

# Hochschulsport Jahresbericht 2022-2023



Autor/in: Ausga- Nicole Reifler Steiner Hochschul-  
bestelle: Gel- sport, Zentrale Dienste Fach-  
tungsbereich: hochschule Graubünden Intern  
Klassifizierung: 1  
Version: Ausga- 30.05.2024  
bedatum: ZD, HSL  
Verteiler:



## Inhaltsverzeichnis

|   |           |
|---|-----------|
| <b>Themen und Angebote .....</b>            | <b>3</b>  |
| <b>Personelles .....</b>                    | <b>4</b>  |
| <b>Kurs- und Gruppenleiter: innen .....</b> | <b>4</b>  |
| Sitzungen / Konferenzen .....               | 4         |
| <b>Kooperationen und Partner.....</b>       | <b>4</b>  |
| <b>Marketing und Kommunikation .....</b>    | <b>5</b>  |
| Intranet / Anmeldung .....                  | 5         |
| Bündner Sportbuch.....                      | 6         |
| <b>Wettkämpfe und Meisterschaften .....</b> | <b>6</b>  |
| <b>Events, Angebot und Aktionen.....</b>    | <b>8</b>  |
| <b>Spitzensport und Studium .....</b>       | <b>11</b> |
| <b>Zahlen und Fakten .....</b>              | <b>12</b> |
| Finanzen .....                              | 12        |
| Budget.....                                 | 13        |
| <b>Dank.....</b>                            | <b>14</b> |

## Themen und Angebote

Der Hochschulsport der FH Graubünden blieb auch im letzten Jahr sehr beweglich.

Im vorliegenden Jahresbericht analysierten wir die Zahlen und beleuchteten die wichtigsten Etappenziele und vielfältigen Aktionen des vergangenen Jahres.

Mit der kurzfristigen Änderung, die Preise für das Sportabonnement von vormals kostenlos auf CHF 100.- pro Benutzerin oder Benutzer auf Anfang des Studienjahres 2023 zu erhöhen, sind wir mit einer komplett neuen Ausgangslage gestartet.

Dank des attraktiven Programms des Hochschulsportes sowie der Unterstützung durch die Fachhochschule und unseren lokalen Partnerinnen und Partnern sowie die Kursleitenden, konnten wir diese Umstellung sehr gut meistern. Durch diese Änderung entstand kein Reputationsschaden und das Vertrauen in den Hochschulsport konnte gewahrt werden.

Wichtig war, dass wir weiterhin allen Studierenden und Mitarbeitenden der FH Graubünden, der PH Graubünden wie auch der THIM – die internationale Hochschule für Physiotherapie eine – Plattform bieten konnten, welche es erlaubt, soziale Kontakten zu pflegen und gleichzeitig etwas für die körperliche Gesundheit zu tun. Bekanntlich kann durch regelmässige körperliche Aktivitäten Stress abgebaut und das Selbstbewusstsein gestärkt werden. Dies führt zu einer ausgewogenen Lebensweise und dient entsprechend allen Beteiligten. Beim Hochschulsport lernen Studierende sowie Mitarbeitende neue Leute kennen. Sie entwickeln soziale Fähigkeiten, tauschen sich aus und können gleichzeitig Energie tanken.

Aus diesen Gründen wird Abwechslung und Vielfalt beim Hochschulsportprogramm grossgeschrieben. Auch im vergangenen Jahr konnten erfreulicherweise neue Kurse wie Theatersport, Waldbaden und Golf angeboten werden. Das Kurs-Angebot Golf wurde weiterentwickelt. So kann man mit dem FHGRplus-Golf eine Community über den Sport aufbauen, über welche sich Gleichgesinnte treffen, um eine Runde Golf zu spielen oder sich für ein gemeinsames Golfturnier anmelden können.

Weiter ist es unser Ziel, wie bereits im letzten Jahr, mit den einzelnen Abteilungen innerhalb der FH Graubünden wie zum Beispiel Career Center oder Alumni gemeinsame Angebote zu planen und zu realisieren, um gemeinsame Ressourcen zu nutzen und Kosten zu sparen.

