

ADLERSHOF

Journal

JULI | AUGUST 2025

WIR EMPFEHLEN:

Healthy Vibes am
Campus Adlershof





Inhalt

3 ESSAY

von Jörg Blech: Was Körper und Geist brauchen, um lange jung und fit zu bleiben

4 IM GESPRÄCH MIT

Michelle Zantopp und Paul Wildner, die sich bei Vaionic Technologies für ein leistungsfähiges Team stark machen

5 PORTRAIT

Die Kosmetikdesignerin: Penélope Jirón entwickelt Pflegeprodukte aus natürlichen Grundstoffen

6 TITELTHEMA

Energiegeladen: Fitness, Ballsport oder Joggen – am Campus ist ganz viel möglich. Wie viel Leidenschaft für sportliche Aktivitäten hat die Wissenschaftscommunity?

10 FORSCHUNG

Hormone, Steroide und Co.: Proteindrinks und Nahrungsergänzungsmittel im Fokus

12 UNTERNEHMEN

Ist mein Kind begabt? Von der Excel-Tabelle zum Spitzensport – wie Begabungsdiagnostik den Nachwuchs neu denkt

14 NACHGEFRAGT

Zahlen im Kopf – Physik im Herzen: Gedächtnissportler Konstantin Skudler über einen ungewöhnlichen Lebensweg zwischen Gedächtnispalästen und Formellogik

15 CAMPUS

Immer schön am Ball bleiben: Warum der Sportcampus der Humboldt-Universität zu Berlin in Adlershof ausgebaut wird

16 EINBLICKE

Wie Quanten kommunizieren: Nanophysiker Günter Kewes macht in der Langen Nacht der Wissenschaften komplizierte physikalische Vorgänge erlebbar

18 KURZNACHRICHTEN

AUS DER REDAKTION

Balance finden

Betraff der Selbstoptimierungshype der letzten Jahre noch die Anhäufung von neuem Wissen in leicht verdaulichen Häppchen oder das Erreichen eines stetigen Glückszustandes, hat er sich seit einiger Zeit in Richtung „Tracking und perfekte Versorgung der Hochleistungsmaschine menschlicher Körper“ verlagert. Ist es noch möglich, ohne Meditations-App oder die Einnahme von Nahrungsergänzungsmitteln durch den Tag zu kommen? Wenn Sie findigen Marketingunternehmen und selbsternannten Medizingurus Glauben schenken wollen, eher nicht.

Dabei ist es verständlich, dass Menschen sich wünschen, ein gesünderes – und im Idealfall auch längeres Leben – zu führen. In einem immer schnelleren und komplexeren Alltag gar nicht so leicht. Ein wenig praktische Lebenshilfe zur Gesunderhaltung wollen wir Ihnen in diesem Sommerjournal an die Hand geben. Ob beim Yoga oder Calisthenics, die Möglichkeiten, sich im und um den Technologiepark Adlershof zu bewegen, sind zahlreich. Vielleicht entdecken

Sie etwas für Sie Passendes in unserem Titelbeitrag auf S. 6. Oder Sie werfen einen Blick auf das kostenfreie Angebot des Gesundheitsnetzwerkes Adlershof, das sich mit einem ganzheitlichen Ansatz sowohl um den Körper als auch um die Psyche kümmert. Wie es das Gesundheitsmanagement gerade auch kleinerer Unternehmen unterstützen kann, haben wir auf Seite 4 mit der Vaionic Technologies GmbH besprochen.

Einen regelrechten Boom erleben insbesondere Volleyball, aber auch alle anderen Hochschulsportkurse offenbar bei den Berliner Studierenden. Auch die Sportwissenschaften erfreuen sich als Studiengang an der Humboldt-Universität wachsender Beliebtheit. Als Konsequenz werden jetzt die Adlershofer Sportstätten massiv ausgebaut (S. 15). Warum sich nicht an den jungen Menschen ein Beispiel nehmen und diesen Sommer gesund und bewegt gestalten?

Ich wünsche Ihnen dafür eine gute Zeit.

Herzlich

Peggy Mory
Chefredakteurin



Ausführliche Texte und Adlershofer Termine finden Sie unter:

www.adlershof.de/journal



Das ultimative Anti-Aging-Mittel wäre, den gesunden Körper eines jungen Menschen zu übernehmen. Das ginge beispielsweise mit einer Kopftransplantation, die dem alten Geist einen frischen Leib bescheren würde. Das gruselige Verfahren wurde ernsthaft erforscht, aber es wird vermutlich niemals gelingen und wäre ethisch nicht akzeptabel. Kein Mensch wird seinen Körper also eintauschen können, es gilt, mit dem Modell auszukommen, das Mutter und Vater für einen gezeugt haben. Es ist ein Unikat, das es in dieser Ausführung nur einmal auf der Welt gibt – nur altert es leider.

Allerdings können wir sehr stark beeinflussen, wie schnell oder langsam die Alterung abläuft. Prävention ist nämlich keineswegs kompliziert, sondern erstaunlich simpel.

Aus Sicht von Evolutionsmediziner:innen sind die meisten Erkrankungen darauf zurückzuführen, dass wir mit dem Körper auf eine Art und Weise umgehen, für die er von Natur aus nicht gemacht ist. Dieser falsche „Gebrauch“ führt zu vielen unterschiedlichen Erkrankungen, die miteinander zusammenhängen.

Das bedeutet umgekehrt: Wir können den Körper mit wenigen Umstellungen wieder in Einklang mit seinen evolutionären Bedürfnissen bringen – und so ganz leicht eine Vielzahl von Erkrankungen vermeiden.

