

zur Seite stand. So hat sie mir interessante Kurse empfohlen, mir weitergeholfen bei der Suche nach einer Unterkunft und mich in meiner Entscheidung, nach Finnland zu gehen, bestärkt.

Viel Hilfe habe ich auch vom International Office in Rosenheim bekommen, dass einem schnelle und gute Hilfe bieten kann. Durch den „Mobility Online“ Bewerbungsverlauf des International Office ist es einfach an alles zu denken, was noch zu tun ist. Er ist wie eine Checkliste aufgebaut, in der man alle seine Daten und Dokumente hoch lädt. Super praktisch und übersichtlich, gerade für Menschen wie mich, die sich mit Planung und Organisation schwertun.

Als Alternativen für ein Erasmus Auslandssemester hätten sich noch eine Universität in Tschechien und eine Universität in Österreich (Burgenland) angeboten. Unter diesen Wahlmöglichkeiten habe ich mich klar für Finnland entschieden, da ich in beiden der anderen Länder bereits schon war und nach einer ganz neuen Erfahrung gesucht habe, die weiter weg von zu Hause ist.

Finnland war vielleicht nicht das Land, das mir zuerst in den Sinn kam, als ich an ein Auslandssemester dachte, als ich jedoch mehr über das Land selbst und über die Jyväskylän University of Applied Sciences (JAMK) las, festigte sich meine Entscheidung dort für 4 Monate zu leben und zu studieren. Von Finnland wird gesagt, dass es das beste Bildungssystem in der Welt habe, so sollte dies perfekt für die berufliche Entwicklung sein. Darüber hinaus wurde JAMK 2013 mit dem „Erasmus Golden Award for Excellence“ ausgezeichnet. Finnland ist darüber hinaus ein einzigartiges Land mit seinen Gewohnheiten und seiner unberührten und unendlich weiten Natur. Alles in allem war Finnland schlussendlich meine erste Wahl und ich habe mich sehr über diese Zusage gefreut.

Auf der Internetseite <https://www.jamk.fi/en/JAMK-information/international/For-incoming-exchange-and-double-degree-students/> findet man alles Wichtige zum Thema Bewerbung an der Gasthochschule und das Kursangebot. Auch die angegebenen Ansprechpartner sind sehr nett und helfen gerne weiter.



> Application Periods and Process for Exchange and Double Degree Students

When and how to apply for an exchange or double degree period at JAMK

www.jamk.fi

Unterkunft

Es gibt mehrere Optionen für Unterkünfte in Jyväskylä, aber die günstigste Möglichkeit dort zu wohnen ist in den Appartements von KOAS (Studentenwohnheime). Dies war auch was Anna, die finnische Studentin, mir empfohlen hatte, da man dort für wenig Geld wohnen kann und leicht in Kontakt mit andere Austauschstudenten kommt. KOAS hat nur ein begrenztes Kontingent an Wohnheims Plätzen, deshalb sollte man sich, wenn man dort ein Zimmer möchte, möglichst bald dort bewerben (www.koas.fi)

KOAS bietet studentisches Wohnen und arrangiert Studentenwohnheime für alle Studenten in Jyväskylä. Austauschstudenten sind normalerweise in Roninmäki oder Myllyjärvi in möblierten Wohngemeinschaften untergebracht. Die Wohnheime sind einfach, aber relativ preiswert im Vergleich zum privaten Markt. Die Miete beinhaltet Strom, Wasser und Waschmaschinen.

Normalerweise hat jeder Student sein eigenes Zimmer und teilen sich Küche und ein Bad mit einem, zwei oder drei weiteren Mietern. Ich habe in Roninmäki gewohnt, in einer WG mit einer Französin und einer Deutschen und hätte es mir nicht besser vorstellen können. Man muss dazu sagen, dass die Häuser sehr alt sind und nicht den größten Luxus bieten, aber für die 4 Monate kann man es sich durchaus gemütlich machen. Auch sind die Apartments abgesehen von Bett, Schrank, Tisch Stuhl und Küchenecke sonst komplett leer. Das heißt man muss sich um Kochutensilien selbst kümmern. Was ich dahingehend empfehlen kann, sind die unendlich vielen Second-Hand-Shops die es in Jyväskylä gibt. Da in Finnland keine Weg-Werf-Kultur besteht lassen sich dort auch schöne Sachen für kleines Geld finden. Internet über Kabel ist inklusive (Kabel nicht), für WLAN muss man sich einen Router kaufen (ca. 25€).

