

Erfahrungsbericht Trondheim (Norwegen) WiSe25/26

Eva T.

Ich habe im WiSe 25/26 (bzw. Autumn term 2025) ein Auslandssemester an der NTNU in Trondheim verbracht und war dabei sehr glücklich. Die fünf Monate waren wahnsinnig intensiv und positiv und ich habe das Gefühl in Trondheim ein zweites zu Hause gefunden zu haben. In diesem Erwartungsbericht werde ich versuchen, nicht zwangsläufig die gleichen Punkte zu nennen wie in den Berichten der vergangenen Jahre. Ich hatte diese in der Vorbereitung gründlich durchgelesen und als hilfreich und (im Rückblick) wahrheitsgemäß empfunden.

Vorbereitung

Die Vorbereitung war entspannt. Man muss zwar an viel denken, aber die einzelnen ToDos kommen nach und nach und nicht alle auf einmal. Die Infos kommen alle per E-Mail und sind detaillierter, als ich hier schreiben kann und möchte. Ihr schafft das auf jeden Fall!



Unterkunft

Ich habe keine Unterkunft über SiT bekommen. Man erhält ein paar Wochen vor Beginn des Auslandsaufenthalts eine E-Mail mit persönlicher Anmelde Nummer, sowie dem Zeitpunkt, an dem die Anmeldung startet und muss dann schnell sein. Ich habe die besagte Mail abends bekommen, als mein Laptop schon aus war; die Anmeldung sollte am Folgemorgen um 9 Uhr sein. Ich hatte meinen Laptop aber leider erst um 10 Uhr angemacht und zu dem Zeitpunkt war schon alles vergeben.

Also habe ich ca. 1,5 Monate vor dem Start des Semesters auf dem privaten Markt über Hybe1

(das norwegische WG-gesucht) geschaut. Das war auch nicht so einfach, weil im Herbstsemester viel Nachfrage und wenig Angebot herrscht, während im Frühlingsemester wenig Studierende nach Trondheim kommen und somit viel Angebot bei wenig Nachfrage ist. Das führt dazu, dass sowohl private WGs und Wohnungen, als auch die privaten Studierendenwohnheime oft für halbjährige Mietverträge im Herbst doppelte Miete verlangen, damit sie keinen Verlust machen wenn das Zimmer dann im Sommer leer steht.

Ich hatte letzten Endes aber Glück und bin in einer privaten Zweier-WG im Erdgeschoss eines allein lebenden Rentners in Nidarvoll untergekommen. Das war ein Glücksgriff, weil das Zimmer und die Küche voll möbliert waren und neben Bettwäsche und Handtüchern sogar das Waschmittel gestellt wurde. Ich durfte sogar das Klavier im 1. Stock mitverwenden, wenn der Vermieter nicht da war :). Ich habe für die Miete (inklusive allem) 6000NOK gezahlt, umgerechnet ca 510€. Das war vergleichbar mit den Studierendenwohnheimpreisen und meiner Miete in Bonn.

Falls man Möbel, Bettwäsche, Geschirr, was-auch-immer braucht empfiehlt sich der ReStore in Moholt. Dort kann man durchgehen und alles, was man braucht kostenlos mitnehmen. Ich hatte leider zu spät begriffen, dass man dafür über Facebook Termine buchen musste. Darum also frühzeitig kümmern. Ansonsten kann man bei Finn schauen (das Kleinanzeigen-Äquivalent), oder sich bei Ikea eindecken und die Sachen nach dem Semester gegen In-Store-Credit zurückgeben.

Kurze Bemerkung zu Facebook - das ist tatsächlich super weit verbreitet und relevant für das studentische Leben in Trondheim. Viele In-

fos zu Sportkursen, Gruppen und z.T. sogar Uni-Kursen laufen über Facebook oder Instagram (und im Privaten auch Snapchat). Ich habe mich geweigert einen Account bei Meta anzulegen und bin trotzdem zurechtgekommen. Mein Leben war auch so voll und schön genug. Ich glaube aber auch, dass ich viele Infos verpasst habe.

