

ERASMUS+ 2025/2026

Gastland: Norwegen  
(UIO)

Fachbereich der ERASMUS-Kooperation: Fachbereich Neuere Philologien  
Studiengang: Deutsch (Lehramt)

Zeitraum: WS 2025/26

Gastuniversität: UNIVERSITY OF OSLO

---

Datum: 26.01.2026

## persönlicher Erfahrungsbericht

### **Vorbereitung (Planung, Organisation und Bewerbung bei der Gasthochschule)**

Die Vorbereitung und Planung eines Erasmus-Aufenthaltes wirkt auf den ersten Blick sehr umfangreich und teilweise auch etwas verwirrend. Gerade am Anfang wirkt die Anzahl an Formularen, Fristen und organisatorischen Schritten überwältigend. Rückblickend kann ich jedoch sagen, dass der Bewerbungs- und Planungsprozess gut strukturiert und machbar ist, wenn man sich Schritt für Schritt an die vorgegebenen Abläufe hält. Auf der Website des Global Office der Goethe-Universität sind alle notwendigen Schritte übersichtlich dargestellt. Wenn man diese nacheinander abarbeitet, kann man kaum etwas falsch machen. Besonders hilfreich war für mich außerdem der Kontakt zur Programmbeauftragten im Fachbereich. Bei offenen Fragen oder Unsicherheiten konnte ich mich jederzeit an sie wenden, was mir persönlich sehr dabei geholfen hat, meinen Auslandsaufenthalt zu planen.

Auch die University of Oslo hat eine sehr gut organisierte und übersichtliche Website. Dort sind alle Schritte für Erasmus+-Studierende detailliert erklärt (von der Bewerbung über die Einschreibung bis hin zu Informationen zum Studium und zum Leben in Oslo). Diese klare Struktur hat die Planung meines Aufenthalts enorm erleichtert.

### **Erste Wochen, Formalitäten wie Einschreibung, Behördengänge etc.**

Nach der Ankunft in Oslo muss man sich einen bei der Polizei anmelden. Dafür bucht man online einen Termin, um sich offiziell zu melden. Die genauen Schritte sowie alle notwendigen Dokumente werden ebenfalls ausführlich auf der Website der University of Oslo erklärt, sodass man gut vorbereitet zu diesem Termin gehen kann.

In der Woche vor Vorlesungsbeginn findet eine Orientation Week statt, die von den einzelnen Fachbereichen organisiert wird. Diese Woche bietet eine Vielzahl an Aktivitäten und ist eine tolle Möglichkeit, die Universität, die Stadt und andere internationale Studierende kennenzulernen. Zu den Angeboten gehörten beispielsweise Island-Hopping, bei dem verschiedene Inseln im Oslofjord erkundet wurden, Campusführungen sowie gemeinsames Grillen. Darüber hinaus gab es zahlreiche Abendveranstaltungen wie Bar-Abende oder größere Partys für alle neuen Studierenden.

Ich kann jeder Person nur empfehlen, an der Orientation Week teilzunehmen, da man hier sehr schnell neue Kontakte knüpft und gleichzeitig erste Eindrücke von der Universität und dem studentischen Leben in Oslo sammelt.

Außerdem würde ich empfehlen, falls es zeitlich möglich ist, ein paar Tage vor der Orientation Week anzureisen. Dadurch kann man schonmal in Ruhe ankommen, sich etwas sortieren und die Stadt kennenlernen, bevor alles andere startet.

### **Wohnsituation und -tipps**

Auch in Bezug auf die Wohnsituation ist die University of Oslo sehr gut organisiert. Die Organisation „SiO“ verwaltet die Studentenwohnheime in Oslo. Sobald man an der Universität eingeschrieben ist, kann man sich über die Website [sio.no](http://sio.no) für ein Zimmer bewerben. Insgesamt gibt es über 20 verschiedene Wohnheime, die über die gesamte Stadt verteilt sind.

