STUDIUM

### Studium

<b>Welche Kurse haben Sie besucht? (kurze Beschreibung, Bewertung, Anerkennung)</b>	FYI: Ich habe mir keine Kurse anrechnen lassen, weil ich das Erasmus am Ende meines Studiums gemacht habe und das nicht mehr brauchte. Ich habe folgende Kurse besucht: Mountaineering: Bergsteigen, haben eine Tagesexkursion gemacht und ist super empfehlenswert. 9/10 Alpine Skiing: Kleine Ausbildung über 5 Tage Exkursion wie in Slowenien Skifahren beigebracht wird mit gutem Anteil an eigener Zeit zum Üben in Rogla. Kosten ca. 450€. Super empfehlenswert. 10/10 Nordic Skiing: Exkursion über 2x4 Tage, wo man Skilanglauf lernt in Pokljuka. Kosten ca. 430€. Super empfehlenswert. 10/10 Basics of Management: Sportevent Management Grundlagen mit sehr coolen Prof, der Biathlon Weltcups und -meisterschaften organisiert hatte und viel aus dem Nähkästchen plaudert. Eine kleine Hausarbeit. Super cool! 9/10 Sport and Society: Sportsoziologische Themen, die die Gesellschaft betreffen wurden besprochen. Eine Hausarbeit war in Partnerarbeit zu schreiben. Dozentin war sehr langweilig und konnte die Inhalte nicht interessant machen. 3/10 Coordination: Sportpraktischer Kurs, wo viele Koordinationsaufgaben für alle Altersgruppen erprobt worden sind. War ganz nett. Einfach verdiente CP. Eine Klausur online. 6/10. Communication Techniques: Sehr interessantes Seminar über Präsentations- und Kommunikationstechniken. Dozentin war sehr cool. Eine Hausarbeit zu dritt. Empfehlung. 8/10
<b>Wie haben Sie Informationen zu den Kursen erhalten, an denen Sie teilgenommen haben?</b>	Im Vorhinein habe ich eine Liste mit den möglichen Kursen bekommen. Dort gab es allerdings keine Infos über Umfang und Inhalte. Vor Ort kam zusätzlich dann noch der Volleyball Kurs dazu, der nicht auf der Liste stand. Für weitere Infos einfach immer den Dozierenden Mails schreiben. Da keine Scheu haben :)
<b>Was war die Unterrichtssprache an Ihrer Gasthochschule?</b>	Englisch
<b>Wie war die akademische Beratung/Betreuung?</b>	Ich weiss nicht so recht was gemeint ist mit der Frage. Jedoch unterstützten mich die Dozierenden bei Fragen zu allem Möglichen und bei Anliegen bzgl. Hausarbeiten und andere Aufgaben. Antworten per Mail kamen relativ zeitnah.
<b>Wie beurteilen Sie die Qualität der Lehrveranstaltungen im Vergleich zur RUB?</b>	Gleich gut
<b>Hatten Sie Probleme bei der Anerkennung?</b>	Nein
<b>Bitte erläutern Sie das Benotungssystem an der Gasthochschule.</b>	Es gibt Noten von 1-10, wobei 1 die schlechteste und 10 die beste Note ist. Die Dozierenden sind großzügig mit der Notenvergabe.

## UNTERKUNFT

### Unterkunft

<b>Wo haben Sie während des Aufenthaltes gewohnt (Studentenwohnheim, WG...)?</b>	Zweier WG
<b>Haben Sie von Ihrer Gasthochschule Unterstützung bei der Wohnungssuche erhalten?</b>	Nein

**Wie haben Sie die Unterkunft organisiert? Was hat Ihnen an der Unterkunft gefallen und was nicht? Ggf. Alternativen/Empfehlungen?**

Über Telegram gibt es vom ESN organisiert eine Accomodation Group. Auf jeden Fall rein dort. Dort habe ich geschrieben, dass ich suche. Und es hat sich schnell mein zukünftiger Mitbewohner gemeldet und nach einem Facetime Kennenlernen haben wir eine Wohnung über Housinganywhere zusammen gemietet. Ich muss ehrlich sein. Ich hatte viel Glück, dass ich so schnell angeschrieben wurde und das mit meinem Mitbewohner auch noch menschlich so gut gepasst hatte. Kümmert euch so früh wie es geht um eine Unterkunft. Am besten fangt ihr 4-5 Monate vorher schon an. Passt auf Scams auf! Achtsam sein, wenn ihr Anfragen erhaltet. Meine Unterkunft war ein Studio Apartment und war sehr gemütlich mit sehr guter Lage am Tivoli Park. Aber gewöhnungsbedürftig, da nur ein großer Raum + Bad. War aber super, weil mein Mitbewohner und ich uns sehr gut verstanden hatten. Leider war sie etwas teuer –600€, aber das ist eher seltener in Ljubljana. Die Preise sind alle bezahlbar hier. In Wohnheimen teilt man sich gewöhnlich ein kleines Zimmer mit einem anderen Studi vom gleichen Geschlecht für max. 300€. Sonst gibt es viele WGs in der Stadt, welche auch max. 500€ kosten.