Eine beeindruckende Studie dazu erschien vor einiger Zeit im „American Journal of Clinical Nutrition“. Darin untersuchten Forschende anhand der Gesundheitsdaten von mehr als 250 000 Männern und fast 20 000 Frauen, wie sich acht Verhaltensweisen auf die Gesundheit auswirken. Es ging um regelmäßige körperliche Bewegung, maßvolle und ausgewogene Ernährung, Verzicht auf Zigaretten, Vermeiden von Trinkgelagen mit Alkohol, das Nicht-Abhängigsein von Opioiden, guten Umgang mit Stress, erholsamen Schlaf und positive soziale Beziehungen.

Im Vergleich zu Menschen, die keine dieser gesundheitsfördernden Gewohnheiten pflegen, können 40-jährige Männer, die alle acht Verhaltensweisen annehmen, ihre Lebenserwartung im Durchschnitt um 24 Jahre steigern. Bei Frauen sind es 20,5 Jahre.

Es lohnt sich der Studie zufolge auch später noch, auf das Gesundheitsprogramm umzuschwenken. Bei 50-jährigen Männern verlängert sich das Leben dann noch um 21,3 Jahre, bei 50-jährigen Frauen um 18,9. Und selbst mit 60, 70, 80 oder gar 90 Jahren zählt sich ein Neuanfang aus – wenn auch die Effekte immer kleiner werden.

Selbst wer fortan nur eine einzige neue Gewohnheit annimmt, lebt nachweislich etwas länger. Am meisten erreicht, wer das Rauchen aufgibt. Körperliche Bewegung (idealerweise 150 Minuten pro Woche) und jeden Tag 30 Gramm Ballaststoffe (die Leibspeise unserer nützlichen Darmbakterien) verringern das Sterberisiko ebenfalls merklich. Erwachsene sollten jede Nacht ungefähr sieben bis acht Stunden schlafen, sie werden sich dadurch auch seelisch viel erholter fühlen.

Die Zutaten für ein langes Leben sind wissenschaftlich gründlich erforscht und schon länger bekannt – dennoch hapert es mitunter mit der Umsetzung im eigenen Leben.

Hier kommt unsere Psychologie ins Spiel. Eine Lebensstiländerung gelingt gemeinsam mit anderen Menschen viel leichter als im Alleingang. Auch auf dem Campus Adlershof bieten sich dazu mannigfaltige Möglichkeiten, vom Badminton über den Lauftreff bis zum Yoga. Überall im eigenen Umfeld gibt es Angebote, die helfen, sich jung und fit zu halten. Das Training in der Gruppe macht Spaß und führt zu neuen Freundschaften. Wir sollten uns mit lebensbejahenden Menschen umgeben, weil Optimismus ansteckend ist.

Jörg Blech ist Biologe und Autor beim SPIEGEL in Berlin und hat den Bestseller „Masterplan Gesundheit“ (DVA) geschrieben.

IM GESPRÄCH MIT MICHELLE ZANTOPP & PAUL WILDNER



Paul Wildner

Tätigkeit: Team Lead Administration and Organisation

Jahrgang: 1991

Wohnort: Berlin-Baumschulenweg

Ich mag: starke Gemeinschaften und Fahrradfahren

Michelle Zantopp

Tätigkeit: HR + Marketing

Jahrgang: 1993

Wohnort: Dallgow-Döberitz

Ich mag: Details, Sport und Berge

Das Gesundheitsnetzwerk Adlershof steht mit seinen ganzheitlichen präventiven Angeboten wie etwa für Rückengesundheit, Longevity – die Kunst des langen Lebens, Eye-Yoga, alltagstauglichen Mobilisations- und Kräftigungsübungen für Arbeit und Freizeit oder auch mit der Brainfit-Mikropause allen Beschäftigten am Campus zur Verfügung. Es kann das Kümern um die Gesunderhaltung der Mitarbeiterschaft ideal ergänzen, finden Paul Wildner und Michelle Zantopp, Teamleiter und HR-Marketing-Managerin bei der Vaonic Technologies GmbH. Das Start-up, das an der Entwicklung neuer, effizienterer Elektroantriebe arbeitet, sorgt mit regelmäßigen sportlichen Aktivitäten für ein leistungsfähiges Team und eine funktionierende Gemeinschaft.

Adlershof Journal: Wie sind Sie auf das Gesundheitsnetzwerk Adlershof aufmerksam geworden?

Paul Wildner: Wir verfügen derzeit noch über begrenzte finanzielle Möglichkeiten und versuchen deshalb so kostengünstig wie möglich ein kleines Gesundheitsprogramm im Unternehmen zu verwirklichen. Unser 55-köpfiges Team ist unter anderem radfahrbegeistert, so dass wir jährlich Teil der dreiwöchigen STADTRADELN-Gemeinschaft sind, die durch

das Gesundheitsnetzwerk Adlershof koordiniert wird. Darüber ist der Kontakt entstanden. In diesem Jahr war erstmals das vom Gesundheitsnetzwerk zur Verfügung gestellte BikeMobil zu Gast in unserem Unternehmen, bei dem Interessierte eine Spezialberatung erhalten konnten, um ihr Rad optimal auf Körpermaße, individuellen Fahrstil, bevorzugten Einsatzbereich und persönliche Ziele zu trimmen.

Adlershof Journal: Wie viele Kilometer konnte Ihr Team 2025 sammeln?

