

Erfahrungsbericht (SoSe 2022/23 AWF Krakow, Polen)

Planung

In der Einführungswoche meines Masterstudiums wurde uns Studierenden ans Herz gelegt ein Auslandsemester in Anspruch zu nehmen. Bis dato hatte ich noch nie wirklich mit dem Gedanken gespielt eine Semester im Ausland zu absolvieren, da es im Sportstudium keine Pflichtsemester und auch nicht gängig ist im Ausland zu studieren. Ich habe mich auf der [Homepage](#) der LUH und auf der Seite des [Institut für Sportwissenschaften](#) über meine Möglichkeiten informiert und bin letzten Endes schnell zu dem Entschluss gekommen ein Auslandssemester in Polen machen zu wollen. Für Spanien, Portugal und Italien braucht man ein Sprachniveaulevel der jeweiliges Landessprache von B1/2, also kamen nur noch Warschau, Krakau und Prag mit einem geforderten Sprachlevelniveau von B2 Englisch für mich in Frage. Da es Polen werden sollte, fiel meine Erst Wahl auf Warschau für das Sommersemester 2022/23.

Vorbereitung und Bewerbung

Um einen Platz im Erasmus+ Programm sollte man sich bis zum 16. Januar mit seiner 1. bis 3. Wahl bei unserem Austauschkoordinator an unserer Fakultät bewerben. Zusätzlich ist auch noch das Ausfüllen der Online Bewerbung für das Hochschulbüro für Internationales nötig. Bei einer Nominierung wird die Gasthochschule vom Hochschulbüro für Internationales informiert und man bekommt eine Bestätigung und Infos zum weiteren Vorgehen per Mail zugeschickt. In meinem Fall habe ich einen Platz in meiner Erstwahlstadt Warschau erhalten, allerdings habe ich im Frühjahr dann eine Nachricht erhalten, dass die Universität zu meiner gewählten Zeit im Fach Sport keine Studierende entsendet werden können. Ich durfte mich dann noch zwischen Krakau, Prag und Sevilla entscheiden und die Wahl fiel auf Krakau. Mein Hochschulkoordinator informierte anschließend das Hochschulbüro und meine Nominierung erfolgte automatisch, so dass ich keine neue Bewerbung einreichen musste. Man erhält als nächstes eine Nachricht von der Gasthochschule. In der Zwischenzeit gab es eine Informationsveranstaltung vom Hochschulbüro für Internationales für alle Erasmusstudierend, in der man zum Mobilitätszuschuss aufgeklärt wurde und ungeklärte Fragen stellen konnte. Die Bestätigung hat auch auf ziemlich auf sich warten lassen, da ich erst im Sommersemester 2022/23 mein Auslandssemester antreten wollte habe ich meine Bestätigung von der Akademia Wychowania Fizycznego (AWF) erst im November bekommen, wo man sich innerhalb von 3 Wochen nochmals bewerben musste. Diese Bewerbung beinhaltete ein Anmeldeformular inkl. Foto, das ausgefüllte Learning Agreement, wozu man sich vorerst innerhalb von 11 Tagen zu den Kursen der Gasthochschule einschreiben musste, ein Nachweis des Sprachnachweises in Englisch von mindestens B1, das Motivationsschreiben, ein Gesundheitsnachweis und eine Kopie der ausländischen Krankenversicherung. Ende Dezember habe ich dann die Nachricht erhalten an der Universität akzeptiert worden zu sein und auch da zum ersten mal den bestätigten Zeitraum erfahren. Dieser war nicht wie an der LUH üblich von April-Oktober, sondern von Februar-Juni. An der Universität ist, aufgrund des Sportstudiums, eine allgemeine Medizinische Untersuchung vor Semesterbeginn Pflicht. Aufgrund dessen wurde uns geraten zwei Wochen vor Beginn des Semesters nach Krakau zu kommen. In meinem Fall bin ich eine Woche vorher angereist und habe eine Studierende der Gastuniversität an die Hand bekommen, an die ich mich wenden konnte, wenn ich Fragen hatte. Außerdem hat sie mich zur Untersuchung mit begleitet, da man ohne polnische Sprachkenntnisse nicht sehr weit kommt.

