



Drei Sportarten in drei Tagen: Beim Ultimate Frisbee (l.) kommt es auf Schnelligkeit und Teamgeist an. Fürs Rhönradtturnen (M.) braucht man Körperspannung und anfangs in jedem Fall einen guten Trainer. Beim Arnis geht es mit Stöcken und Messern zur Sache.

Fotos: A. Steindl/Collage: G. Herfs



DIE JUNGE SEITE

KURZ NOTIERT

Bachelor-Studium:

35 Prozent brechen ab

Hannover. Mehr als ein Drittel aller Studienanfänger an deutschen Universitäten brechen ihr Bachelorstudium ab. Die Abbruchquote lag im Jahr 2012 bei 35 Prozent. Das geht aus Berechnungen des Deutschen Zentrums für Hochschul- und Wissenschaftsforschung mit Sitz in Hannover hervor. Je nach Studienfachgruppe sind die Abbruchquoten unterschiedlich. Am höchsten ist sie im Bauingenieurwesen, wo 2012 gut jeder Zweite sein Studium nicht zu Ende gebracht hat. Wer allerdings ein Psychologiestudium an einer Universität aufnimmt, macht in der Regel auch seinen Abschluss. Die Abbruchquote lag hier nur bei elf Prozent. Bei den Masterstudenten an Universitäten war die durchschnittliche Abbruchquote im Jahr 2012 mit elf Prozent deutlich niedriger als bei den Bachelorstudenten. (dpa)

Noch rund 194 000 freie Lehrstellen

Nürnberg. Der Start des neuen Ausbildungsjahrs steht unmittelbar bevor – dennoch hat mancher Jugendliche bisher keine Lehrstelle. „Die Chancen sind noch sehr gut“, sagt Jürgen Wursthorn, Sprecher der Bundesagentur für Arbeit in Nürnberg. Derzeit zählten die Arbeitsagenturen rund 194 000 unbesetzte Lehrstellen. Freie Ausbildungsplätze gibt es vor allem in den Berufen Einzelhandelskaufmann, Verkäufer, Koch, Friseur, Bäcker, Fleischer sowie in der Gastronomie. Wer jetzt noch ohne Ausbildungsplatz ist, sollte möglichst rasch Kontakt mit der örtlichen Arbeitsagentur aufnehmen, rät Wursthorn. Zusätzlich gehen Jugendliche am besten in die Beratung der Industrie- und Handels- sowie der Handwerkskammern. Auch die Experten dort können Tipps geben, welche Firmen in der Region noch freie Lehrstellen zu vergeben haben. (dpa)

RWTH-Informatiker werben auf Gamescom

Aachen/Köln. Der RWTH-Lehrstuhl für Informatik 8 (Computergraphik und Multimedia) stellt auf der Messe für interaktive Spiele und Unterhaltung Gamescom in Köln aus. Ziel ist es dabei, Schüler über ein Informatikstudium an der RWTH Aachen zu informieren. RWTH-Wissenschaftler und Studierende sind von Mittwoch, 13. August, bis Freitag, 17. August, in Halle 10.2, Stand E 23, anzutreffen. „Die Erfahrungen der letzten Jahre zeigen uns, dass es ein großes Interesse an einem Weg in die Spieleindustrie über ein Informatikstudium gibt“, sagt der Inhaber des RWTH-Lehrstuhls Prof. Dr. Leif Kobbelt. „Darüber hinaus bietet der Studiengang auch Karrierechancen in anderen Branchen. Gesucht werden Visual Computing Spezialisten außerdem in den Bereichen Automobil, Architektur, Softwareentwicklung, Simulation oder Medizintechnik. Die zugrundeliegenden Techniken und Algorithmen sind identisch, daher ist auch ein Branchenwechsel nach einigen Jahren als Spieleentwickler nicht selten“, sagt Kobbelt. (dpa)

KONTAKT

Christina Handschuhmacher sitzt heute am „Wir-hier“-Telefon und freut sich auf Anrufe: Tel.: 0241/5101-424 c.handschuhmacher@zeitungsverlag-aachen.de

Sport mit Scheiben, Rädern und Messern

Aerobic war gestern! Das RWTH-Hochschulsportzentrum bietet mehr. Rhönradtturnen, Ultimate Frisbee und Arnis im Selbstversuch.