Wildner: Die Konkurrenz im Gesundheitsnetzwerk ist stark mit Teams von der Allianz, der GFal – Gesellschaft zur Förderung angewandter Informatik oder auch der SENTECH Instruments, aber unser 26-köpfiges Team konnte über 10 000 km – und damit die höchste Anzahl pro Kopf – erradeln. Neben den individuell zurückgelegten Strecken haben wir mehrfach gemeinsam den Flughafen BER umrundet und dabei zusammen Kilometer gesammelt. Unser Vorteil ist, dass das Thema auch über den eigentlichen Eventzeitraum hinaus bei uns gelebt wird. Wir sind also gut trainiert.

Wie nachhaltig sind Ihre Bemühungen zur Gesunderhaltung der Mitarbeitenden?

Michelle Zantopp: Das Thema liegt mir als Ökotrophologin besonders am Herzen. Wir wissen, dass einzelne Gesundheitstage verpuffen, daher versuchen wir im Rahmen eines Gesundheitsmanagements über das ganze Jahr hinweg immer wieder sportliche Angebote – wir nennen das „Vaionic-Active“ – für die Belegschaft zu schaffen. Das sind Outdooraktivitäten, wie Volleyball oder Badminton und gemeinsame Radtouren, aber zum Beispiel auch Anti-Stressworkshops. Die Voraussetzungen im und um den Campus Adlershof sind mit einem funktionierenden Radwegenetz – ganz nah ist der Mauerweg – und auch dem benachbarten Landschaftspark ideal.

Wildner: Jenseits der positiven Effekte für Körper und Geist haben wir erkannt, wie gut die Teambindung über solche gemeinsamen Aktivitäten funktioniert. Neue Ideen entstehen zum Teil viel besser über den Austausch in der Bewegung. Bestes Beispiel ist unsere Mitarbeitenden-Lounge: Wir haben über den Jahreswechsel hier die Darts-Weltmeisterschaft verfolgt. Daraus entstand der Wunsch, selbst eine Steel-Darts-Scheibe im Unternehmen zu installieren. Da wir zu faul zum Kopfrechnen sind, aber ein Team von Ingenieurinnen und Ingenieuren haben, wurde kurzerhand ein optisches Zählsystem aufgebaut und mit Hilfe von selbstgedruckten Komponenten aus dem 3D-Drucker montiert.

Was planen Sie außerdem?

Zantopp: Wir haben eine Kooperation mit einer Betriebsärztin geschlossen, die sich um arbeitsmedizinische Angelegenheiten kümmert. Wir planen unser Angebot für die Kolleginnen und Kollegen zu erweitern. Denkbar ist beispielsweise ein vom Arbeitgeber finanzierter Gesundheitsgutschein, der individuell für Vorsorgeleistungen eingesetzt werden kann. Wir haben bislang keine größeren Probleme, was die Gesundheit des Teams angeht, wissen aber, dass alle stark gefordert sind. Hier wollen wir präventiv handeln und verstärkt auch auf Angebote des Gesundheitsnetzwerkes zu Regeneration und Resilienz zurückgreifen. [_pm](#)

DIE KOSMETIKDESIGNERIN

Penélope Jirón entwickelt Pflegeprodukte aus natürlichen Grundstoffen

Nie hatte sie sich ihr Berufsleben ausgemalt, wie es schließlich geworden ist. „Ich hatte geschworen, nicht selbständig zu werden. Ich habe bei meinen Eltern gesehen, wie anstrengend das ist“, sagt Penélope Jirón. Ein geregeltes Angestelltendasein, ein überschaubares Aufgabengebiet, verlässliche Feierabende, das wäre es gewesen. Dachte sie.

Seit zehn Jahren führt Jirón ein Unternehmen, das Naturkosmetik entwickelt und herstellt. Sie trägt Verantwortung für mittlerweile zehn Beschäftigte, trifft Investitionsentscheidungen, verhandelt mit Kund:innen, plant die Produktpalette und meint: „Jetzt könnte ich mir gar nichts anderes mehr vorstellen. Ich glaube, ich wäre als Angestellte richtig schlecht.“

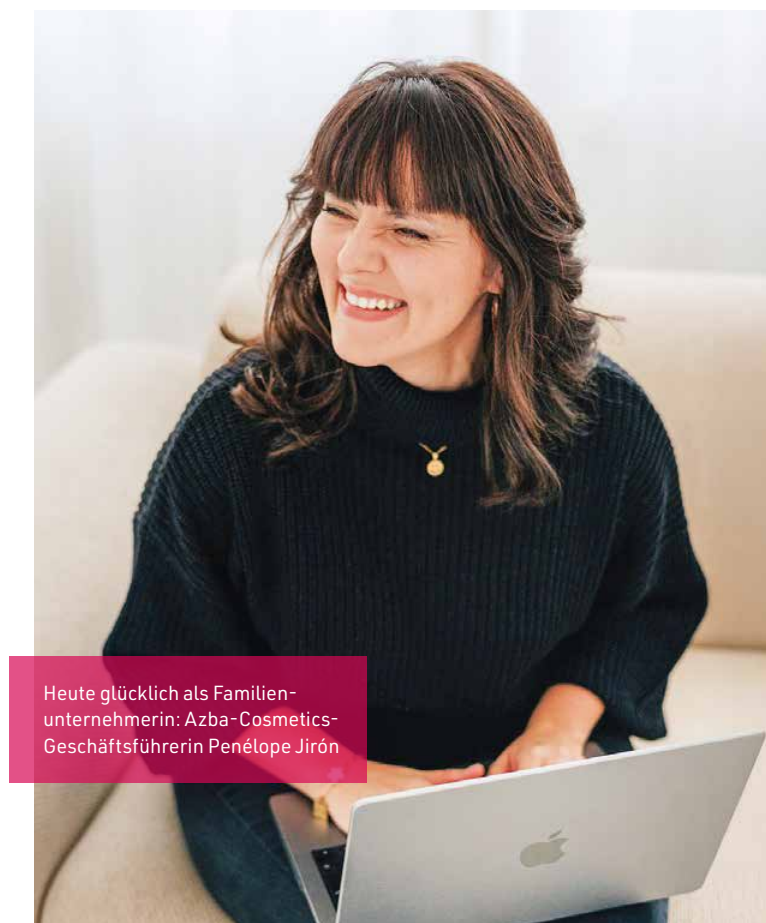
Die Firma Azba Cosmetics wurzelt in einer mittlerweile jahrzehntelangen Adlershofer Tradition. Sie führt den Standort im Namen: Analytisches Zentrum Berlin-Adlershof, kurz AZBA. So heißt das Labor für Umweltanalytik, mit dem Jiróns Eltern 1996 an den Start gingen.