Was durchaus Luxus bietet ist, dass fast jedes einzelne Wohnheim seine eigene Sauna besitzt und auch ein klitzekleiner See (Myllyjärvi) in ein paar Gehminuten liegt. Die Saunas haben getrennte Zeiten für Frauen und Männer. Die beste Sauna befindet sich auf der obersten Etage des Myllyjärvi B-Gebäudes, die eine tolle Aussicht bietet, während man sich auf dem Balkon abkühlen kann.

Die Appartements in Myllyjärvi verfügen über einen Gemeinschaftsraum, den ich empfehlen kann für gemeinsame „international dinners“, singstar-partys oder gemütliche Spiele-Abende. Offiziell ist es erlaubt, den Raum bis zehn Uhr abends zu benutzen, aber je nach Lärm und wie sauber man den Raum hinterlässt ist es meist kein Problem, wenn man bis in die Nacht dortbleibt. Roninmäki hat zwei Gemeinschaftsräume, die aber meist geschlossen sind und auch lange nicht so schön sind, wie die in Myllyjärvi.



Barbecue Platz



Wohnheims-Küche



Zimmer

Einmal den Berg hinunter ist man in 8 Minuten bei Lidl oder Prisma einem riesengroßen Einkaufszentrum. Sowohl in Roninmäki als auch in Myllyjärvi gibt es einen Barbecue-Platz mit einem Grill, an dem an sonnigen Abenden viele Austauschstudenten zusammensitzen und man immer in Kontakt mit anderen Studenten aus aller Welt kommt. Finnische Studenten findet man dort leider kaum.

Für ein Zimmer kann man sich einfach über die KOAS Website anmelden, aber es gibt keine Möglichkeit zu entscheiden, wie viele Mitbewohner man möchte oder in welcher Wohnung man leben möchten. Es gibt jedoch während der Anmeldung die Möglichkeit eine/n Wunschmitbewohner/in bei der Bewerbung namentlich mit anzugeben. Dies hat in den meisten Fällen auch funktioniert. Die Miete in einer KOAS Wohnung kostet zwischen 210€ und 300€.

Studium an der Gasthochschule

- Einschreibung, Belegung von Lehrveranstaltungen, empfehlenswerte bzw. nicht zu empfehlende Lehrveranstaltungen, Bibliothek / EDV Anlagen / Mensa, Sport und andere Freizeitangebote

Einschreibung

Noch in der Einführungswoche treffen sich alle Austauschstudenten mit dem zuständigen Koordinator der jeweiligen Fakultät. Für die School of Health and Social Services war dies Armi Hirvonen. Wir saßen alle in einem Computerraum zusammen und haben uns Schritt für Schritt gemeinsam für die jeweiligen Kurse, die man auf seinem Learning Agreement aufgelistet hat, eingeschrieben. Für Fragen oder Kursüberschneidungen hat uns Armi weitergeholfen und teilweise individuell auch andere Kurse empfohlen. Da sich bei mir viele Kurse überschneiden haben, war ich sehr dankbar für Ihre Hilfe und konnte noch andere sehr interessante Kurse dazu nehmen, auf die ich alleine nicht gestoßen wäre. Dieses offizielle Treffen war auch eine gute Möglichkeit um andere Austauschstudenten der eigenen Fakultät kenn zu lernen und schon herauszufinden, mit wem man welche Kurse zusammen besucht.

Belegung von Lehrveranstaltungen

Zuerst hatte ich 31 ECTS Punkte für meinen Auslandsaufenthalt belegt. Da sich jedoch viele Kurse überschneiden haben und ich eigentlich nur 18 ECTS Punkte für meine Module in Rosenheim einbringen kann, habe ich meine Kurswahl auf meinem Learning Agreement, innerhalb der ersten

Wochen, auf 21ECTS reduziert. Teilweise habe ich auch die erste Lehrveranstaltung von einem Kurs besucht und mich anschließend entschlossen diesen Kurs nicht zu machen, oder mich in andere Kurse gesetzt und diese nachträglich noch meinem Learning Agreement hinzugefügt. Als Exchange Student hat man eine längere Frist, bis man seine Kurse schlussendlich festlegen muss und kann noch relativ lange Änderungen vornehmen. Insgesamt kann man sagen, dass es dahingehend sehr unkompliziert ist und selten nicht alles versucht wird, um die Kurswahl bestmöglich für einen selbst zu gestalten. Hilfe ist immer und ausreichend geboten. Man kann sowohl Kurse von seiner eigenen Fakultät (School of Health and Social Services) als auch Kurse anderer Fakultäten belegen. So kann man aus folgenden Fakultäten noch Kurse belegen: School of Business, School of Technology, und außerdem gibt es noch ein umfassendes Angebot an Sprachkursen.