Während des Aufenthalts

Anreise

Ich bin aus Bonn mit dem Zug nach Trondheim hochgefahren; Fliegen möchte ich aus Umweltgründen nicht. Das waren 32h Fahrt, die ich in einen Reisetag in meinem Interrail-Pass stopfen konnte. Das war nicht zuletzt wegen Verspätungen und Ausfällen wahnsinnig anstrengend, aber machbar. Ich bin am Ende des Aufenthalts für Weihnachten wieder mit dem Zug nach Deutschland runter und eine Woche später auch wieder hoch, um Silvester in Trondheim zu verbringen. Der Knackpunkt sind die deutschen Bahnen. Im skandinavischen Teil der Reise gab es zwar auch z.T. leichte Verspätungen, aber die Züge fahren deutlich zuverlässiger als in Deutschland. (Ist aber auch ein unfairer Vergleich, weil es einfach weniger Züge und große Städte gibt, als in NRW.) An Gepäck hatte ich nur meinen prall gefüllten Wanderrucksack hinten, und meinen Tagesrucksack mit Wertsachen vorne dabei. Meine Eltern haben mir noch ein 10kg Paket mit Klamotten und Outdoor-Ausrüstung nachgeschickt; das hat bei der DHL knapp unter 40€ gekostet. Da Norwegen nicht zur EU gehört, muss eine Zollangabe gemacht werden. Wie das funktioniert erklärt die Post aber ganz gut.

Studium an der NTNU

Wie auch viele andere Erfahrungsberichte vor mir beschreiben, ist das Niveau an der NTNU drastisch niedriger verglichen zu Bonn. Fast alle Internationals, die ich kennengelernt habe, bestätigen diesen Trend, unabhängig von Fach und Heimatuni. Generell scheinen skandinavische Bildungsinstitutionen die Lebensqualität der Lernenden über den fachlichen Ehrgeiz zu priorisieren. Das finde ich zwar grundsätzlich gut, gleichzeitig verliert Norwegen dadurch viel seiner Anziehungskraft für mich. Der Staat steckt so viel Geld in Infrastruktur und Bildung, trotzdem

hatten $\frac{1}{3}$ des Biomechanics-Kurses keine Vektorrechnung in der Schule gelernt und das hat somit die ersten 1,5 Vorlesungswochen in diesem MASTERkurs beansprucht. Die Klausuren sind grundsätzlich auf 4 Stunden angesetzt, damit man keinen Zeitdruck bei der Bearbeitung hat (was ich deutlich sinnvoller finde als das Bonner Bulimie-Konzept). Zugleich habe ich keine gut gestellte Klausur erlebt und ähnliches von Kommiliton*innen mitbekommen. Entweder waren sie viel zu einfach („Gegeben die Masse m und die Beschleunigung a , berechnen Sie bitte mithilfe des 2. Newtonschen Axioms ($F=ma$) die entstehende Kraft.“), oder sie hatten wenig mit den in der Vorlesung behandelten Konzepten zu tun und waren somit m.E. nicht vorzubereiten. Kein einziges Ergebnis der von mir erbrachten Prüfungen (3 Klausuren, 2 Projektarbeiten) war normalverteilt; oft waren die Noten parabelförmig (also praktisch nur Bestnoten oder Fails, nichts dazwischen). Für das Auslandssemester war das praktisch, weil man sich mit niedrigeren Ansprüchen besser auf das Leben neben dem Studium konzentrieren kann und Leistungspunkte geschenkt bekommt; für das Studium würde ich aber nicht nach Norwegen ziehen. Auch bei der Gruppenarbeit in Projekten war es meiner Wahrnehmung nach tendenziell so, dass Internationals einen höheren Arbeitsanspruch und -bereitschaft hatten, als Norweger*innen.

Was mir richtig gut gefallen hat war das gigantische Angebot an Lernplätzen. In Bonn arbeite ich meistens in der Mensa, oder (falls Platz ist) im Foyer vom WPH oder HSKP. An der NTNU gibt es in jedem Gebäude in fast jeder Ecke Lernplätze mit Steckdosen und gutem Internet. Auch die Bibliotheken waren gut ausgestattet und auch wenn die Mensa für mich nicht bezahlbar war, kann ich die Tagessuppen empfehlen; die waren lecker und jede 6. ist umsonst :).



Der Kontakt zu den Professoren und deren TAs war ausnahmslos freundlich, auf einer Augenhöhe und immer per Du. Die E-Mails an „offizielle“ Stellen sind bis heute weitestgehend unbeantwortet geblieben, aber die Professor*innen haben alle sehr schnell und hilfreich reagiert. Die Orientierung ist am Anfang etwas überfordernd; alle meine Lectures und Exercises waren in unterschiedlichen Räumen in unterschiedlichen Gebäuden. Die Uni stellt im Internet über die *Mazemap* eine Orientierungshilfe zur Verfügung (darüber kann man auch Drucker finden).