*“Es ist wichtig für ein Team, sich nicht nur auf eine Spielerin, einen Spieler zu verlassen.” Luis Suarez*

Der regelmässige Austausch zwischen den einzelnen Hochschulsportorganisationen, Fachhochschulen sowie Universitäten ist auch ein wichtiger Teil. So konnte das Sommercamp Griechenland lanciert werden, welches wir in Zusammenarbeit mit der Università della Svizzera italiana Lugano anbieten.

## Personelles

Leiterin FH Graubünden Hochschulsport

Nicole Reifler Steiner 40%

ab 01.04.2024 50%

## Kurs- und Gruppenleiter: innen

|  |                                 |
|--|---------------------------------|
| Bianca Trepp und Dario Mirer, Studierende PHGR | Fussball                        |
| Linard Weisstanner, Studierender PHGR          | Unihockey                       |
| Hubert Hennig, extern                          | Basketball                      |
| Louis Walser, Studierender FHGR                | Volleyball und Beach Volleyball |
| Ladina Plouda, Yogalehrerin                    | Vinyasa Yoga                    |

## Sitzungen / Konferenzen

Swiss University Sports

|                |                               |                  |
|----------------|-------------------------------|------------------|
| 12.12.2022     | Direktorenkonferenz           | Bern             |
| 13.03.2022     | Direktorenkonferenz           | online           |
| 16.03.2023     | Delegiertenversammlung        | Ittigen bei Bern |
| 12.-14.06.2023 | Forum Swiss University Sports | Genève           |
| 12.06.2023     | Direktorenkonferenz           | Genève           |
| 04.09.2023     | Direktorenkonferenz           | online           |

Arbeitsgruppe Spitzensport und Studium

|            |                            |             |
|------------|----------------------------|-------------|
| 02.02.2023 | Workshop Weiterentwicklung | FFHS Zürich |
|------------|----------------------------|-------------|

## Kooperationen und Partner

- Fitnesscenter puregym, Chur (Angebot schweizweit)
- Kletterzentrum Ap n' Daun, Chur
- Hallenbad Sportanlage Obere Au, Chur
- Tennis Club Chur, Chur
- BTV Chur Leichtathletik, Chur
- Chur Lacrosse, Chur
- Tanzschule Balleo, Chur
- Cube Store, Chur

## Marketing und Kommunikation

### Intranet / Anmeldung

Das Intranet der FH Graubünden dient dem Hochschulsport als Hauptkommunikationskanal zu seinen Mitgliedern. Über diese Plattform sind alle Information über das Sportprogramm sowie der Anmelde- und Verrechnungsprozess aufgeschaltet. Dieser Kommunikationskanal hat jedoch auch seine Tücken, insbesondere für externe Studierende. Dies sind mittlerweile schon fast 30 % der Mitglieder. So ist es im heutigen Zahlungsprozess nicht möglich, die Abokosten per Kreditkarte oder Twint-Zahlung zu begleichen und dies erschwert den Prozess.

Die Zusammenarbeit mit den verschiedenen Sportpartnerinnen und Sportpartnern aus der Region bezüglich Eintrittskontrollen bleibt eine Herausforderung. Grundsätzlich sollte immer ein möglichst einfacher Prozess angestrebt werden, welcher für alle Anspruchsgruppen einen Mehrwert darstellt.

### Social Media

In Zusammenarbeit mit der Marketingabteilung der FH Graubünden sind News über Sportkurse jeweils über Instagram, das Infopanel und über Facebook publiziert worden. Weiter haben die meisten Fachrichtungen einen separaten Instagram Account wo sie über die Ergebnisse sowie die ausgewählten sportlichen Leistungen ihrer Studierenden direkt berichten.

Hier ein Beispiel vom Instagram Account des fhgr\_sportmanagements Studiengangs.



