

Erasmus in Oslo, Norwegen

Erfahrungsbericht

Einleitung – Über mich

Ich studiere Medizininformatik im Master an der Universität Tübingen und habe im Rahmen des Erasmus+-Programms ein Auslandssemester in Oslo (Norwegen) absolviert. Mein Aufenthalt begann im Januar 2025 und fand an der University of Oslo statt, genauer gesagt an der Faculty of Mathematics and Natural Sciences. Aufgrund der in Norwegen abweichenden Semesterzeiten fiel mein Aufenthalt in das Frühlingssemester 2025 und dauerte von Anfang Januar bis Mitte Juni.

Vorbereitung und Anreise

Die Entscheidung für einen Erasmus-Aufenthalt traf ich auf Grundlage der Informationsseite der Uni Tübingen. Da es im Master Medizininformatik nur wenige Pflichtmodule gibt, hatte ich bei der Kurswahl viel Freiheit. Mir fehlten noch drei bis vier Kurse, weshalb ich gezielt nach passenden Veranstaltungen im Ausland suchte. Die University of Oslo überzeugte mich durch ihr Angebot und die Stadt selbst, sodass Oslo schnell zu meinem Favoriten wurde.

Gemeinsam mit zwei Kommilitonen plante ich den Aufenthalt. Wir informierten uns im Vorfeld ausführlich und erhielten alle drei kurz nach Bewerbungsschluss eine Zusage für Oslo. Da das norwegische Studienjahr in ein Frühjahrs- und Herbstsemester unterteilt ist, fiel mein Aufenthalt ins Frühlingssemester 2025. Um im Wintersemester 2024/25 keine Zeit zu verlieren, klärte ich rechtzeitig organisatorische Fragen wie Prüfungsabnahmen aus dem Ausland oder die Fertigstellung meines Forschungsprojekts. Während des Bewerbungsprozesses wurden wir regelmäßig per Mail informiert. Besonders hilfreich waren die Online-Vorbereitungsveranstaltungen, in denen u. a. organisatorische Hinweise, Infos zur Wohnsituation und zum Leben in Norwegen gegeben wurden. Die Kurswahl erfolgte zunächst über ein Online-Portal und später über das Online Learning Agreement (OLA). Die Website der Uni Oslo ist sehr übersichtlich, fast alle Kurse für Austauschstudierende werden auf Englisch angeboten. Die finale Kurszuteilung erfolgte kurz vor Semesterbeginn – ausnahmslos alle mir bekannten Erasmus-Studierenden bekamen ihre Wunschkurse.

Die Anreise erfolgte per Direktflug mit SAS ab Zürich. Im Ticket waren ein Handgepäckstück, eine Tasche sowie ein Aufgabegepäckstück enthalten. Für etwa 30€ buchte ich einen zusätzlichen großen Koffer dazu, da Winterkleidung und Bettwäsche viel Platz einnehmen und im Laufe des Semesters noch Anschaffungen hinzukommen könnten.

Wohnen

Die Wohnsituation in Oslo war insgesamt sehr unkompliziert. Bereits vor der Anreise wurde ich informiert, dass ich mir einen Account bei SiO anlegen sollte. SiO ist die zentrale Organisation für Studierende in Oslo und bietet neben Wohnheimplätzen auch Fitnessstudios, Veranstaltungen und weitere Services an.

Internationale Studierende haben grundsätzlich Anspruch auf ein Wohnheimzimmer. Bei der Bewerbung konnte ich Präferenzen zu Lage und WG-Größe angeben. Die meisten Erasmus-Studierenden, darunter auch meine beiden Kommilitonen und ich, wurden in den Wohnheimen Sogn oder Kringsjå untergebracht. Beide Standorte kann ich sehr empfehlen, da sich dort schnell soziale Kontakte ergeben.

Sogn liegt nahe am Campus Blindern und bietet Supermarkt, Studentenbar und ein Fitnessstudio mit Schwimmbad in fußnähe. Kringsjå ist etwa zehn Minuten entfernt, hat ebenfalls gute Anbindungen, ein kleines Gym und liegt nahe am See Sognsvann, der sich zum Joggen, Baden oder Grillen anbietet.

Die meisten WGs bestehen aus vier bis sieben Personen, jedes Zimmer ist abschließbar und möbliert. Ich wohnte in einer 4er-WG mit zwei Bädern und gut ausgestatteter Küche. Viel Küchenequipment war bereits vorhanden. Alles Weitere kann man günstig bei IKEA nachkaufen. Es wurde empfohlen, Bettwäsche und einen WLAN-Router selbst mitzubringen. Die Miete betrug bei mir etwa 460 Euro im Monat, was für Oslo ein fairer Preis ist. Wer das SiO-Angebot ablehnt, verliert allerdings den Anspruch auf einen festen Wohnheimplatz. Private Unterkünfte sind schwerer zu finden und meist teurer.

Uni und Studium

Die Kurswahl lief zunächst über ein Online-Portal, endgültig angemeldet wurden die Kurse aber erst einige Wochen nach Ankunft. So konnte man auch vor Ort noch Änderungen vornehmen. In der Einführungswoche erhielten wir alle wichtigen Infos, zudem stand das International Office bei Fragen jederzeit hilfsbereit zur Verfügung.