Wichtig ist es sich schon vor seinem Auslandsaufenthalt um die Anrechnung von Kompetenzen schlau zu machen. Hierfür habe ich mich mit Frau Ittlinger und Hrn. Ott getroffen, da ich mir Module aus Finnland für deren Module in Rosenheim anrechnen lassen wollte. Nach dem Gespräch mit beiden, dass überraschenderweise sehr positiv ausgefallen ist bezüglich der Umsetzung meiner Pläne, habe ich eine „Voranfrage: Anrechnung von Kompetenzen“ an die Prüfungskommission gestellt. Da diese genehmigt wurde, war es schon gesichert, dass mir diese Kurse nach meinem Auslandsaufenthalt angerechnet werden.

Empfehlenswerte bzw. nicht zu empfehlende Lehrveranstaltungen

Folgende Kurse habe ich belegt:

- **Multicultural Work (3ECTS)**

Sehr zu empfehlen

Man besucht viele Einrichtungen und lernt Menschen aus ganz unterschiedlichen Kulturen kennen. Auch interessant war es den Einwanderungsprozess in Finnland kennen zu lernen und welche Möglichkeiten und Hilfen man als Einwanderer bekommt. Auch geht es hier viel darum seine eigenen Werte und Einstellungen kennen zu lernen und zu reflektieren

- **Music and physical activities (5ECTS)** (Aufgeteilt in “elderly people” und “children”)

Sehr zu empfehlen

Ich selbst war im Kurs mit angehenden Kindergärtnern. Wir hatten anfangs Musik Unterricht, in dem wir finnische Kinderlieder gelernt haben und musikalische Spiele an die Hand bekommen haben. Bei Maia (Physiotherapeutin), die für den physischen Aspekt zuständig



Multicultural Work at Multicultural Center
“Gloria”

war, haben wir im Anschluss ganz viele verschiedene Spiele kennen gelernt, wie wir den Kindern in den verschiedenen Altersklassen Freude an Bewegung näherbringen können. Auch wurde in diesem Kurs viel diskutiert, welche Hintergedanken bei den Spielen umgesetzt werden. Reflexion wurde hier sehr groß geschrieben, wie ich es auch von der FH Rosenheim gewohnt war.

Innerhalb des Kurses darf man 4 mal in einen selbst gewählten Kindergarten gehen und hier für die Kinder eine Gruppenstunde gestalten die musikalische und physische Aspekte beinhalten soll.

- **Adapted physical education (3ECTS)**

Physiotherapie – Empfehlenswert

Leider habe ich nur eine Lehrveranstaltung besuchen können, da der Kurs schon fast zu Ende war als ich in Finnland ankam. In dieser Stunde durften wir Behinderten Sport am eigenen Leib erfahren und Möglichkeiten und Grenzen für körperlich behinderte Menschen aufgezeigt bekommen. In diesem Modul geht es um Gruppentherapie in ganz unterschiedlichen Settings und Einrichtungen – sehr spannend.

- **Leadership Skills and Quality Assurance (5ECTS)**

Online Kurs, empfehlenswert

Ich war anfangs etwas skeptisch bezüglich des Online-Kurses, da ich prinzipiell lieber in Präsenz-Vorlesungen gehe, aber dieser Kurs hat mich positiv überrascht. Es geht viel darum, wie man ein guter Teamführer sein kann. Welche Qualitäten man haben muss und wie man mit Konflikten gut umgehen kann. Ich denke ich habe hier sehr viel für mich selbst herausnehmen können und bin nun in Gruppenarbeiten besser geschult und kann das Gelernte gut umsetzen.