Die Wohnformen variieren: Teilweise teilt man sich eine Wohnung zu zweit, in anderen Wohnheimen lebt man in Wohngemeinschaften mit bis zu fünf Personen. Jedes Wohnheim hat dabei seine eigenen Vorteile. Wohnheime in der Nähe des Stadtzentrums sind ideal für Studierende, die gerne mitten im Geschehen sind. Dort wohnt man meist zu zweit. Ich selbst habe im Carl-Berner-Wohnheim gewohnt und war damit sehr zufrieden. Die Lage war super zentral und die Anbindung an die öffentlichen Verkehrsmittel perfekt.

Die Wohnheime Kringsjå und Sogn liegen etwas außerhalb des Stadtzentrums, haben jedoch ebenfalls viele Vorteile. Dort wohnt man meist zu fünft, was das Kennenlernen neuer Menschen erleichtert. Beide Wohnheime liegen sehr nah an der Universität sowie an den Fitnessstudios von SiO. In Sogn finden am Wochenende häufig kleinere Partys statt. Kringsjå liegt noch etwas weiter außerhalb und direkt am Sognsvann-See. Dort hat man im Winter oft die Möglichkeit, Nordlichter zu sehen, und im Sommer kann man im See schwimmen gehen.

Insgesamt würde ich jedem empfehlen, ein Wohnheim von SiO zu wählen, da die Preise deutlich günstiger sind (ungefähr zwischen 500 und 600€) als auf dem privaten Wohnungsmarkt und man schnell Anschluss findet.

### **Studium an der Gasthochschule inkl. Bibliotheken und Fachbereichs-Infos, freie/eingeschränkte Kurswahl, Möglichkeiten anderer Fachbereiche**

Alle englischsprachigen Kurse der University of Oslo sind auf der Website der Universität aufgelistet. Die Kurswahl erfolgt etwa zwei bis drei Wochen vor Vorlesungsbeginn. Ich würde dringend empfehlen, mehr Kurse zu wählen, als man letztlich belegen möchte, da viele Kurse eine begrenzte Teilnehmer\*innenzahl haben und man nicht automatisch in alle Kurse aufgenommen wird.

Es ist möglich, Veranstaltungen aus anderen Fachbereichen zu belegen, solange man mindestens einen Kurs im eigenen Fachbereich besucht. Dadurch hat man die Möglichkeit, das eigene Studium flexibel zu gestalten und auch fachübergreifende Einblicke zu gewinnen.

Der Campus der Universität verfügt über drei große Bibliotheken, zusätzlich gibt es weitere Bibliotheken im Stadtzentrum. Besonders während der Klausurenphase sind diese zwar gut besucht, dennoch findet man in der Regel immer einen Platz zum Lernen.

## **Studentische Vergünstigungen, Transportmittel**

Oslo verfügt über ein sehr gut ausgebautes öffentliches Verkehrsnetz. Für Studierende gibt es Monatstickets für etwa 40 Euro, mit denen man Busse, Bahnen, Straßenbahnen sowie Fähren nutzen kann.

Über SiO kann man außerdem einen Vertrag für die Fitnessstudios der Universität abschließen. Dieser kostet etwa 20 Euro im Monat und ist damit deutlich günstiger als viele andere Fitnessangebote in der Stadt. Zusätzlich bietet SiO auch die Möglichkeit, Sportanlagen wie Tennisplätze zu sehr günstigen Preisen zu mieten.

## **Alltag und Freizeit: Sehenswürdigkeiten, Kurztrips, Restaurants, Kneipen, Student\*innenleben**

Oslo bietet eine Vielzahl an Sehenswürdigkeiten und Freizeitmöglichkeiten. Besonders sehenswert sind das Opernhaus und das Munch-Museum, die direkt am Oslofjord liegen. Ebenfalls am Fjord befinden sich die schwimmenden Saunen, die zu meinen persönlichen Highlights gehören. Die Inseln im Oslofjord sind gut mit der Fähre erreichbar, und die Fähr-Fahrt ist im Monatsticket enthalten.

Weitere Sehenswürdigkeiten sind der Königliche Palast und der dazugehörige Schlosspark. Etwas weiter nördlich liegt der Sognsvann-See, an dem man Lagerfeuer machen, schwimmen, Volleyball spielen oder Wanderungen starten kann. Im Winter kann man dort Schlittschuh laufen und mit etwas Glück sogar Nordlichter sehen.