## GASTLAND

---

### Gastland

---

**Was können Sie über Stadt, Land und Leute sagen?**

Die Stadt ist wunderschön. Der Weihnachtsmarkt ist atemberaubend. Hier gibt es viele schöne Cafes in denen man entspannen, mit Freunden Zeit verbringen oder auch gut Unikram bearbeiten kann. Shoppen geht auch. Die Rog library mit den Werkstätten und die UNI Bib sind zu empfehlen. Ein Highlight war auch der Marathon hier. Das Land ist ein echter Geheimtipp! Die Natur ist unfassbar und das Wetter war auch besser als gedacht. Zwar viel Nebel morgens, aber der klart auf. Wandern und andere Outdooraktivitäten sind hier perfekt. Canyoning, Kanu auf dem Bohinj und die Rundwanderroute zum Visevnik sind absolut ein Muss. Von Ljubljana aus ist es nur eine Stunde nach Österreich, Italien, Kroatien und ans Meer. Das nächste Skigebiet erreicht man in 30min oder 60min Bus für 1,30€. Über die Slowenen kann ich nicht so viel sagen, da ich nicht so viele kennengelernt habe durch mangelnde Kontaktpunkte, die ich aber auch nicht gesucht habe, da man total in die Erasmus Bubble eingespannt wird. Sie sind gerne unter sich und mögen es nicht, wenn jemand zu aufdringlich ist. Jedoch haben sie einen netten, zuvorkommenden und hilfsbereiten Eindruck gemacht. Aber ich würde behaupten gute und schlechte Menschen gibt es überall in Europa und die Nationen unterscheiden sich kaum von den Leuten her.

**Haben Sie ein Visum benötigt?**

Nein

**Haben Sie zusätzlich eine Versicherung abgeschlossen?**

Nein

## KOSTEN

---

### Kosten

---

**Wie waren die Lebenshaltungskosten im Vergleich zu ihrem Heimatland?**

Gleich hoch

**Haben Sie während Ihres Auslandsaufenthaltes ein Stipendium erhalten?**

Ja

**Von welcher Institution haben Sie das Stipendium erhalten (Erasmus, Heimatinstitution)?**

Erasmus

**Hat Ihr Stipendium alle Kosten Ihres Aufenthaltes abgedeckt?**

Nein

## Monatlich anfallende Kosten

---

<b>Unterkunft pro Monat</b>	630
<b>Verpflegung pro Monat</b>	150
<b>Fahrtkosten am Studienort pro Monat</b>	0
<b>Auslandskranken-/Unfallversicherung pro Monat</b>	0
<b>Sonstiges pro Monat</b>	freiwillige Ausflüge mit ESN bspw. 50-150€
<b>Gesamtbetrag der monatlichen Kosten</b>	800

## Nicht monatlich anfallende Kosten

---

<b>Impfungen, med. Vorsorge</b>	0
<b>Visum</b>	0
<b>Reisekosten für einmalige An- u. Abreise</b>	100
<b>Kosten für Bücher, Kopien, etc</b>	0
<b>Sprachkurs (Landessprache) Kursgebühr</b>	20
<b>Orientierungsprogramm</b>	0
<b>Sonstige Kosten</b>	0
<b>Gesamtbetrag Ihrer sonstigen Kosten</b>	0

## RESÜMEE

---

### Resümee

---

**Wie lautet Ihr Resümee des Auslandsaufenthaltes?**

9/10! Die beste und lehrreichste Erfahrung meines Lebens. Ich hatte einfach mega viel Spaß mit neuen Freunden sowie neuer Community, habe in der Uni viel dazu lernen können und persönlich habe ich mich auch sehr weiterentwickeln können. Ich kann Dir, der das hier liest, nur dazu raten, den Schritt zu wagen und dein Erasmus zu starten! :) Würde es jedem Studi, den ich kenne, ausnahmslos empfehlen.