- **ICT Skills (3ECTS)**

Nicht zu empfehlen

Nur EDV Kenntnisse, sehr trockener Unterricht

- **Supporting Human Growth, Development and Learning (5ECTS)**

Interessanter Kurs, jedoch sehr hoher Arbeitsaufwand

Man lernt über die Eigenheiten der verschiedenen Altersklassen und wie man im Umgang mit den Einzelnen auf gewisse Dinge achten muss und wissen muss. An sich sehr interessanter Lernstoff, aber es ist viel Arbeit, da viel des Unterrichtsstoffs von den Studenten selbst gehalten wird und hier ausführliche Recherche verlangt wird.



Adapted physical education

- **Entrepreneurship (3ECTS)**

Nicht empfehlenswert

Dieser Kurs besteht nur aus Referaten und Gruppenarbeiten der Studenten. Wenn man Vorerfahrung im Business-Kontext hat, kann man vermutlich mehr aus diesem Kurs mitnehmen, wie als gänzlich Unerfahrener. Auch die anderen Studenten haben sich schwergetan, da es schon ab der ersten Stunde sehr fachspezifisch war. Es erfordert viel Eigenarbeit um sich in das Thema einzuarbeiten und die Materie zu verstehen. Man wurde ab der ersten Stunde in Gruppen eingeteilt und musste sich ein Event überlegen, das man veranstalten will und dies auch wirklich in die Tat umsetzen – hier waren sehr lustige und interessante Aktionen geboten. Dieser Kurs ist vom Nursing Studiengang im 1. Semester.

- **Empowering Creativity (5ECTS)**

Sehr zu empfehlen, mein Lieblingskurs

In diesem Kurs geht es viel darum sich selbst und seine Kreativität und Ausdrucksfähigkeit kennen zu lernen. Weg von dem Alltagsstress und allem was einen belastet kann man hier in kleiner und vertrauter Runde sehr viel vor allem für sich selbst lernen. Maija (Tanzlehrerin) ist eine sehr herzerwärmende Persönlichkeit die anderen Personen sehr wertschätzt und einem das Gefühl gibt „richtig“ zu sein, was ein sehr bewegendes Gefühl ist. Ihren Kurs gestaltet sie sehr abwechslungsreich mit viel Bewegung, Musik, Reflexion und der Möglichkeit sich selbst ein Stück weit näher kennen zu lernen.

Bibliothek

Die Bibliothek bietet einen angenehmen Raum zum Lernen oder zum Drucken, da man ein gewisses Kontingent an kostenlosem Kopieren zur Verfügung gestellt bekommt. Es gibt viel Literatur, auch einiges in Englisch, jedoch sehr wenig speziell für Physiotherapeuten. Es lohnt sich jedoch dort mal durch die Reihen zu schauen. Im Dynamo Campus, in dem auch die meisten Lehrveranstaltungen des Studiengangs für Physiotherapie gelehrt werden, finden sich mehr Exemplare und eine breitere Vielfalt.

Mensa

Mit seinem Studentenausweis kann man in ganz Finnland in den Studentenrestaurants für verbilligte Preise essen gehen (Auf jeden Fall empfehlenswert, wenn man Helsinki besucht). In Jyväskylä gibt es viele Möglichkeiten um verbilligtes Essen zu bekommen. In allen Campus Plätzen gibt es eine Mensa,



Bibliothek



Mensa Hauptcampus

es sind aber auch Restaurants in der Stadt, die teilweise nur über die Mittagszeit, teilweise länger Essen für Studenten anbieten. Ich persönlich war immer gerne im Fiilou einem Restaurant neben dem Dynamo Campus, das studentisches Essen von 14-16 Uhr angeboten hat. Auch Aimo bietet vor- und nachmittags sehr frisches und leckeres Essen an (auch Nähe Dynamo Campus). Zur Mena im Hauptcampus (Rajakatu) ist zu sagen, dass es oft das gleiche gibt und auch es auch geschmacklich nicht mit den anderen Campi mithalten kann. Ein Essen kostet 2,60€ und beinhaltet ein Glas Wasser, ein Glas Malzbier/Milch/Saft, Salat, ein Hauptgericht und Brot das man sich selbst wahlweise mit Butter oder Frischkäse schmieren kann. Man kann sich so viel nehmen wie man möchte, da nicht nach Gewicht abgerechnet wird. Die einzige Limitierung ist quasi der Tellerrand 😊 Eine Übersicht über alle studentischen Restaurants findet man hier:

<https://oppimateriaalit.jamk.fi/jamkoguide/navigating-jamk-uas/student-meals/>

Wen man lieber sein eigenes Essen mitnehmen möchte, gibt es im Hauptcampus (Rajakatu) auch eine Mikrowelle.