Wir wurden in kleine Buddy-Gruppen eingeteilt, betreut von norwegischen Studierenden. Sie halfen bei organisatorischen Fragen und organisierten gemeinsame Aktivitäten wie Schlittenfahren, eine Stadtrallye oder Karaokeabende, was eine tolle Gelegenheit war, neue Leute kennenzulernen.

Ich selbst belegte drei Kurse mit je 10 Credits, die in Tübingen mit je 9 ECTS angerechnet wurden. Jeder Kurs bestand aus einer Vorlesung und einer Übung pro Woche. Das Arbeitspensum war gut machbar, und das Niveau insgesamt etwas niedriger als in Deutschland, was ausreichend Zeit für andere Aktivitäten ließ.

Alltag und Freizeit

Mein Alltag in Oslo war sehr entspannt. Die Stadt ist übersichtlich, vieles ist in kurzer Zeit erreichbar. Für den Nahverkehr habe ich die Ruter-App genutzt. Darüber lassen sich Verbindungen und Tickets einfach finden und kaufen. Studierende bekommen ein Monatsticket für rund 40 Euro, wenn sie ihren digitalen Ausweis dabei haben.

Im Winter war ich oft im SiO-Fitnessstudio. Besonders gut fand ich das Domus Athletica mit Schwimmbad. Sportausrüstung gibt es günstig bei XXL Sport oder Sport Outlet. Amazon-Bestellungen sind möglich, dauern aber lang und benötigen einen hohen Bestellwert für gratis Versand.

Wäschewaschen war direkt im Wohnheim möglich, ein Waschgang kostete etwa zwei Euro. Bezahlte ich, wie fast alles in Oslo, über Apple Pay mit Revolut. Einkaufen war bei Rema 1000 oder Kiwi am günstigsten. Die App „eTilbudsavis“ hilft dabei, Angebote zu finden und günstiger einzukaufen.

Lebensmittel sind etwas teurer als in Deutschland. Besonders Süßigkeiten oder importierte Produkte kosten oft deutlich mehr. Essen gehen ist eher teuer. Eine einfache Pizza kostet schnell über 15 Euro. Leitungswasser bekommt man in Restaurants dafür aber kostenlos. In der Uni-Mensa wird nach Gewicht bezahlt und man kommt schnell auf 6-10 Euro. Ich habe deshalb meist selbst gekocht.

Alkohol ist in Norwegen sehr teuer. Deshalb traf man sich oft zuerst privat, bevor man abends gemeinsam noch ausging. Besonders zum Semesterstart gab es viele Partys für Studierende in Studentenbars in Sogn oder am Campus. Auch empfehlenswert ist das Irish Pub bei Majorstuen. Dort gibt es täglich Livemusik und eine Happy Hour mit Bier für etwa 4,50 Euro bis 23Uhr.

Reisen

Während meines Auslandssemesters habe ich mehrere Kurztrips in Norwegen und einen Ausflug nach Schweden gemacht. Besonders lohnenswert war ein Roadtrip mit dem Mietwagen. Viele schöne Orte wie Fjorde, Nationalparks oder kleine Dörfer sind mit Bus oder Bahn schwer erreichbar. Mit dem Auto ist man flexibler und kann mehr sehen.

Für gut angebundene Ziele bieten sich Zug- oder Busfahrten an. Über die Plattform Vy kann man einfach Tickets buchen. Auch Flixbus bietet günstige Fahrten, zum Beispiel nach Kristiansand oder Göteborg. Wer früh bucht, kann mit dem SAS Youth Tarif preiswert fliegen, etwa nach Kopenhagen, Stockholm oder zu Orten in Nordnorwegen.

Für Outdoor-Ausrüstung ist BUA eine tolle Anlaufstelle. Studierende können dort kostenlos Ausrüstung wie Zelte oder Skier ausleihen. Am besten fand ich den Standort BUA Bjerke. Da

Zelte oft vergriffen oder beschädigt waren, habe ich mir für unseren Roadtrip ein eigenes Zelt bei XXL Sport für etwa 45 Euro gekauft.

Offiziell ist BUA nur für Norweger gedacht, aber nach freundlicher Nachfrage wurden bei uns immer Ausnahmen gemacht. Man bekommt dann einen Guestaccount, den man bei jeder Ausleihe neu anlegt.

Fazit

Mein Auslandssemester in Oslo war echt eine tolle Erfahrung, sowohl was die Uni angeht als auch persönlich. Die Uni ist gut organisiert, die Natur beeindruckend und die anderen Erasmus-Studierenden sehr offen. Ich habe nicht nur fachlich dazugelernt, sondern auch viele neue Kontakte geknüpft, eine neue Kultur kennengelernt und mich persönlich weiterentwickelt, was ich im normalen Studienalltag vielleicht nicht so gehabt hätte.

Ich kann ein Erasmus-Semester in Oslo wirklich jedem empfehlen, der Lust auf ein modernes, gut strukturiertes Studium in einer sehr lebenswerten Stadt hat. Wenn du die Natur liebst, gerne neue Leute kennenzulernen und aufgeschlossen für neue Eindrücke bist, wirst du dich in Oslo schnell wohlfühlen.