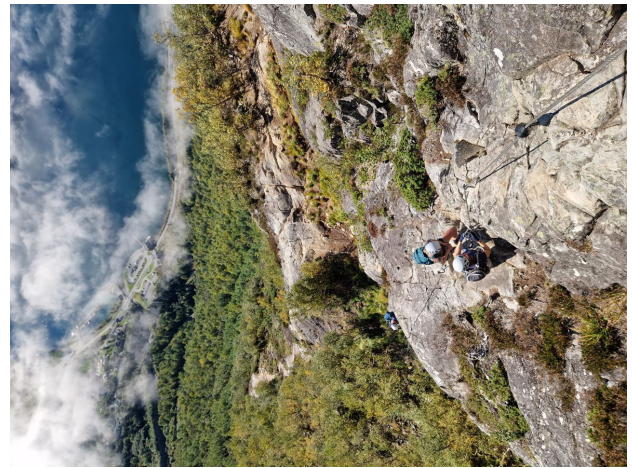
Die Norwegischkurse für Internationals sind m.M. nach sehr empfehlenswert, auch wenn man als deutschsprachige Person auch ohne viel versteht. Man lernt leicht andere Internationals kennen und die norwegische Sprache ist wirklich lustig. Die Anmeldefrist endet allerdings deutlich früher als für „normale“ Kurse; man muss sich also früh darum kümmern.

Leben vor Ort

Ich habe Trondheim als sehr lebenswerten Ort empfunden. Die Stadt selber ist hübsch und nicht allzu groß (ähnlich wie Bonn), die Naturschutzgebiete *Bymarka* und *Estenstadsmarka* liegen direkt nebenan und laden zum Wandern und Fahrrad fahren ein und es gibt Freizeitangebote ohne Ende.

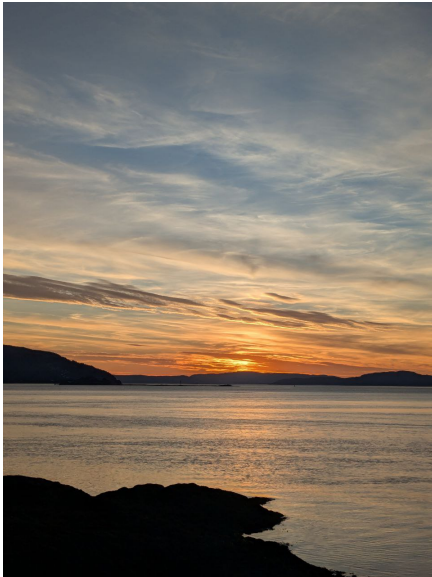
Der Hochschulsport ist (anders als in Bonn) eher darauf ausgerichtet, dass man einen Sport macht, den dann aber intensiv. Man meldet sich für die betreffende Gruppe an und kann als Teil dieser x-Mal pro Woche zum Training kommen; zusätzlich trifft man sich oft auch außerhalb vom Sport für soziale Gatherings. Ich hatte das wie aus Bonn gewohnt anders gemacht und mich für mehrere Sportarten angemeldet (Triathlon, Leichtathletik, Klettern). Das hat dazu geführt, dass ich in diesen Gruppen nicht so viel sozialen Anschluss gefunden habe, weil ich jeweils nicht bei allen Trainings war; das war aber auch ganz in Ordnung, weil ich über die Kurse und aus der Einführungswoche schon sozial gesättigt war. Ich habe die Stimmung trotzdem als sehr inklusiv und bestärkend wahrgenommen. Andere NTNU-Gruppen, die ich sehr empfehlen kann, sind zum Einen die *Dugnad*-Arbeiten an den NTNU-eigenen *Koien* (Hütten). *Dugnad* ist ein in Norwegen sehr geläufiges Konzept von ehrenamtlicher, gemeinsamer Arbeit; in diesem Kon-

text bedeutet das, dass an den ersten Wochenenden des Herbstsemesters einzelne Hütten bei Bedarf auf *Vordermann* gebracht werden. Dafür kann man sich anmelden und kommt so in Kontakt mit Studierenden und dem Hüttensystem. Zum Anderen möchte ich die Gruppe *Ski og Fjellsport* empfehlen. Die organisieren unregelmäßig diverse Trips (Klettern, Wandern, Eislaufen, Ski, ...) in der Trondheimer Umgebung. Für beide Empfehlungen gilt das *First Come First Serve* Prinzip, also bestenfalls handhaben wie Gruppenanmeldungen in Bonn und zwei Sekunden nach Freigabe die Anmeldung ausgefüllt haben.