VON CHRISTINA HANDSCHUHMACHER

Aachen. Immer nur ins Fitnessstudio gehen? Langweilig. Das Hochschulsportzentrum der RWTH hat viel zu bieten und einige außergewöhnliche Sportarten im Angebot. Was ist eigentlich Arnis? Wie funktioniert Ultimate Frisbee? Kann man an einem Abend Rhönradtturnen lernen? Ich probiere Sportarten aus, die ich vor wenigen Tagen noch gar nicht kannte. Ein Selbstversuch.

Rhönradtturnen

Für mich geht es heute Abend nicht auf die Couch, sondern ins Rhönrad, genauer gesagt zum Rhönradtturnen. Und ich habe nur eine ganz leise Ahnung davon, was mich erwartet. Shahin Sadatolhosseini ist heute Abend unser Trainer. Er ist 41, im wirklichen Leben Grafikerdesigner und hat schon auf Weltmeisterschaften im Rhönradturnen – 2006 war sogar einmal eine WM in Aachen. Shahin bringt gute Voraussetzungen mit, um mich fit fürs Rhönradtturnen zu machen, finde ich.

Ordentlich warm machen, dann kann es losgehen. Aber zuerst muss das passende Rad für mich gefunden werden. 2,20 Durchmesser sind zu groß, das merken wir schnell. Wenn ich im Rad stehe, soll ich mit angewinkelten Armen an die Griffe kommen. Auch mit 2,15 will es nicht richtig klappen. Also noch eine Nummer kleiner. Passt. Perfekt. Shahin zeigt mir, wie man die Fußgurte anlegt und dann werden meine Füße auch schon festgeschnallt. „Die Hände auch?“, frage ich. Shahin lacht. „Nein, du musst dich selber festhalten.“ Mhh, ich hätte es nicht schlimm gefunden, angeschnallt zu werden. Je mehr festgeschnallt wird, umso besser, denke ich. Dann kann ich nicht rausfallen.

Ab in die Rundschaukel

Und dann stehe ich auch schon auf dem Kopf. Shahin ist hinter mir. Oder vor mir? Ich weiß es gerade nicht so genau. Hauptsache er ist da. Irgendwie geht das gerade ganz schön schnell. Meine schwitzigen Hände umklammern die Haltegriffe. Eigentlich wollte ich nicht kreischen. Jetzt tue ich es doch. „Nach vorne schauen“, mahnt Shahin. „Körperspannung!“ Okay. Mit viel Hilfe habe ich die erste Umdrehung geschafft. Nächste Runde. Und dann noch eine. „Bist du noch da, Shahin?“,

frage ich immer wieder. So ganz alleine traue ich mich dann doch nicht. Nicht, dass das Rad mit mir drin gegen die Fensterscheibe am Hallenende rollt und ich den Königshügel hinunterstürze. Doch alles läuft gut.

Das, was ich jetzt die ganze Zeit gemacht habe, war die Seitstellung. Aber allein damit wollen wir uns ja nicht zufrieden geben. Also ich würde es ja schon, aber Shahin will mir noch mehr zeigen. Die nächste Übung heißt Rundschaukel. Es geht in ein anderes Rhönrad und Kristina, heute auch das erste Mal dabei, kommt mit. Neben Shahin passt jetzt auch Tim mit auf, dass dabei nix schiefgeht. Ob eine Runde in der Rundschaukel jemals so lange gedauert hat wie bei unserem ersten Versuch? Es kommt mir fast weltrekordverdächtig langsam vor. Was ich da gerade genau tue? Ich weiß es nicht. Ich mache ein-

VIDEO IM NETZ

Mein Selbstversuch beim Rhönradtturnen im Video: Videoreporter Stephan Kreuz hat meine ersten Runden im Rhönrad mit der Kamera begleitet. Und Trainer Shahin Sadatolhosseini sagt, wie ich mich geschlagen habe.