Sport und andere Freizeitangebote

Was Sport angeht ist man in Jyväskylä quasi am „place to be“ in Finnland, da dort an der Universität die einzige Möglichkeit für finnische Studentin ist „Physical Education“ zu studieren, also Sportlehrer. Daher sind die Möglichkeiten sehr groß. Die Universität und die JAMK bieten gemeinsam für Studenten ein umfangreiches Sportangebot (Academic Sports) an. Von Mannschaftssport, Einzelsport bis Fitnesskursen ist alles geboten. Um dieses Angebot nutzen zu dürfen muss man einen „Sport Sticker“ kaufen. Dieser kostet im Semester ca. 35€ und ist das Geld absolut wert. Hier habe ich auch die Möglichkeit gefunden mit finnischen Studenten in Kontakt zu kommen und habe dort enge Freundschaften schließen können.

Ich selbst hatte nicht viele Präsenzzeiten an der Uni, weshalb ich meine Vormittage und frühen Nachmittage meist beim Unisport verbracht habe. Dort war ich im Basketball, Volleyball und bei den ein oder anderen Gruppen-Fitnesskursen. Sonntags abends war ich mit meiner Mitbewohnerin immer im Yoga.

Da ich mir gleich zu Anfang des Semesters ein Fahrrad gekauft hatte (60€), war ich auch viel mit dem Fahrrad unterwegs, was sehr zu empfehlen ist. Es gibt auch Möglichkeiten sich Fahrräder für ein Semester zu mieten. Der Preis hierfür liegt in etwa bei 80€. Die vielen Seen in und um Jyväskylä bieten traumhafte Fahrrad-Routen. Auch JAMKO, die Studenten Organisation der JAMK University



Kleiner See in der Nähe des Wohnheims



Academic Sports – Group Fitness

bietet viele Freizeit Möglichkeiten. Es lohnt sich hier in Facebook immer „up to date“ zu bleiben. Auch ESN bietet hier interessante Events und Trips.

Alltag und Freizeit

- Kontaktmöglichkeiten innerhalb der Hochschule / außerhalb der Hochschule
- Was man gesehen und getan haben sollte am Ort / außerhalb der Hochschule

Als ich in Finnland angekommen bin hat mich Timo mein Tutor vom Bahnhof abgeholt und ist mit mir erst zum Einkaufen gefahren und hat mich anschließend in meine Unterkunft gebracht. Das hat mir meinen Start in Finnland wirklich sehr viel einfacher gemacht.

Im Wohnheim angekommen, lernt man sehr schnell Leute kennen, zuerst natürlich seine Mitbewohner, und anschließend noch ganz viele weitere, da man nur mit Austauschstudenten zusammenwohnt, die meist auch froh sind neue Leute kennen zu lernen ☺ Jeder hatte sich über etwas Anderes schon schlaue gemacht und so konnten wir uns gut austauschen, welchen Bus wir nehmen müssen, wo das KOAS Office (studentisches Wohnen) zu finden ist und wo man den billigsten Handy Vertrag bekommt.

Ich hatte nur einen Internet Vertrag bei DNA, den ich monatlich aufgeladen habe (Unlimitiertes Internet für 16€/Monat), da dieser als Präsent dabei war, sobald man sich als ESN Mitglied während der Einführungswoche angemeldet hat. Internet zu haben war sehr hilfreich, sei es um Google Maps zu nutzen, um sich zurecht zu finden oder um über WhatsApp die Abende zu mit anderen Studenten zu planen.

Auch kann man über Apps schauen welcher Bus als nächstes nach Hause fährt oder seine Waschmaschine im KOAS Wohnheim buchen, wenn der Kleiderschrank mal wieder immer und immer leerer wird.