Der Vater stammt aus Nicaragua. Aufgewachsen in der südlich der Hauptstadt Managua gelegenen Ortschaft Jinotepe, kam er mit einem Stipendium nach Deutschland. Studierte Chemie, heiratete eine Kommilitonin, baute gemeinsam mit ihr eine Unternehmerexistenz auf. Im Technologiepark Adlershof fanden sie das inspirierende Umfeld: „Ich bin hier groß geworden“, sagt die heute 36-jährige Tochter.

In die Fußstapfen der Chemiker-Eltern mochte sie zunächst dennoch nicht treten. Sie entschied sich für eine Hochschul Ausbildung zur Grafikdesignerin, schloss nach dem Bachelor ein betriebswirtschaftliches Masterstudium mit Schwerpunkt Projektmanagement an. Noch vor dem Abschluss erreichte sie der Vorschlag ihres Vaters, ihn bei der Verwirklichung einer neuen Idee zu unterstützen.

So entstand 2015 als Ableger der elterlichen Firma für Umweltanalytik die Azba Cosmetics. Seit 2018 ist Jirón alleinige Geschäftsführerin. Die Firma versteht sich als Dienstleister für etablierte Kosmetikhersteller, in deren Auftrag sie neue Produktlinien entwirft und produziert. „Wir bieten die wissenschaftliche Kompetenz. Wir wissen, wie die Rohstoffe wirken, wir kennen die Theorie der Rezeptur. Deshalb gibt es dieses Labor.“

Ganz wesentlich bei alledem: Was auf eine menschliche Haut aufgetragen oder geträufelt wird, hat „so natürlich wie möglich“ zu sein. Synthetische Zusatzstoffe finden ausnahmsweise Duldung, wo es keinen Ersatz gibt. „Wir möchten vermitteln, dass die Leute mit unseren Produkten ihrer Haut



Heute glücklich als Familienunternehmerin: Azba-Cosmetics-Geschäftsführerin Penélope Jirón

etwas Gutes tun.“ Nach demselben grünen Prinzip stellt das Unternehmen auch Vitaminpräparate zur Nahrungsergänzung her.

Das soll es längst nicht gewesen sein. In diesem Jahr ist geplant, erstmals eine Eigenmarke von Azba Cosmetics auf den Markt zu bringen. Neben dem Firmensitz in der Liebigstraße entsteht außerdem ein größerer Neubau, in dem Verwaltung und Produktion Platz zum Wachsen finden: „Wir streiten über Konferenzräume, es gibt zu wenige Labore, es platzt aus allen Nähten.“

Was die Mutter einer siebenjährigen Tochter besonders schätzt: „Wir sitzen alle in einem Gebäude. Zwei Cousins, mein Ehemann, ein Schwager, mein Bruder und natürlich meine Eltern.“ Sie genießt es: „Früher wollte ich einfach mein Ding machen. Jetzt nach zehn Jahren Erfahrung bin ich froh, dass ich meine Familie um mich habe, weil ich weiß: Ich bin im Notfall nicht allein.“ **_wid**

ANZEIGE

**Individuell statt von der Stange –
für besseres Hören, das zu Ihnen passt.**

Die zwei kleinsten Im-Ohr-Bauformen
von Oticon mit ganz großer Leistung.



Gleich
Termin
vereinbaren
und testen

Hörakustik
Kornelia Lehmann

Albert-Einstein-Str. 4 | Adlershof | Tel. 030-639 22 437
Parkplätze im Parkhaus direkt gegenüber
Dörpfeldstr. 36 | Adlershof | Tel. 030-209 53 833
Brückenstr. 2 | Schöneeweide | Tel. 030-636 4646



Nutzt den Calisthenics-Park für eine bewegte Pause: Softwareentwickler Faruk Garic

ENERGIEGELADEN: ADLERSHOF IN BEWEGUNG

Fitness, Ballsport oder Joggen – am Campus ist ganz viel möglich.
Wie viel Leidenschaft für sportliche Aktivitäten hat die Wissenschaftscommunity?

Faruk Garic ist in der Mittagspause vom Homeoffice zum Calisthenics-Park am Alexander-von-Humboldt-Weg gekommen. „Ich wohne mit meiner Familie gleich eine Straße weiter. Ich mache Übungen für Arme, Schultern und Rumpfstabilität – Situps, Trizepsdrücken, Planks und Klimmzüge – denn mein eigentlicher Sport ist Basketball.“ Der Softwareentwickler mag die Möglichkeiten für Freestyle-Sport in Adlershof: Joggen, Skaten oder Roller fahren im Landschaftspark. „Das alles ergibt so eine gewisse Sportkultur, die überall präsent ist“, findet Garic. Das sei auch ideal für seine achttjährige Tochter: „Ich liebe diese Gegend und würde gern länger hier wohnen wollen.“ Nach einem 20-Minuten-Workout in der Sonne schnappt er sich T-Shirt, Wasserflasche und Handtuch und macht sich wieder auf den Weg nach Hause – an den Schreibtisch.