Unterkunft

Gegen Mitte Januar habe ich dann noch die Information bekommen ein Zimmer im Studentenwohnheim mieten zu können. Da dies die günstigste und auch einfachste Option für mich war, habe ich das Angebot angenommen. Man hatte die Möglichkeit ein Doppelzimmer mit 2 Leuten (ca. 130€) oder gegen Aufpreis ein Doppelzimmer für sich allein (ca. 250) zu mieten. Ich habe mich für letzteres entschieden. Ich habe ein Zimmer bekommen was sich im 10. Stock von insgesamt 12 Stockwerken befand mit Blick auf Nova Huta. Das Zimmer umfasst schätzungsweise 15-18 qm². Inbegriffen ist ein kleines Badezimmer mit Dusche, einen großen Kleiderschrank sowie 2 mittelgroße Kleider- oder Verstausränke, 2 Wandregale, 2 Schreibtische mit jeweils einem Stuhl und 2 Betten mit Nachttisch, welches sich für Besuch aus der Heimat als sehr praktisch erwies. Alle möglichen Elektrogeräte musste man sich selber besorgen, da es für jeden Flur zwar eine Küche gab allerdings beinhaltete diese Küchenecke nur 4 Herdplatten und 2 Spülbecken. Ich habe mir noch zusätzlich einen kleinen benutzten Kühlschrank und einen neuen Wasserkocher besorgt. Wer einen Föhn benötigt, sollte auch daran denken und sich einen einpacken oder dort kaufen. Genau dasselbe gilt für Besteck und Geschirr, wenn man keines mitgenommen hat muss man sich Besteck und Pfannen oder Töpfe Vorort besorgen. Im Gebäudekomplex gab es am Eingang ein Empfang oder Rezeption, wo man sich anmeldet und auch Bettdecke und Kissen plus Bezüge und Gardinen, ggf. noch Handtücher bekommen kann. Im Keller gab es ein Waschraum mit 4 Waschmaschinen und 3 Trockner die man für 3€/ 12 pln pro Waschgang nutzen konnte. Dort gab es auch einen Automaten, wo man sich Waschmittel PODS kaufen konnte. Auf der Eingangsebene war ebenfalls ein Büro, wo man Kontodaten für die Miete bekommen hat und Fragen stellen konnte, einen Arzt sowie ein Ausleihbüro, der allerdings nie wirklich geöffnet hatte. Die Kommunikation kann etwas schwierig sein, da dort nur Polnisch gesprochen und verstanden. Aber die Hürde konnte man gut mit Google Übersetzer überwinden oder man fragt andere Studierende, die gerade in der Nähe sind insofern sie Englisch verstehen. Das Studentenwohnheim befinden sich unmittelbar neben der Universität.

Studium

Das Studium ist eher praktisch angelegt. Man hat überwiegend Sportpraxiskurse und einige Gesundheitsorientierte Kurse die meistens mit Exkursionen verbunden waren. Da ich an der LUH den Fachmaster Sport mit dem Fokus Gesundheitsförderung studiere, war das thematisch eher an ein Lehramtstudium angelehnt und vom Niveau auch eher auf Bachelorniveau. Wir waren insgesamt 12 Erasmus Studenten. Davon war ich die einzige die bereits im Masterstudium ist und aus Deutschland kam. Dementsprechend war auch eine etwas größerer Altersunterschied vorhanden. Was die Seminare auch sehr anstrengt gemacht hat, da es viele Störungen gab und Desinteresse herrschte. Die Mitstudierenden kamen überwiegend aus Spanien, zwei aus Frankreich und einer aus Griechenland. Aufgrund der nicht vorhanden Diversität haben meine Mitstudierende überwiegend in ihrer Landessprache mit ihren Kommilitonen aus demselben Land gesprochen, was sehr schade war, da kaum Englisch untereinander gesprochen wurde und die Seminare eher Vorlesungen seitens der Dozenten waren. Wie bereits erwähnt, war das Niveau der Seminare sehr niedrig und die Erwartungen nicht sehr hoch. Dementsprechend waren die Prüfungen auch sehr einfach und ein Garant für gute Noten.