Abb. 1. St. Moritzer Frauenteam, mit Elena Mathis und Selina Witschonke beide BSP21 Studierende

## Bündner Sportbuch

Vom Bündner Verband für Sport wurden wir auch in diesem Jahr angefragt, ob wir einen Beitrag im Bündner Sportbuch unter der Rubrik «Schulen» publizieren möchten. Unter dem Titel «Wissenschaftliche Impulse für die Sportförderung» wurde über eine Studie zu Kindergarten-Schneesportwochen im Kanton Graubünden berichtet:

➤ **Studie zu Kindergarten-Schneesportwochen im Kanton Graubünden**

Die Durchführung der Studie zur Evaluation der Kindergarten-Schneesportwochen durch die FH Graubünden hat einen wesentlichen Beitrag zur positiven Entwicklung der Sportförderung im Kanton Graubünden geleistet. Diese Schneesportwochen ermöglichen Bündler Schulkindern eine frühzeitige Begegnung mit dem Schneesport als wichtiges kulturelle Erbe des Kantons und wird unterstützt durch kantonale und bundesweite Gelder. Die gezielte Evaluation des Angebots durch die FH Graubünden im Auftrag von graubündenSport ist entscheidend für eine nachhaltige Weiterentwicklung und Optimierung der Kindergarten-Schneesportwochen.

## Wettkämpfe und Meisterschaften

### Swiss University Sports - Today's Stars, Tomorrow's Leader

Swiss University Sports, als Dachverband der Hochschulorganisationen ist unter anderen auch Veranstalter von diversen Swiss Universities Championships (SUC) sowie den Swiss Universities Games (SUG), welche vom 28.- 30.04.2023 wiederum im Campo Sportivo in Tenero stattgefunden hat. Die FH Graubünden war mit je einem Team im Fussball sowie Volleyball vertreten. Weiter ist sie für die Beschickung der internationalen Sportanlässe der Studierenden zuständig.

### Goldmedaille an der World University Games Winter in Lake Placid (USA)

Bei ihrer ersten Teilnahme an der Winteruniversiade vom 12. – 20. Januar 2023 in Lake Placid holte sich Sophie Hediger, Studierende Multimedia Production, in der Disziplin Snowboardcross die verdiente Goldmedaille. Herzlichen Glückwunsch.



Abb. 2. Sophie Hediger MMP Studierende Mitte, World University Games Winter Lake Placid



Abb. 3. Fahnenträgerin Sophie Hediger, World University Games Winter Lake Placid



## Events, Angebot und Aktionen

### ➤ SOLA-Stafette 2023

Auch im Jahr 2023 war die FH Graubünden mit einem Team an der SOLA Stafette am Start. Wie im Vorjahr konnte sich das Team steigern, sowohl hinsichtlich des Spasses als auch der Platzierung. Mit einem durchmischten Team wurde erstmalig sogar die 10-Stundenmarke geknackt. Schlussendlich standen der Spass und das gemeinsame Miteinander und Erleben im Vordergrund, was mit einem gemeinsamen Abendessen einen gelungenen Abschluss fand.