Das Bodystreet-EMS-Sportstudio in der Herrmann-Dorner-Allee ist dabei, sich zu einem Sporttreff für die Nachbarschaft zu entwickeln. „Wir sind ein bisschen wie der Frisör der Fitnessbranche“, schmunzelt Inhaber **Martin Holtzegel**: „Wir merken, dass hier Leute zum Sport zusammenkommen, die sich noch nicht kennen, dann aber zunehmend vertrauter miteinander werden. Das ist eine schöne Atmosphäre, es ist so familiär.“

Holtzegel ist Bodystreet-Franchisepartner und Dozent, leitet das Adlershofer Studio mit vier Mitarbeitern. Er kommt selbst aus dem Bezirk und liebt die Gegend. Das EMS-Trainingskonzept (EMS: Elektrische Muskelstimulation) passt zum Technologiepark, wie er findet: „Hier wohnen Leute, die viel im Sitzen arbeiten, aber auch aufgeschlossen sind für neue Trainingskonzepte, Technik und Digitalisierung.“



Theresa Heinemann
ist immer in Bewegung

Die Trainierenden schlüpfen zum Sport in einen smarten Anzug, der mit 85 Hertz elektrische Impulse ans Nervensystem sendet. Dadurch soll der Muskelaufbau beschleunigt werden. 20 Minuten pro Woche sollen ausreichen. Die Durchschnittsklientel ist weiblich und 47 Jahre alt. Auch hier in Adlershof.

Holtzegel ist seit zehn Jahren am Standort und freut sich über die Entwicklung der Gegend: „Die kleinen Kieze, die sich entwickeln – da ein neuer Bäcker, dort eine neue Gastronomie –, führen dazu, dass die Leute gezielt herkommen, um hier zu wohnen. Das macht es für uns auch attraktiver.“

Der Landschaftspark direkt gegenüber ist für das Team auch ein großes Plus. Sie gehen selbst gern spazieren, eine Runde joggen oder mit der Smartwear ins Outdoortraining.

Wie **Theresa Heinemann**. Sie lebt nach dem Motto „Wer rastet, der rostet“ und empfiehlt: „Immer in Bewegung bleiben mit dem, was einem Spaß macht!“ Sie ist Orthopädin und Unfallchirurgin mit Schwerpunkt Sportmedizin und kommt regelmäßig zum Sport nach Adlershof – zum Joggen im Landschaftspark und einmal in der Woche zum Fitnesstraining. „Am liebsten verlege ich mein EMS-Training bei gutem Wetter in den Park.“



So wachsen Muskeln: Martin Holtzegel (rechts) erklärt die Funktionsweise des EMS-Trainings

Den lieben auch ihre Kinder – die Skaterstrecke ist hoch im Kurs. „Als sie kleiner waren, sind wir in die Sporthalle an der Merlitzstraße zum Kinderturnen gegangen. Jetzt schwimmen sie im Verein in Neukölln und spielen Fußball in Johannisthal.“ Heinemann hat das Gefühl, dass es für jede Altersgruppe hier Sportangebote gibt. Nur ein Yogastudio, das hat sie bisher noch nicht entdeckt.

Und doch gibt es eines: **Urai und Timo Schneemann** wohnen seit eineinhalb Jahren in Adlershof und haben vor drei Monaten ihr eigenes Yoga-Studio ONEy eröffnet, dessen Konzept aus einem Mix aus Yoga, Personal Training und einer Prise Buddhismus besteht.

Urai Schneemann kann ihr Glück kaum glauben: „Ich habe zu Hause in Thailand Jahre um Jahre meditiert und Yoga gelernt, seit ich sieben Jahre alt war“, erzählt sie. „Irgendwann träumte ich davon, Yogalehrerin zu werden und nach Europa zu reisen, in ein fernes Land ... Jetzt bin ich hier in unserem eigenen Studio in Berlin.“ Timo Schneemann, eigentlich Maschinenbauingenieur, hat viele Jahre in Asien gearbeitet und vor fünf Jahren in Thailand seine jetzige Frau kennengelernt. Bezahlbare Mieten, die Nähe zum Flughafen und viel Grün drumherum, verschlugen sie nach Adlershof.

Das moderne Studio in der Hermann-Dorner-Allee begrüßt seine Schülerinnen und Schüler mit dem Leitbild „Begegne deinem stärksten Selbst“.