Da ein Auslandssemester meiner Meinung auch zu Reisen und neue Länder kennen lernen genutzt werden sollte, berichte ich hier gern ein bisschen über die Ausflüge die ich während meines Aufenthalts in Finnland gemacht habe und jedem absolut ans Herz lege:

Jyväskylä

Innerhalb von Jyväskylä gibt es viele Möglichkeiten seine Freizeit zu verbringen. Von gemeinsamen Fahrrad-Touren um wunderschöne Seenlandschaft bis hin zum Kanu fahren kann man sich gerade sportlich absolut austoben. Ausgenommen im Winter gibt es Inseln auf denen man kostenlos in die Sauna gehen kann und, sofern man sein eigenes Fleisch mitnimmt, auch grillen kann. Holz und alles



KOAS Wohnheim Crew



Natur pur rund um Jyväskylä



Kanu fahren

was man braucht wird kostenfrei bereitgestellt.

Was ich wärmsten ans Herz legen kann ist, sich ein Auto zu mieten und in die unzähligen Nationalparks zu fahren. Jeder ist etwas anders und bietet eine atemberaubende Erfahrung. Man befindet sich mitten im Nirgendwo und hört meist keinen Mux. Es gibt Feuerstellen, an denen alles bereitgestellt ist, um ein Lagerfeuer zu machen. Auch bietet sich die Möglichkeit, in den überdachten Hütten zu übernachten.

Die schönste und entspannteste Zeit in Finnland habe ich dort mit meinen engsten Freunden, teilweise auch nur zu zwei verbracht. In der Eiseskälte von Finnland an einem warmen Lagerfeuer und Zimtrollen, die man im Feuer wärmt. Kurz vor der Weihnachtszeit standen wir zusammen ums Feuer und haben gemeinsam internationale Weihnachtslieder gesungen. Es ist atemberaubend wie viele Sterne man dort sieht, wenn man in den Himmel schaut und wie angenehm völlige Stille sein kann.

Finnland

Wenn ich über Finnland nachdenke, kommen mir zwei Dinge in den Sinn: Helsinki und Natur. Ich würde empfehlen, beide zu entdecken. Helsinki ist die lebendige Hauptstadt von Finnland und es ist definitiv ein schöner Ort für einen kurzen Besuch. Helsinki ist ziemlich klein im Vergleich zu anderen Hauptstädten in Europa, so dass man alles in etwa ein oder zwei Tagen gesehen hat. Ich würde empfehlen, die Suomenlinna Insel zu besuchen, die nur 15 Minuten außerhalb der Stadt mit der Fähre liegt (6€ für eine Hin- und Rückfahrt). Von der Insel hat man einen schönen Blick auf die Skyline der Stadt, die umliegenden Inseln und das Meer. Außerdem gibt es Museen und eine Seefestung, die auf der UNESCO-Weltkulturerbe-Liste steht. Ich würde empfehlen, Suomenlinna um den Sonnenuntergang herum zu besuchen. Der Frieden und die Aussicht sind einfach atemberaubend. Finnen fliehen aus ihrem Alltag in Hütten auf dem Lande. In Finnland gibt es über 200.000 Seen, mit vielen kleinen Inseln. Für die echte finnische Erfahrung sollte man wenigstens einmal ein typisches hölzernes Häuschen mit Sauna mieten. Airbnb ist eine nette Plattform, die große Chancen bietet, z.B. Vermietung einer Seenvilla für zwölf Personen für nur 80,- € pro Nacht. Es gibt keine bessere und keine billigere echte finnische Erfahrung als diese. Finnland hat kaum Städte, wie wir sie kennen; Die meisten von ihnen haben etwa die Größe von Rosenheim oder sind sogar noch kleiner. Turku, Oulu und Tampere sind die am häufigsten besuchten Städte außer Jyväskylä. Persönlich kann ich aber Finnland eher zum Entdecken der Natur empfehlen als für Städte-Trips. Nach Helsinki kann man am günstig mit Onnibus (ab 7€) reisen - dieser fährt auch in andere Städte, wenn man nach einer preiswerten Alternative zum Zug sucht.



Nationalpark



Nationalpark



Holz hacken im Nationalpark

Lapland

Jedes Jahr gibt es ein paar organisierte Ausflüge nach Lapland. Persönlich habe ich an der ESN Lapland Reise teilgenommen. Lapland ist etwas, was man auf jeden Fall gesehen haben muss! Die Reise war ein atemberaubendes und unvergessliches Erlebnis.