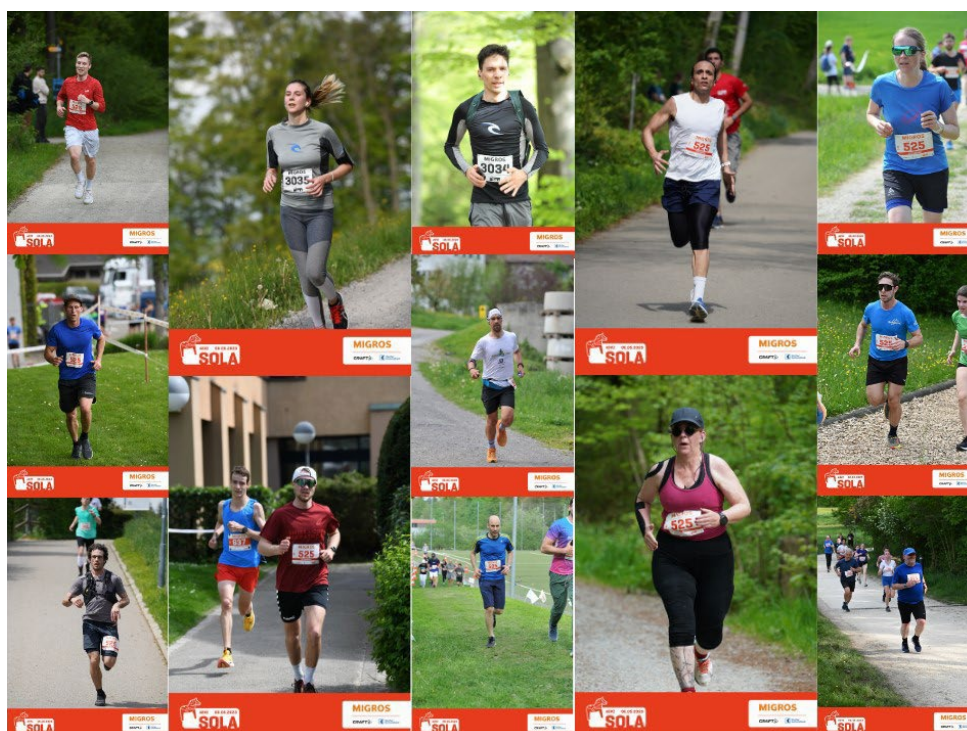


Abb. 4. FHGR Teilnehmende Sola Stafette Zürich

### ➤ Bike to work Challenge 2023

Im Jahr 2023 haben erfreulicherweise viele Angestellte der kantonalen Verwaltung wie noch nie bei der bike to work Kampagne teilgenommen. Die FH Graubünden war in Zusammenarbeit mit der kantonalen Verwaltung Graubünden ein Teil davon. Aus der FHGR waren ca. 10 Teams mit 39 Mitarbeitenden am Start, welche über den ganzen Monat Juni fleissig Fahrrad-Kilometer gesammelt haben.

### ➤ FISU Healthy Campus

Die International University Sports Federation (FISU) hat das Programm FISU Healthy Campus entwickelt, welches gezielt alle Aspekte des Wohlbefindens der Studierenden und der Campus-Gemeinschaft insgesamt verbessern möchte. Hauptziel des Programms «Gesunder Campus» sind:

- Entwicklung und Verbesserung der Gesundheit und des Wohlbefindens der Campus Gemeinschaft.
- Universitäten im Bereich des Wohlbefindens mit einem internationalen Label zu zertifizieren.
- Weltweiter Austausch der Best Practices von Universitäten in den sieben Healthy Campus Bereichen: Healthy Campus Management, Körperliche Aktivität und Sport Ernährung, Krankheitsprävention, psychische und soziale Gesundheit, Risikoverhalten, Umwelt, Nachhaltigkeit und soziale Verantwortung

Der Prozess für das Erwerben des FISU Healthy Campus Label wurde innerhalb (Jürg Kessler, Arno Arpagaus und Nicole Reifler Steiner) der FH Graubünden thematisiert und überprüft. Anschliessend ist man zum Entscheid gekommen, dass der Aufwand und die Kosten in keinem Verhältnis zum Nutzen für die Fachhochschule stehen. Aufgrund des fehlenden Nutzens und der Ressourcen hat man entschieden, dies nicht weiterzuverfolgen. Allenfalls gibt es angebrachtere Modelle/Auszeichnungen, welche die FH Graubünden zu diesem Themenbereich gegen aussen optimaler präsentieren könnten.

### ➤ Nordic-Challenge «Alle laufen lang»

Die FH Graubünden hat ihre Mitarbeitenden auch im 2022 zur Nordic-Challenge «Alle laufen lang» aufgerufen. Es wurde über die ganze Wintersaison November 2022 bis März 2023 Loipenkilometer gesammelt. Die Nordic-Challenge wurde von Graubünden Ferien organisiert und umgesetzt.

### ➤ Attraktives Langlauf-Mietmaterial

In Zusammenarbeit mit dem CUBE BIKE & Nordic Store Chur, profitierten die Mitarbeitenden der FH Graubünden auch letztes Jahr von attraktiven Mietausrüstungen.

### ➤ FHGR Mitarbeitenden Sommersporttag

Am 01. September 2022 haben sich 134 FH Graubünden Mitarbeitende in der Umgebung Chur getroffen, um einen sportlichen Nachmittag zu erleben. Es konnte aus den verschiedenen Workshops (Biken, Wandern, Klettern, Golf, Yoga und Seilpark) ausgewählt werden, um gemeinsam einen sportlichen Nachmittag zu erleben. Der Abend wurde mit einem feinen Nachtessen im Restaurant Marsöl in Chur abgerundet.

### ➤ FHGR Mitarbeitenden Wintersporttag

Beim traditionellen Wintersporttag am 15. Februar 2023 auf dem Churer Hausberg Brambrüesch musste auf Grund von Schneemangel, kurzfristig ein alternatives Programm für die rund 110 Mitarbeitenden organisiert werden. Das Nachtessen konnte danach aber trotzdem in der Bergbaiz Brambrüesch eingenommen werden.