Video im Internet:
www.az-web.de
www.an-online.de

fach das, was Shahin und Tim mir sagen. Hände dorthin, Beine hoch und so weiter. Und aufpassen, dass das Rhönrad nicht über meine Finger rollt. So, genug Rundschaukel. Kleine Verschnaufpause.

Hinter mir turnt Susanne (20). So sieht es also aus, wenn man es drauf hat. Später erzählt Susanne mir, dass sie im Rhönrad turnt, seit sie zehn Jahre alt ist. Ich bin beeindruckt. Und könnte auch jetzt einfach den Rest der Stunde damit verbringen, Susanne und den anderen zuzusehen. Aber dafür bin ich ja nicht hergekommen. Bei mir stehen noch die Bauchwelle und die Spirale in Seitstellung auf dem Programm. Langsam schmerzen die Hände vom vielen Festhalten. „Morgen werden dir Muskeln weh tun, von denen du gar nicht wusstest, dass du sie überhaupt hast“,

sagt Shahin. Was soll ich sagen? Shahin hat sein Versprechen gehalten.

Ultimate Frisbee

Zwei Tage später bin ich beim Ultimate Frisbee. Mit Stollenschuhen laufe ich über einen Rasenplatz und fühle mich ein bisschen so, als wäre ich aus Versehen zum Fußballtraining gegangen. Doch das ist schnell vorbei. Nach einem intensiven Warm-Up trainieren wir zu zweit mit dem Frisbee. Trainerin Melanie wirft mir die Scheibe zu. Und den ersten Frisbee fange ich direkt einmal. Nicht. Blöd nur, dass ich vor der Platzabspernung stehe und der Frisbee hinter mir ins Gebüsch fliegt. Also drüberklettern, rausholen. Fangen war schon beim Völkerball in der Schule nicht meine Stärke. Melanie merkt, dass sie mit mir wirklich bei Null anfangen muss.

Damit ich jetzt nicht ständig über die Bande klettern muss, tauschen wir vorsichtshalber die Plätze. Dann zeigt Melanie mir Vorhand und Rückhand. Und auch wie ich am besten fange. Bei meinen ersten Würfen eiert der Frisbee durch die Luft. Immerhin, das Fangen klappt jetzt. Melanie lobt mich unverdrossen. „Jawohl!“, sagt sie. „Klapp doch!“ Vielleicht sieht sie gerade einen kleinen Hoffnungsschimmer am Horizont, was meine Frisbeekünste angeht.

Weiter geht's mit einer Übung. „Die Spieler laufen ein X, der Frisbee macht ein U“, erklärt mir Melanie. Laufen. Fangen. Laufen. Fangen. Nur ich unterbreche den Fluss der Übung leider ein wenig. „So haben wir alle mal angefangen“, sagt eine Spielerin. Acht Mädels sind heute beim Training. Eine von ihnen ist Helen (20). Helen spielt seit vier Jahren und ist so gut, dass sie in wenigen Tagen bei den Weltclubmeisterschaften in Lecco/Italien dabei ist. „Ich mag an Ultimate die Geschwindigkeit, man kann sich dabei total auspowern.“

Während die anderen Mädels spielen, erklärt mir Helen die Regeln. Im abgetrennten Feld stellen sich beide Mannschaften gegenüber auf. Die Mannschaft im Scheibenbesitz ist in der sogenannten „Offense“ und hat nun das Ziel, mit dem Frisbee in die gegenüberliegende Endzone zu kommen. Wer den Frisbee in der Hand hat, darf nicht laufen. Die einzige Chance ist es, sich mit einem

Sternschritt freizumachen, um die gegnerische Deckung zu durchbrechen. Die Scheibe darf nur zehn Sekunden bei einer Person bleiben. Einen Schiedsrichter gibt es nicht. „Ultimate ist ein sehr fairer Sport“, sagt Helen. Und mit lockerem Frisbee im Park, hat das, was da gerade auf dem Platz geschieht, wirklich nichts zu tun.