Drei gewinnt: Justus Wese, Magdalena Krause und Janek Musculus (v. l. n. r.) sind Volleyballfans



Urai und Timo Schneemann freuen sich auf Schüler:innen in ihrem neuen Yogastudio ONEy



„Wir müssen beobachten, was wir fühlen. Es ist, wie in eine Quelle der Kraft einzutauchen“, erklärt Lehrerin Schneemann und ihr Mann ergänzt: „Wir lieben Workouts, laufen, Radfahren, aber Yoga ist die erste Wahl zur Stärkung des Nervensystems. Es macht ausgeglichen und nicht ausgepowert.“

IMP-Studentin (Informatik, Mathematik, Physik) **Magdalena Krause** und ihre Freunde lieben Volleyball. „Irgendwie haben alle auf einmal damit angefangen.“ Das liegt vielleicht an den guten Gelegenheiten hier am Campus. „Wir spielen ganz oft auf dem Beachvolleyball-Feld“, nicken die drei. „Manchmal auch spontan, dann leihen wir uns einen Ball im studentischen Café MoPs aus. Unsere Fachschaft hat sich inzwischen auch Bälle angeschafft.“

Ihr Kommilitone **Janek Musculus** spielt neben Volleyball auch Basketball. „Ich wohne in Mitte und fahre die Strecke nach Adlershof gern mit dem Rad.“

Justus Wese studiert Physik im Master. Er hat lange Fußball gespielt, ist aber vor zwei Jahren zum Volleyball gewechselt. Indessen leitet er sogar einen der Kurse im Sportzentrum der Humboldt-Universität in der Rudower Straße. In der Dreifelderhalle gibt es von Volleyball über Gesellschaftstanz und Turnen zahlreiche Angebote. Krause belegt dort zwei Volleyballkurse: „Ich finde das Sportangebot hier großartig und es gibt viele Dinge, die mich interessieren. Aber ich kann natürlich nicht alles machen.“ **_jg**

ANZEIGE



Höhere
Zuschüsse

GründachPLUS

Zuschüsse für Dach- und Fassadenbegrünung

Werde Berlin-Begrüner:in!
Gründächer und -fassaden spenden Kühle in heißen Sommern, sind Lebensraum für Insekten und Pflanzen, verbessern die Luftqualität und speichern Regen.

GründachPLUS fördert solche Begrünungsvorhaben nun mit höheren Fördersätzen: Bis zu 180 EUR/m gibt es für die Herstellung von Gründächern, für die Umsetzung von Biodiversitätsgründächern gilt ein Aufschlag von 7,50 EUR/m. Bei der Kombination von Grün- und Solardach können bis zu max. 40 Euro/m als Zusatzkosten für die Solarfläche anerkannt werden.

Informieren Sie sich unter
www.ibb-business-team.de/gruendachplus



Ein Programm der



Durchgeführt vom



HORMONE, STEROIDE UND CO.

Proteindrinks und Nahrungsergänzungsmittel im Fokus

Das Landeslabor Berlin-Brandenburg untersucht im Rahmen der amtlichen Lebensmittelüberwachung regelmäßig Proteindrinks und Nahrungsergänzungsmittel. Dabei sind die Prüferinnen und Prüfer verbotenen Substanzen genauso auf der Spur wie falschen Mengenangaben und nicht rechtmäßigen Angaben. In einem aktuellen Landesprogramm werden verstärkt Proben dieser Produktgruppen in Brandenburger Fitnessstudios genommen und auf nicht deklarierte Substanzen untersucht.

Proteindrinks und Nahrungsergänzungsmittel (NEM) können im Sport eine wichtige Stütze sein. Sie sorgen für eine erhöhte Eiweißzufuhr oder decken einen gesteigerten Bedarf an Vitaminen, Mineralstoffen und anderen Mikronährstoffen. Auf dem Markt tummeln sich aber auch Hersteller, die Wundermittel zum Abnehmen oder zum raschen Muskelaufbau anpreisen, falsche Zusammensetzungen angeben oder gar verbotene Pflanzen und Substanzen verarbeiten. Lebensmittelkontrolleurinnen und -kontrolleure aus Brandenburger Landkreisen entnehmen derzeit unangemeldet Proben in Fitnessstudios. Insgesamt je 17 Proben von Proteindrinks und Nahrungsergänzungsmitteln werden aufwendig untersucht. „Wir prüfen die gefundenen Ergebnisse gegen Datenbanken mit rund 9 200 Substanzen. Das fängt bei Anabolika an und geht über Betäubungsmittel und Wachstumshormone bis hin zu Steroiden und Mitteln zur Gewichtsreduktion“, erzählt Nico Beerbaum, Prüfleiter für nicht deklarierte Substanzen.



Aufwendiger Prüfprozess: Nico Beerbaum stellt eine aufbereitete Probe in den Sampler des Analysegeräts

Die Datenbanken werden seit Jahren kontinuierlich erweitert. Eine ständige Aktualisierung und ein permanenter Austausch mit anderen Kontrolllaboren ermöglichen gute Analyseergebnisse.

Bei den NEM seien die Kontrollen aus den Fitnessstudios noch ganz am Anfang, berichtet Madlen Barth, Prüfleiterin für Nahrungsergänzungsmittel. Ebenso bei den Proteindrinks, so Eric Rußbült, der diesen Bereich als Prüfleiter betreut. Die ersten drei Proben waren in Ordnung. Es steht jedoch noch viel Arbeit an. 17 Proben aus jeder Produktkategorie hört sich für Laien wenig an, ist jedoch ein erheblicher Aufwand. Denn während bei einem Verdacht auf einen bestimmten Stoff speziell darauf untersucht wird, ist der Weg hier andersherum. Hier wird nicht gezielt nach einer Substanz gesucht, sondern die Ergebnisse werden mit den Daten der 9 200 Substanzen aus der Datenbank abgeglichen. Manchmal dauert es Tage, bis ein Ergebnis feststeht.

ANZEIGE



PLANUNGSBÜRO FÜR ALLE KOMPONENTEN DER TECHNISCHEN GEBÄUDEAUSRÜSTUNG

Versorgungs- & Elektrotechnik ■ BIM ■ Regenerative Energietechnik

+49 30 7672841 0 ■ info@rusz.de ■ Am Studio 20a ■ 12489 Berlin



www.rusz.de



Auffälligkeiten gehen als Prüfbericht an die Überwachungsbehörden der Landkreise zurück. Die Prüfenden müssen sich sicher sein, dass die Ergebnisse richtig sind.