**Bitte beschreiben Sie Ihre schönsten Erlebnisse/Erfahrungen.**

Ich weiß ehrlich gar nicht, wo ich anfangen soll. Ihr müsst unbedingt Canyoning machen. Das war sicherlich das abenteuerlichste und der schönste Tag hier, weil wir auch perfektes Wetter hatten im magischen Bovec. Die Abende mit Freunden und das Wandern mit Freunden war auch das was den ausschlaggebenden Unterschied gemacht hatte für mein Erasmus. Ich habe einige super tolle Menschen kennengelernt und mit ihnen viel Zeit verbringen können. So waren auch meine Wohnung und mein Mitbewohner ein reines Highlight, da wir oft Gastgeber waren für coole Koch-, Spiele- und Filmeabende. Der Bosnien Trip mit dem ESN ist sehr empfehlenswert. Auf jeden Fall mitfahren, wenn ihr die Chance dazu habt. Und sonst war das allergrößte Highlight das Boni-System mit dem man als Studi in teilnehmenden Restaurants vergünstigt essen gehen kann. Für eine Suppe, Salat, Hauptgericht und ein Obst oder Dessert zahlt man dann nur max. 4,98€. Und das kann man in einigen Restaurants den ganzen Tag lang machen. Das führte natürlich dazu, dass ich fast jeden Tag mit Freunden essen gegangen bin, weil die Zeit und Qualität des Essens dafür auch einfach mega war!!!

**Bitte beschreiben Sie Ihre negativsten Erfahrungen.**

Ich habe im eigentlichen Sinne der Frage fast keine negativen Erfahrungen gemacht. Das einzige, das mir spontan einfällt, ist, dass es echt frustrierend war, wenn die Stationen der Leihfahrräder von „Bikelj“ voll waren und man entweder zur nächstgelegenen Station radeln musste oder warten musste. Sehr oft hatte ich auch Glück, aber paarmal war es sehr nervig, wenn man eh schon im Zeitstress war. Also dort immer schauen, ob noch genügend Plätze an der Zielstation frei sind oder ob überhaupt eins an der Leihstation steht über die App.

**Bitte beschreiben Sie Ihre größten Herausforderungen.**

Die größte Herausforderung war meine Anfangszeit. Persönlich kam ich aus einem mega coolen Monat in Bochum hierher und hatte sehr wenig Energie generell. Ich war anfangs dadurch sehr überfordert von allem Neuen. Distanz zu Familie, Freunden und meiner Freundin, neue Wohnung und neuer Mitbewohner, neues Umfeld mit fremder Stadt und neuer Uni und dann kamen natürlich auch viele Sachen hoch. Die ersten 2 Wochen waren die härtesten. Doch ich bin dankbar, dass ich mich getraut und durchgezogen habe, denn das war die beste Entscheidung. Diese Erfahrung haben mir auch meine Freunde mitgeteilt. Also das gehört irgendwo bei (fast) jedem dazu, weil es anfangs so viel Neues gibt, an das man sich gewöhnen muss. Man gewöhnt sich Gott sei Dank jedoch schneller als man denkt und so Herausforderungen gehen auch schneller vorbei als man denkt. :)

**Bewertung Ihres Auslandsaufenthaltes**

1

**Empfehlen Sie Ihre Gasthochschule für einen Studienaufenthalt weiter?**

Ja

**Was hätten Sie gerne vor Ihrem Auslandsaufenthalt gewusst?**

Mehr Informationen zu den Kursinhalten und den Kursabläufen, wie Starttermine und Leistungen, welche man erbringen muss. Jedoch ist das abhängig von der Gastuni, welche die Daten für die Erasmus Kurse erst nach den eigenen Kursen plant.

**Sonstige Anmerkungen/Verbesserungsvorschläge**

An der Fakultät für Sportwissenschaft kann man - nur im Wintersemester - nach Ljubljana! Wenn man länger als drei Monate in Slowenien lebt, muss man offiziell ein „Temporary Residence Permit“ beantragen. Ehrlicherweise haben das meiner Erfahrung nach nur 2/10 Studis gemacht. Ich brauchte das für meinen PKW-Parkausweis der Stadt. Ich kann jedem, vor allem jedem, der überlegt ein Erasmus zu machen, nur ans Herz legen hier in Ljubljana und Slowenien dies zu tun! Das war die beste und lehrreichste Erfahrung meines Lebens und ich würde es euch 20/10 empfehlen. Traut euch und wagt den Schritt. :) Love, [REDACTED]

## BERICHT ABSCHICKEN

---

**Können wir eine anonymisierte Version Ihres Berichtes auf unserer Webseite veröffentlichen?**

Ja