➤ Sport Management SUMMIT 2023

Der 4. Sport Management Summit, welcher am 13. Mai 2023 in Landquart im Forum Ried stattgefunden hat, ist bereits Geschichte. Die geladenen Podiumsgäste, unter anderem Andy Schmid, Tim Braillard und Nevin Galmarini gewährten den rund 100 Teilnehmenden einen vertieften Einblick in die Tätigkeitsbereiche von Athleten, Medien- und Verbandsvertretern. Der Anlass welcher jeweils von der Abschlussklasse Sport Management BSP-19 organisiert wurde, war einmal mehr ein gelungener und erfolgreicher Anlass.



Abb. 5: Sport Management Summit 2023 Landquart

➤ Einführung für neue Mitarbeitende

Der FH Graubünden ist es ein Anliegen, seine Mitarbeitenden bei ihrer Gesundheit zu unterstützen und zu fördern. Gesunde und motivierte Mitarbeitende sind für eine Hochschule entscheidende Faktoren, welche zum Erfolg beitragen. Deshalb stösst auch der Einblick zum Hochschulsportprogramm bei der Einführung für neue Mitarbeitende, welcher viermal pro Jahr stattfindet auf hohes Interesse.



## Spitzensport und Studium

Die Vereinbarkeit von Spitzensport und Studium wird in Zukunft an Stellenwert gewinnen. Sei es im Bereich des Sports (Verbände) sowie für die Hochschulen. An den Olympischen Winterspielen in Beijing 2022 waren ein Drittel von den insgesamt 168 Athleten und Athletinnen der Schweizer Delegation an einer Universität/Hochschule eingeschrieben oder haben einen Hochschulabschluss.

Die FH Graubünden unterstützt die Studierenden und bietet Möglichkeiten das Studium inklusive hohen Praxisbezug in allen Studiengängen flexibel zu gestalten. Im Studienjahr 2022 – 2023 haben insgesamt 38 Studierenden den Status «Spitzensport und Studium» eingereicht und wahrgenommen. Die Bandbreite der einzelnen Disziplinen ist vielseitig.

- American Football
- Beachsoccer
- Beachvolleyball
- Bob
- Curling
- Eishockey
- Fussball
- Fussball
- Handball
- Rettungsschwimmen
- Ringen
- Schwimmen
- Skeleton Suisse
- Ski Alpin
- Ski Freestyle
- Streethockey
- Snowboardcross
- Ultimate Frisbee

- Kitefoiler
- Leichtathletik
- Radquer
- Unihockey
- Volleyball
- Wasserski

## Zahlen und Fakten

### Finanzen

#### FH Graubünden

- Sportabo-Gebühren pro Studienjahr für FHGR Studierende CHF 100.-
- Sportabo-Gebühren pro Studienjahr für FHGR Mitarbeitende CHF 100.-
- Sportabo-Gebühren pro Studienjahr für Alumni CHF 200.-

#### Pädagogische Hochschule Graubünden

- Sportabo-Gebühren pro Studienjahr für PHGR Studierende CHF 100.-
- Sportabo-Gebühren pro Studienjahr für PHGR Mitarbeitende CHF 100.-