Die erste Station auf der Lappland-Reise war Rovaniemi: Santa Claus Village. Ja, es stimmt, der ein und einzige Weihnachtsmann lebt in Finnland direkt am Rand des Polarkreises. In diesem kleinen touristischen Dorf kann man gerade um die Weihnachtszeit die perfekten Souvenirs bekommen, einen Stempel von Santa in seinen Pass bekommen, köstliche Snacks genießen und natürlich den echten Weihnachtsmann persönlich treffen. Nach dem Treffen mit Santa Claus fuhren wir in unsere Unterkunft in Vasatokka, mitten im Nirgendwo. Während der Reise kann man alle möglichen Aktivitäten erledigen, die man separat kostenpflichtig buchen muss. Aktivitäten sind z.B.: Artic Skills (Langlaufen, Eisfischen und Quinzee bauen), Schneemobil-Safari, Schneeschuh Wanderung mit Geo-Caching und Barbecue oder Huski-Safari und Rentier-Farm. Jeder darf nach Norwegen, reisen, dies ist im Preis mit einbegriffen. Bugøynes ist ein kleines Dorf am Rande des Arktischen Ozeans und ist berühmt für seine Königskrabbe. Man kann in einem lokalen Restaurant etwas über die Geschichte Bugøynes erfahren und wird mit köstlicher hausgemachten Fischsuppe begrüßt. Anschließend gibt es die Möglichkeit, das Dorf zu entdecken und außerdem die Möglichkeit, am Strand in die Sauna zu gehen und anschließend in den Arktischen Ozean zu springen, um sich abzukühlen. Letzteres ist eine unglaubliche Erfahrung. Die Wassertemperatur im Dezember ist etwa -7°C , aber aufgrund der hohen Menge an Salz und Mineralien friert das Wasser nicht. (Vasatokka bietet auch Saunieren mit der Möglichkeit, anschließend in ein Eisloch zu springen, um sich abzukühlen) Am nächsten Tag trifft man die Sami - die Ureinwohner von Finnland. Sami-Leute sind unglaublich stolz auf ihr Erbe und leben traditionell mit den Bequemlichkeiten der modernen Technik. Die Sami zeigen einem ihre Rentierfarm, erzählt von ihrer Geschichte und Zukunft man singt zusammen bei einer Tasse Tee traditionelle Lieder. Das Highlight ist, dass man auch die Rentiere füttern darf und anschließend eine Runde Rentier-Schlitten fährt.

Bevor es zurück nach Jyväskylä geht, kann man noch einen Husky Safari machen: ein Muss! Das ist wirklich atemberaubend schön aber auch unglaublich kalt ... Diese Erfahrung war genauso unvergesslich, wie die als ich die Nordlichter sehen konnte. Lapland ist ein großartiger Ort, um sie zu sehen und ich bin für immer dankbar, dass ich die Möglichkeit dazu hatte. Alles in allem ist die gesamte Lappland Reise atemberaubend, einzigartig und einfach unvergesslich.



Rentier Farm



Husky Safari



Polarlichter in Lapland

Tallinn (Estland) & Riga (Lettland)

Zwischen meiner Ankunft in Finnland und dem Beginn der Uni bin ich nach Tallinn und Riga gereist. Ich würde jedem empfehlen, ein paar Wochen im Voraus nach Finnland zu kommen, um in der Lage zu sein, schon Freunde zu finden und mit ihnen zusammen zu reisen. Tallinn und Riga sind beides historische Städte, die hervorragend zu Fuß zu erkunden sind. Tallinn ist eine sehr gepflegte mittelalterliche Stadt, in der Geschichte mit modernem Tourismus verbunden. Es ist ein schöner Ort mit vielen niedlichen und versteckten Cafés, Bars und Restaurants.

Von Helsinki nach Tallinn sind wir mit dem Schnellboot gefahren, das etwa eineinhalb Stunden dauert und nicht einmal zwanzig Euro für hin und zurück kostet. Zwischen Tallinn und Riga reisten wir mit dem Bus, der etwa viereinhalb Stunden dauert (etwa 30€). Glücklicherweise sind Tallinn und Riga relativ billige Länder, vor allem im Vergleich zu Finnland, so macht dies eine wirklich günstige Reise. Riga ist, wie Tallinn, auch eine historische Stadt, ist aber ein wenig moderner. In beiden Städten hat man die Möglichkeit kostenlose Stadtrundführungen zu machen. Im Sommer kommt Riga vor allem in der Nacht zum Leben. Es gibt viele Cafés und Restaurants mit Terrassen und an jeder Ecke findet man Live-Musik. Riga ist eine wirklich lebendige Stadt und hat eine tolle Atmosphäre. Ich würde empfehlen, beide Städte in einem gemeinsamen Trip zu besuchen.