In anderen Programmen untersucht das Landeslabor NEM, die online vertrieben werden. Hier gibt es häufiger Treffer bei Potenz- und Schlankheitsmitteln. Auch „hangeln“ sich viele Hersteller am „Rand der Arzneimittel“ entlang, denn NEM müssen im Gegensatz zu Arzneimitteln nicht zugelassen werden. Bei Proteindrinks geht es vornehmlich um den Proteingehalt, bei dem geschummelt werden kann. Dazu kommen Labels wie „ohne Zuckerzusatz“. „Auch bei den Süßungsmitteln schauen wir, ob sie deklariert sind oder eigentlich verboten oder die Höchstmenge überschritten wird“, so Rußbült. Bei Aminosäuren würden manchmal die Mengenangaben nicht stimmen. Diese sind jedoch relevant für die Wertigkeit des Proteins.

Wenn beschlagnahmte Proben von Zoll, Polizei und Landeskriminalamt im Landeslabor eintreffen, sehen die Trefferquoten wesentlich höher aus. Die Überwachung der Proteindrinks und NEM bekommt einen immer höheren Stellenwert, denn mit steigendem Absatz dieser Produkte werden diese auch häufiger untersucht. Aufgrund des weltweiten Vertriebs treten bei Proben aus dem Onlinehandel häufiger Auffälligkeiten auf, sind sich die Prüferinnen und Prüfer einig. Im klassischen Handel gibt es vereinzelt substantielle Beanstandungen. Kontrollen vor Ort tragen zur Prävention bei. [_kr](#)



Eric Rußbült hält ein Glas mit einem angerührten Proteindrink in der Hand, um ihn sensorisch zu prüfen

ANZEIGE



SALE

Stühle!
Stühle!
Stühle!

LEGLER

 OBJEKT & KONZEPT
www.legler-ok.de



Aufregend: Begrüßung einer Gruppe von Kindern zum Begabungstest

IST MEIN KIND BEGABT?

**Von der Excel-Tabelle zum Spitzensport – wie
Begabungsdiagnostik den Nachwuchs neu denkt**

Als sein Sohn vom 1. FC Union Berlin für das Nachwuchsleistungszentrum entdeckt wurde, stand Daniel Heidrich vor einer Frage, auf die es erstaunlich wenig belastbare Antworten gab: Ist mein Kind wirklich sportlich begabt? Für den Ingenieur war klar: Wenn sich etwas messen lässt, dann sollte es auch gemessen werden. Die Sportwissenschaft bot nichts an, was seinen Ansprüchen genügte. Also entwickelte er kurzerhand selbst ein Begabungsmodell, erstellte zahllose Berechnungen – und legte damit den Grundstein für ein einzigartiges Projekt, das heute Sportdeutschland mitgestaltet.

Was als persönlicher Vater-Sohn-Moment begann, ist heute Teil eines Ökosystems, in dem Daten, Technologie und sportliches Potenzial aufeinandertreffen.

Der Ursprung des Ökosystems liegt in der ebk Krüger & Co. KG Automotive, einem Unternehmen, das Teile für auslaufende Serien der Autoindustrie produziert und dessen Co-Geschäftsführer Heidrich ist.



Daniel Heidrich ist Mastermind der 4talents analytics GmbH

Als die Datenerfassungen, Prozesse und Bestellungen irgendwann zu komplex für Excel wurden, begannen zwei Werkstudenten auf der Basis einer Business-Intelligence-Software intelligente Lösungen zu entwickeln. Daraus entstand ein neues IT-Unternehmen: Die LeitArt – heute ein Vorreiter auf dem Gebiet der datenbasierten Unternehmenssteuerung.

Heidrich tüftelte derweil weiter an seinen sportlichen Fragen. Er nahm sich vier etablierte Testkategorien – Anthropometrie (Bestimmung von Maßverhältnissen des menschlichen Körpers), Schnelligkeit, Koordination und Kognition –, und baute sie zu einem validierten Modell zusammen. Schnell wurde daraus mehr als ein Papa-Projekt – Unternehmen Nummer drei, die 4talents analytics – war geboren. Gemeinsam mit ersten Kollegen wurde begonnen, zunächst wenige, dann hunderte, schließlich tausende Kinder zu testen – vornehmlich in der Alterskategorie von neun bis 13 Jahren. Zunächst in Berlin, später bundesweit. Heute sind es 13 000 Datensätze, die nicht nur im Fußball, sondern auch im Basketball, Handball und bald im Schwimmen helfen, Begabungen zu erkennen – lange bevor die Kinder ins Wettkampffalter kommen.

Die Halle, in der das passiert, ist ein Hybrid aus Sportstätte, Trainingszentrum und Ideenfabrik. Am Morgen trainieren hier ebk-Mitarbeitende, angeleitet von einem Athletikcoach, um Haltungsschäden und Bewegungsmangel entgegenzuwirken. Ein Angebot, das auch alle anderen im Technologiepark ab diesem Sommer nutzen können. Danach kommen die jungen Talente – manchmal gleich ganze Nachwuchsteams, unter anderem vom Fußball-Bundesligisten Union Berlin. Am Abend wird der Raum gelegentlich zur Eventlocation, in der Technologie und Bewegung in lockerer Atmosphäre zusammenkommen – SoccerBot, Skillcourt, Sprungmessenplatten: für die meisten Teilnehmenden völliges Neuland.