„Morgen werden dir Muskeln weh tun, von denen du gar nicht wusstest, dass du sie überhaupt hast.“

SHAHIN SADATOLHOSSEINI, TRAINER BEIM RHÖNRADTURNEN

Arnis

Keine Verschnaufpause: Für mich geht's direkt weiter. Jetzt steht Arnis auf dem Programm, besser bekannt unter dem Namen Philippinischer Stockkampf. Los geht's mit ein bisschen Beinarbeit. Schrittkombinationen, die ich schon vom Aerobic kenne. Denke ich zumindest. „Den Fuß musst du unten lassen, das ist nicht wie beim Aerobic“, sagt Trainer Carsten prompt. Irgendwie fühle ich mich gerade ertappt.

Weiter geht es mit Übungen in Zweiergruppen. Hubad heißt die Übung, die wir nun machen und so – dafür bin ich sehr dankbar – auch den ganzen Abend fortführen werden, nur mit anderen Waffen. Mein erster Trainingspartner ist Julien. Er drückt seine Faust gegen den Kopf und anschließend ans Herz – der Arnis-Gruß, wie ich lerne. „Das bedeutet, dass ich dir nichts böses will und mich schon

einmal vorab entschuldige, falls etwas passiert“, erklärt er mir. Es geht darum, den Angriff des Gegners mit dem Arm zu blockieren, ihn wegzudrücken und dann zu „checken.“

Partnerwechsel: Jetzt trainiere ich mit Eva. „Ich hab früher auch schon Kampfsport gemacht, aber das hier ist viel anwendungsorientierter“, erzählt sie. Und dass sie sich abends sicherer fühlt, wenn sie allein unterwegs ist. Bei dieser Übung sollen wir den Gegner auf den Boden zwingen. Zu meinem Bedauern werden leider vorher keine Schaumstoffmatten ausgelegt. Aber wenn man sich drauf einlässt, tut das Fallen gar nicht so weh. Ich habe große Skrupel, Eva aufs Kreuz zu legen. Aber sie versichert mir, dass das okay ist und zeigt mir auch noch, wie es geht.

Als nächstes kommen die Messer ins Spiel. Das hatte ich vorher schon auf der Homepage des Hochschulsports gelesen, deshalb hält sich mein Entsetzen in Grenzen. Es wäre auch völlig unnötig, denn die Messer glänzen zwar wie gewöhnliche Küchenmesser, sind aber komplett stumpf. Wir wiederholen die Übung, nur jetzt mit dem Messer in der Hand. Und dann kommen die Stöcke. Sie sind aus Rattan und etwa einen Meter lang. Ganz schön ungewohnt, so etwas in der Hand zu halten.

Trainer Carsten glaubt, dass das Ungewöhnliche für viele die Faszination an diesem Sport ausmacht. „Der Exotik-Faktor bei dieser Sportart zieht.“ Und was ist für ihn das Besondere an diesem Sport? „Bei Arnis gibt es eine sofortige Anpassung an den Gegner und die Situation. Wir können ausweichen, parieren, blocken“, sagt Carsten. Vielleicht kann ich das, was ich heute gelernt habe, irgendwann noch einmal gut gebrauchen.

80 verschiedene Sportarten – von Aerobic bis Zumba

Das Hochschulsportzentrum (HSZ) ist eine Einrichtung der RWTH Aachen und organisiert das Sport- und Bewegungsangebot für die knapp 60 000 Studenten und Angestellten der Aachener Hochschulen. Von A wie Aerobic bis Z wie Zumba können Studenten und Hochschulmitarbeiter aus rund 80 verschiedenen Sportarten wählen. Pro Woche finden 500 Kurse statt. Die Übungsleiter sind meist Studenten mit entsprechender Aus- und Fortbildung.

Einige Hochschulsportkurse sind kostenfrei und können ohne Voranmeldung besucht werden. Für die

Teilnahme an vielen anderen Kursen ist eine Online-Anmeldung zu Semesterbeginn erforderlich und gegebenenfalls der Kauf einer Semesterkarte. Die gibt es je nach Sportart – z.B. eine Aerobic-Karte oder eine Kampfsport-Karte.

Neben Studenten und Angestellten der Hochschulen haben auch Gäste die Möglichkeit, mit einer Gästekarte an den Hochschulsportkursen teilzunehmen.

Mehr Infos im Netz:
hochschulsport.rwth-aachen.de