Stockholm

Während der Herbstpause bin ich für eine Woche nach Stockholm geflogen. Stockholm ist eine absolut schöne und interessante Stadt. Es war toll im Herbst, aber ich wette, im Sommer ist es noch schöner. Stockholm bietet viele kulturelle Aktivitäten und interessante Orte. Ich war zum Beispiel im WASA-Museum. Dieses Museum ist aus einem alten Schiff gebaut, das seit 333 Jahren im Hafen von Stockholm unter Wasser lag. Im Museum sieht man das Schiff mit 98% seiner Originalteile. Faszinierend zu sehen und man fühlt sich ein wenig wie ein Pirat in der Karibik. Was ich sehr ans Herz legen kann ist die Möglichkeit, sich ein Stadt-Rad in Stockholm für € 16,- für drei Tage zu mieten. Radfahren durch Stockholm hat so viel Spaß gemacht und man konnte viele verschiedene Eindrücke der Stadt gewinnen. Die vielen verschiedenen Stadtteile haben alle ihren eigenen Charme. Reisetipp: Besorge dir am besten die Karte der Sightseeing-Bus-Tour und mache die Tour mit dem Fahrrad. So kann man alle Highlights sehen und auch aktiv sein. Stockholm ist relativ teuer, aber mit Airbnb und Tripadvisor für Unterkunft und Essen findet man eine gute Möglichkeit, um etwas Geld zu sparen. Stockholm war jeden Cent wert, vor allem auch wegen der köstlichen schwedischen Zimtschnecken!



Tallinn Altstadt



Brücke über die Daugava (Riga)



Stockholm Altstadt

Öffentliche Verkehrsmittel/Transportation

Die öffentliche Anbindung in Jyväskylä ist hervorragend. Es gibt eine Bushaltestelle in fußläufiger Entfernung von maximal fünf Minuten von allen KOAS Wohnungen ein Bus fährt von dort direkt zur Universität (20 Minuten). Alle Busse halten in der Innenstadt (Keskusta), die ca. 15 Minuten entfernt mit dem Bus liegt. Bei Eiseskälte oder Regen bietet sich das Bus fahren an. Jyväskylä ist ziemlich kompakt, so dass ein Fahrrad auch eine attraktive Möglichkeit ist. Mit dem Fahrrad ist man überall in maximal 25 Minuten und die flache Landschaft bietet sich zum Fahrrad fahren an.

Als ich nach Finnland mit meinem vielen Gepäck angekommen bin, habe ich den Zug von Helsinki nach Jyväskylä genommen. Der Transport mit dem Zug ist zuverlässig und komfortabel. Im Laufe meines Aufenthalts bin ich jedoch aufgrund billigerer Preise für weite Strecken nur noch Bus (Onnibus) gefahren und innerhalb von Jyväskylä mit dem Fahrrad gefahren. Zur Stadtmitte oder zur Uni ist Bus fahren ziemlich komfortabel, aber für andere Orte dauert es mit dem Bus innerhalb von Jyväskylä recht lange, da man immer erst zum Stadtzentrum fahren muss, um dort umzusteigen.

Fazit

z.B. beste und schlechteste Erfahrung / Sonstiges

Beste Erfahrung

- Zahlreichen Ausflüge, vor allem der Trip nach Lappland
- Die vielen neuen Freundschaften die ich schließen konnte, mit Menschen rund um den Globus

Schlechteste Erfahrung

- Frustrierende Kursbelegung am Anfang meines Aufenthalts, da kaum Physiotherapie Kurse angeboten wurden
- Lebenshaltungskosten

Da ich eh schon viel von meiner Erfahrung erzählt habe, bleibt nur noch eins zu sagen: Ich würde jedem empfehlen, ein Auslandssemester in Finnland zu machen. Es ist eine erstaunliche, anspruchsvolle, schöne und lebensverändernde Erfahrung!



Fahrradtouren



Bootstour in und um Jyväskylä