Alltag und Freizeit

In Krakau kann man sehr viel im Alltag und in seiner Freizeit unternehmen. Neben einem ausgeprägten Nachtleben mit den unzähligen Bars und Clubs bietet Krakau eine Vielzahl an kulturellen Standorten, die es sich lohnt zu besuchen. Krakau ist eine sehr studentische, vom Tourismus geprägte und

wunderschöne Stadt, man findet eigentlich immer etwas zum Unternehmen, ob allein oder mit den neuen Freundschaften. Dort sind viele Parks, ein Badesee ganz in der Nähe und einige Einkaufszentren. Die polnische Küche wird da sehr gelebt und man findet an jeder Ecke polnische Spezialitäten. Preislich ist Krakau mit den Preisen in Hannover vergleichbar. Mit dem Studentenausweis kann man in ganz Polen vergünstigt Zug fahren, somit kann man Polen oder zumindest den Süden Polens und Warschau super erreichen und erkunden. Ein Muss ist ein Ausflug zum Morskie Oko und Auschwitz. Auch der Flughafen in Krakau ist ein guter Ausgangspunkt, um einige weiterentfernte Standorte zu erreichen.

Fazit

Das Erasmus Semester in Krakau war eine sehr bereichernde Erfahrung, die ich in meine Leben nicht missen will. Ich habe mich in dieser Stadt super wohl gefühlt und das ist definitiv nicht das letzte Mal, dass ich in Krakau war. Allerdings finde ich ein Auslandssemester im Masterstudium an der AWF nicht empfehlenswert und würde eher Bachelorstudierenden ein Auslandssemester dort empfehlen. Ich war zwischendurch an anderen Universitäten wie die Jagiellonian oder Universität für Ökonomie und dort findet man auch Erasmus Student Network (ESN) Büros, die sehr viel planen und organisieren für ihre Auslandsstudierenden. Man kann sich dort mit einklinken und für die eine oder andere Veranstaltung Tickets besorgen, dies geht jedoch nicht bei jedem Angebot. Bei der AWF musste man sich um eigentlich alles eigenständig kümmern und hinterher sein, wenigstens eine Einführungswoche hätte ich nett gefunden. Durch Zufall habe ich jemanden gefunden, der mir das Universitätsgelände zeigt damit ich weiß wie man zu den Räumen kommt. Die Kommunikation mit dem Erasmusbüro der AWF empfand ich als schwierig aber im Großen und Ganzen wurde mir geholfen, wenn man die richtigen Fragen gestellt hat und verstanden wurde. Das Studium hat mir fachlich und inhaltlich keine neuen Erkenntnisse gebracht. Dadurch, dass die AWF eine eher kleine Universität ist, nur wenige Erasmus Studierende hat und es extra Erasmuskurse gibt und von dem Rest der polnischen Studierenden separiert ist, ist es schwierig Kontakte zu knüpfen, vor allem wenn dann auch noch viele aus demselben Land kommen und kein Englisch sprechen. Daher kann ich nur empfehlen sich ESN Veranstaltungen von anderen Universitäten anzuschließen. Das Studentenwohnheim war für mich die beste Option, da es günstig war und man mehr Reisen/ Kurztrips o.ä. machen konnte. Aber um auch dort etwas geselliger zu leben kann ich beispielsweise das Studentendeport empfehlen, welches allerdings doppelt so teuer ist (500€/Einzelzimmer). Im Nachhinein fand ich es schade, dass aus meinem Sommersemester ein Wintersemester wurde, da ich lediglich den letzten Monat Frühling hatte, dadurch, dass das Semester bereits im Februar begonnen hat und es wirklich sehr kalt, regnerisch und trüb werden kann in Krakau. Ich habe trotz einiger Hürden und anfänglichen Schwierigkeiten die Zeit dort sehr genossen und denke gerne daran zurück. Man knüpft neue Bekanntschaften und lernt wie man in einem fremden Land, dessen Sprache man nicht beherrscht, gut klarzukommen und das sind Erfahrungen die man im Leben eher selten macht. Ein Erasmus+ Semester fördert und stärkt ungemein die Selbstentwicklung und ist definitiv eine Erfahrung wert. Selbst wenn man denkt man ist nicht der Typ dafür, so wie ich, ist es eine unvergessliche und einmalige Reise. Also zögere nicht und go for it!