Generell gilt es bei Ausflügen auch im Sommer einen Blick auf die Temperaturen zu haben. Wir haben einen privaten Zelttrip Anfang Oktober spontan abgesagt, weil es dort auf 400 m.ü.M. zu dem Zeitpunkt schon geschneit hat und wir die nötige Ausrüstung spontan nicht da hatten. Die meistgenutzte Wetterapp ist *Yr* und ich kann auch die Website *senorge.no* für die Schneelage empfehlen.

Ich bin keine Partymaus und kann deswegen nicht viel über die Clubscene sagen, außer dass sie existent und gut besucht ist. Was mir richtig gut gefallen hat war aber das *Antikvariatet* (ein Pub in *Bakklandet*), wo es jeden Sonntag einen *Open Mic*-Abend gibt, an dem Privatmenschen alles Mögliche vortragen können. Die meisten haben musiziert, es gab aber vereinzelt auch Poesie und *Poetryslams*. Und wenn man auf Konzerte jedweder Art steht (*Kammermusik*, *Metal*, *Pop*, *Raves*, ...) gibt es über das *Samfundet* (sehr relevant, gerne googlen!) und seitens der Stadt selber sehr viele Angebote; teils kostenlos, teils bezahlt.



Die Lebensmittelkosten sind unüberraschenderweise weitaus teurer als in Bonn. Ich wusste nicht, wie sehr ich DM und Aldi schätze, bis ich in Trondheim gelebt habe. Als Veganerin bin ich schnell zu dem Schluss gekommen, dass ich meine Moral beim Essen außerhalb etwas lockern muss; selbst vegetarisch ist oft schwierig genug. Der günstigste (und damit mein go-to) Supermarkt ist Extra, dicht gefolgt von Rema. Tofu habe ich beim Asiamarkt geholt, da ist auch oft das Gemüse etwas günstiger. Günstige Alternativen zum Kochen gibt es nicht wirklich. Entweder geht man „richtig“ essen (was teuer ist, schätzungsweise ab 20€), oder gar nicht. So etwas wie eine Falafel auf die Hand ist nicht üblich. Zum Ausgehen kann ich Mat fra Hagen empfehlen (veganes all-you-can-eat) und das Egon Restaurant im Fernsehturm; da hat man eine tolle Aussicht und kann für ca 15€ so viel Pizza essen wie man möchte.

Ich mag den norwegischen „Vibe“ sehr. Die Menschen wirkten sehr entspannt und es wird freundlich aufeinander zugegangen. Mir ist aufgefallen, dass die durchschnittliche Schrittgeschwindigkeit langsamer ist und man als Fußgänger*in weitestgehend Priorität hat; Autofahrende sind deutlich rücksichtsvoller und vorausschauender als in Deutschland und ich habe einige weirde Situationen erzeugt, wenn ich Autos an Zebrastreifen verlassen wollte, die dann aber erwartungsvoll gewartet haben, dass ich endlich die Straße überquere. Ich hatte auch einige Situationen, in denen mich das mir entgegengebrachte Vertrauen überrascht hat. Bspw. durfte ich eine Klausur aus Bonn unüberwacht im Büro eines Professors nachschreiben, er hat mir einfach die Tür aufgelassen und ich sollte hinter mir zuziehen. Pakete werden einfach vor die Tür gelegt und das einzige, wovor man Angst haben muss beklaut zu werden, sind Fahrräder. Ich hatte keine einzige Situation, in der ich mich bedroht oder unwohl gefühlt habe, unabhängig von Tageszeit und Ort. Das alles hat mich entschleunigt und gut getan. Ich kann verstehen, dass die skandinavischen Länder in puncto Lebenszufriedenheit bei Umfragen so weit vorne liegen.

Rückblick

Ich habe den Aufenthalt an der NTNU nicht eine Sekunde lang bereut; weder währenddessen, noch danach. Bei der Abfahrt empfiehlt sich wieder der oben bereits genannte ReStore. Hat man Dinge über, die man weder verkaufen noch verschenken kann, kann man sie dem ReStore spenden und damit Studierenden der nächsten Semester zur Verfügung stellen.