

Slackline, Waveboard und Dauerlauf

Bewegungserfahrung mit Geräten aus dem Trendsport

Im Kurs „Trainings- und Bewegungslehre“ stellen sich die Studierenden den Fragen: Wie sieht der Körper aus? Wie funktioniert er? Und: Was kann ich damit machen?

Für ihren Beruf sollen die zukünftigen Gesundheitsmanager Leistungen einkaufen und bewerten können. „Das hat viel mit Bewegungserfahrung, -gefühl und -umsetzung zu tun“, erklärt Dozent Michael Knöferl.

Bei einem Dauerlauf geben die Studierenden eine Vorher-Nachher-Einschätzung ab. So erfahren sie: Was passiert mit dem Körper und warum ist das so? Wie fühlt sich diese Veränderung an?

Für die meisten Studierenden ist die Slackline, ein modernes



Studentinnen des Gesundheitsmanagements beim Dauerlauf am Campus M21.

Sportgerät, das ursprünglich aus dem Bergsport kommt, neu. „Das ist eine interessante Bewegungserfahrung, weil es viel schwieriger ist als es aussieht“, so Knöferl. Die Slackline ist ein Gurtband, das zwischen zwei Bäumen gespannt wird.

Dann wird darauf balanciert und eine möglichst lange Strecke zurückgelegt. Ein neuer Trendsport für 9-15jährige ist das Waveboard, eine Abwandlung vom Skateboard.

Fortsetzung auf Seite 2...

Moderationstraining mit Barbara Dickmann

Studentinnen lernen Handwerkszeug für den Auftritt vor der Kamera

Bei einem persönlichen Coaching mit Fernsehjournalistin Barbara Dickmann lernten die Studentinnen Evelyn Krylov und Kristina Nägelein Tipps und Tricks der Moderation kennen.

In praktischen Übungen sprachen die Studentinnen vor der Kamera und bekamen individuelles Feedback von der Fernsehjournalistin. „Wir haben von vornherein mit eigenen Ideen gearbeitet“, erzählt Evelyn Krylov.

Die Entwicklung der Studen-

tinnen wurde mit einer Kamera festgehalten. „Der Unterschied war enorm: Wir haben dann auf viel mehr geachtet.“ Nach dem Coaching konnten erste Erfolge verzeichnet werden: „Sie hat uns Basics an die Hand gegeben, wie wir stehen sollen, wie wir reden sollen“, so Kristina Nägelein. „Ich war fasziniert wie wir uns verbessert haben.“

Barbara Dickmann war die erste Moderatorin der „Tagesschau“. Seit 1989 war sie in der Redaktion der ZDF-Sendung „ML Mona Lisa“ tätig,

von 2003 bis 2008 als Redaktionsleiterin.



Barbara Dickmann ist Dozentin für „Fernsehen“ am Campus M21.

Fortsetzung von Seite 1...

Der Lernprozess für die Studierenden ist aufgrund ihres Alters deutlich länger als der der Zielgruppe.

Um ein Bewusstsein für die eigene Gesundheit herzustellen,



Klaus Weiler (2. Semester Gesundheitsmanagement) balanciert auf der Slackline. Dozent Michael Knöferl führt den Studenten.

len, präsentiert Knöferl den Studierenden besonders effektive Rücken- und Kraftübungen aus einer Studie der Universität Bayreuth. Sie testen ihre eigenen Kräfte aus, um ein Gefühl für ihren Körper, dessen Möglichkeiten und Grenzen zu bekommen.

Im Anschluss an die verschiedenen Sportarten werden im Kurs theoretische Kenntnisse erarbeitet. Die Studierenden sollen Trainings beurteilen können und einen Überblick über den Sportmarkt bekommen, um die Qualität der Angebote einschätzen zu können. Dabei wird geklärt wie ein Training funktioniert und warum es bestimmte Elemente enthält.

Michael Knöferl ist Geschäftsführer der SportsCompany. Der



Tobias Oerterer (2. Semester Gesundheitsmanagement) auf dem Waveboard.

diplomierter Sportwissenschaftler und Sportmanager entwickelt Gesundheitsprogramme für Unternehmen und betreut Leistungssportler in Diagnostik und Trainingsgestaltung. Am Campus M21 ist er Dozent für „Trainings- und Bewegungslehre“ sowie „Sport, Medien und Gesellschaft“.

Münchener Merkur im Zeichen des Olympiaparks

Studierende produzieren Zeitungsseite mit Chefreporter Dr. Arsenschek

Von der Recherche bis zur fertigen Seite - unter dem Titel „Olympiapark auf Rekordkurs“ produzierten Studierende in einem 7-tägigen Praxis-Workshop eine Seite im Münchner Merkur.

Im Rahmen des Journalismuskurses machen die Studierenden am Campus M21 Zeitung. Zusammen mit Dr. Robert Arsenschek, Chefreporter des Münchner Merkur, recherchierten, schrieben und fotografierten sie für eine gesamte Zeitungsseite. Die Studierenden führten Interviews mit der Profi-Snowboarderin Amelie Kober und Monoski-Sportler Martin Braxenthaler. Sie lernten die Besonderheiten einer

Zeitung kennen und erwarben grundlegende Kompetenzen im Journalismus. Wenn die Bewerbung für 2018 klappt, wäre München die erste Stadt, die Sommer- und Winterspiele ausgerichtet hat. Amelie Kober glaubt an ein Wintermärchen: „Ich versuche mit meinen öffentlichen Auftritten die Leute für ein Olympia 2018 zu begeistern.“ Martin Braxenthaler sieht eine Riesenchance für München: „Und München hat auch schon gezeigt, dass es Olympische Sommerspiele perfekt veranstalten kann.“ Der Münchner Merkur ist eine

Infotag am 18. Juni

Am 18. Juni veranstaltet das Campus M21-Team den nächsten Infotag.

(Angehende) Abiturienten und Begleitpersonen sind herzlich willkommen.

[Jetzt anmelden!](#)

große oberbayerische Regionalzeitung mit einer Auflage von rund 270.000 zusammen mit dem Oberbayerischen Volksblatt.