Mein Lieblingsviertel in Oslo ist Grünerløkka, das für seine vielen Cafés, Secondhandläden und das studentische Leben bekannt ist. Besonders empfehlen kann ich dort den Waffelladen Haralds Vaffel, welcher die typischen norwegischen Waffeln mit Marmelade, saurer Sahne und süßem Käse verkauft. Die besten Zimtschnecken der Stadt gibt es bei der Bäckerei Godt Brød in Grünerløkka.

In Bezug auf Kneipen sind die Preise im Vergleich zu Deutschland zwar höher, jedoch gibt es auch günstigere Alternativen wie The Old Irish Pub in Majorstuen, AHO Pub oder Los Tacos, bei denen es Bier zu deutschen Preisen gibt. Eine weitere empfehlenswerte Location ist BLÅ, eine Kneipe direkt am Fluss in Grünerløkka in der am Wochenende häufig Konzerte oder Partys stattfinden. Hier kostet das Bier zwar mehr, aber es lohnt sich definitiv mal dort hinzugehen.

## **Reisekosten/-Empfehlungen, Gepäcktipps, Diebstahlwarnung, Versicherungen**

Ich bin mit dem FlixBus nach Oslo gereist. Dafür musste ich zunächst mit dem ICE nach Hamburg und von dort aus in etwa 18 Stunden mit dem Bus nach Oslo. Diese Reise war deutlich günstiger als ein Flug und rückblickend sehr entspannt, da man zwischendurch auch mit einer Fähre unterwegs ist und die Möglichkeit hat sich die Beine zu vertreten und sich mit Essen und Getränken zu versorgen. Für die Rückreise habe ich einen Flug mit Scandinavian Airlines gebucht. Personen unter 25 Jahren erhalten dort einen Rabatt, wodurch der Preis ebenfalls relativ günstig war.

Norwegen habe ich als sehr sicheres Land erlebt. Während meines gesamten Aufenthaltes gab es keine Situation, in der ich mich unwohl gefühlt habe. Auch vor Diebstählen muss man kaum Angst haben (die Norweger lassen sogar ihre Kinder im Kinderwagen draußen vor Restaurants oder Läden unbeaufsichtigt stehen, während sie drinnen sind).

## **Finanzielle Aufwendungen**

Norwegen ist insgesamt teurer als Deutschland, was vor allem in den ersten Wochen deutlich auffällt. Mit der Zeit lernt man jedoch, wo man sparen kann. Die Supermärkte Kiwi und Rema1000 sind deutlich günstiger als Coop. Außerdem passt man seine Einkäufe schnell an die Preisunterschiede an, da einige Produkte teurer, andere jedoch günstiger sind als in Deutschland. Im Stadtteil Grønland gibt es zudem einen Marktstand mit sehr günstigem Obst und Gemüse. Der Laden Normal verkauft alles Mögliche von Drogerie Produkten bis zu Gewürzen und hat ebenfalls sehr günstige Angebote.

## **Hilfreiche Webseiten oder Infocenter**

Die Website der University of Oslo ist sehr übersichtlich und beantwortet nahezu alle Fragen rund um den Auslandsaufenthalt.

Mit der Ruter-App kann man sich sein Bahnticket holen (Ich würde empfehlen, diese im Vorhinein runterzuladen, da es kaum Automaten gibt, um Tickets zu holen).

Die SiO-Website ist hilfreich für alle Fragen rund um Wohnen und Sport.

Die Aurora-App zeigt an, wenn Nordlichter zu sehen sind.

Die Wetterseite [yr.no](#) ist zuverlässiger als andere Wettervorhersagen.

Über die App Goin kann man bereits vor Beginn des Auslandsaufenthalts mit anderen internationalen Studierenden in Kontakt treten.

## **Persönliches Fazit**

Abschließend kann ich sagen, dass ich jedem\*r empfehlen würde, einen Auslandsaufenthalt in Oslo zu machen. Die Stadt hat einen perfekten Mix aus Natur und Großstadtleben und ermöglicht unglaublich viele Aktivitäten. Ich habe viele neue Menschen kennengelernt, zahlreiche Kurztrips unternommen und sowohl akademisch als auch persönlich viel dazugelernt. Oslo war für mich eine durchweg positive Erfahrung, die ich jederzeit wiederholen würde.