#### Theologische Hochschule

- Sportabo-Gebühren pro Studienjahr für Studierende CHF 100.-

#### Thim van der Laan AG Physiotherapie

- Sportabo-Gebühren pro Studienjahr für Studierende CHF 100.-

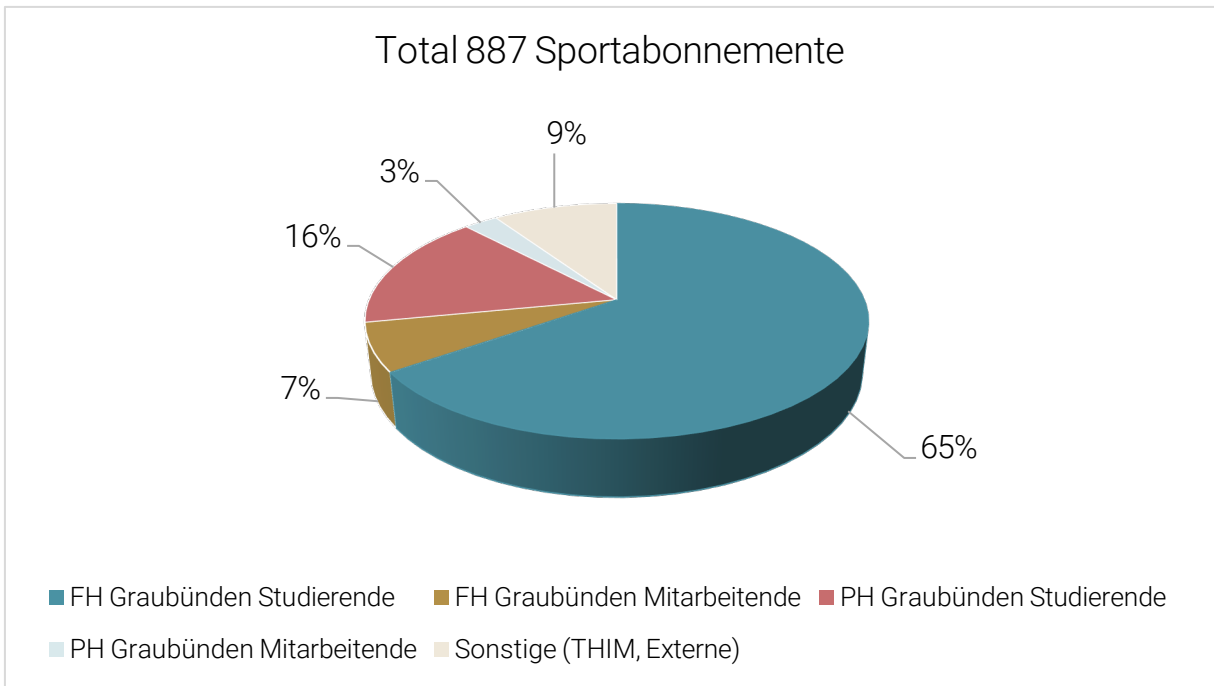
#### Studierende von Schweizer Hochschulen, die Mitglied

#### bei Swiss University Sports sind

- Sportabo-Gebühren pro Studienjahr für Studierende CHF 100.-

Die Kosten für ein FHGR-Sportabonnement beziehen sich auf ein Studienjahr mit Studienstart Mitte September (19.09.22 – 17.09.23).

Anzahl Sportabos – Studienjahr 2022/23:



Die Zahl der insgesamt verkauften Sportabonnemente sind im Vergleich zum Vorjahr um 289 Abonnemente gesunken, dies entspricht ca. 24 % weniger verkauften Abonnements wie im Vorjahr. Grund dafür war die kurzfristige Anpassung, der Kosten für das Sportabonnement auf CHF 100.- pro Benutzer. Bis Anfang Studienjahr 2022 - 2023 war das Sportabonnement für alle Beteiligten kostenlos.

Das sehr attraktive Kursangebot sowie das schweizweite Angebot vom Fitnesscenter puregym fand einen derartigen Anklang, dass die Kosten und Anmeldezahlen im letzten Jahr angestiegen waren.

Auch wenn die Massnahmen nicht immer auf gute Resonanz gestossen sind, konnten wir nach wie vor auf ein attraktives und vielfältiges Sportprogramm blicken. Für weniger als CHF 10 pro Monat können wir einen aktiven Beitrag für unsere Gesundheit leisten.

## Budget

Das Globalbudget des Hochschulsportes beträgt ca.

CHF 175'000.-

## **Dank**

Ein bewegendes Hochschulsport Jahr geht bereits wieder zu Ende. Es konnten auch in diesem Jahr einige Projekte lanciert werden. Der Kernauftrag des breiten attraktiven Sportangebots konnte aufrechterhalten werden. Wir bedanken uns bei allen Trainingsleitenden sowie Partnerorganisatoren, welche mit ihrem persönlichen Einsatz ein attraktives und unkompliziertes Sportangebot ermöglichen.

Für die FH Graubünden

Nicole Reifler Steiner  
Leiterin Hochschulsport FH Graubünden

Juni 2023