Einer der Köpfe hinter dieser Vision ist auch Karsten Görsdorf – Geschäftsführer der 4talents analytics GmbH, Sportwissenschaftler, Germanist und seit Juni Chef-Bundestrainer im Schwimmen. Eine ungewöhnliche Mischung, die sich aber wie selbstverständlich zusammenfügt. Seine berufliche Laufbahn liest sich wie ein Ritt durch die Praxis der modernen Leistungsdiagnostik: von der Spielanalyse im Beachvolleyball über Handball- und Fußballbeobachtung bis hin zur Nachwuchsförderung im Basketball. Eines seiner nächsten Ziele: Deutschland im Schwimmen wieder an die Weltspitze führen – mit Strategien, die schon heute im Kindesalter ansetzen.

Doch das Projekt bleibt bei allem wissenschaftlichen Anspruch geerdet. Da gibt es schon mal einen Elternabend, bei dem offen über die zwei Seiten des Spitzensports gesprochen wird: Beate Wagner und Axel Schulz, die Eltern der NBA-Stars Franz und Moritz Wagner, erzählen, wie sich der Traum vom großen Wurf auch



30-Meter-Sprinttest, bei dem die Geschwindigkeit des Kindes im 5-Meter-Abstand gemessen wird



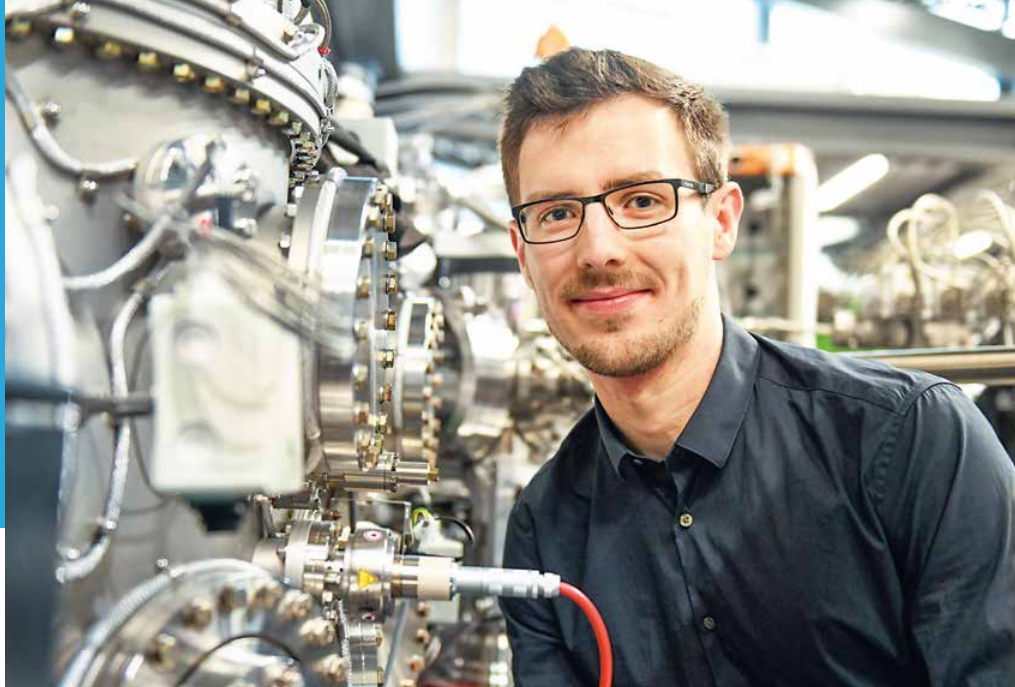
Macht den Nachwuchs fit:
4talents-analytics-Geschäftsführer Karsten Görsdorf

anfühlen kann – mit Entbehrungen, Einsamkeit, Zweifeln. Es ist dieser ehrliche Blick auf die Realität, der dem Projekt seine Tiefe verleiht. Denn nicht jedes Kind muss Profi werden.

So ist aus der Frage eines Vaters ein Ort entstanden, an dem es um mehr geht als um Sekunden und Zentimeter. Ein Nukleus für Sporttalente, der europaweit seinesgleichen sucht. Nicht staatlich initiiert, sondern privat gestemmt. Von Menschen mit Neugier, Mut und einem unbeirrbaren Glauben an das, was aus einem guten Impuls entstehen kann. **_rb**

ANZEIGE

Wie lassen sich Hunderte Zahlen in wenigen Minuten merken – und warum helfen dabei Emotionen mehr als eiserne Disziplin? Physiker und Gedächtnissportler Konstantin Skudler über einen ungewöhnlichen Lebensweg zwischen Gedächtnispalästen und Formellogik.



Konstantin Skudler bei der Physikalisch-Technischen Bundesanstalt

Konstantin Skudler sitzt vor einer Wand voller Pokale. Wer ihn nicht kennt, könnte meinen, er sei ein Vielseitigkeitssportler – ein bisschen Karate, ein bisschen Tanz. Doch die Mehrheit der Trophäen stammt aus einer Disziplin, die es nicht im Schulsport oder Fitnessstudio gibt: Gedächtnissport. Skudler, Jahrgang 1999, ist seit seinem fünften Lebensjahr aktiv in einer Szene unterwegs, die zwischen Schulbank und Spitzenleistung oszilliert – einer Welt, in der Zahlen zu Bildern und Emotionen zu Lernverstärkern werden.

Seine Geschichte beginnt früh. Mit vier Jahren wird bei ihm Hochbegabung festgestellt. Skudler lernt mit der zwei Jahre älteren Schwester Schulstoff und langweilt sich dabei kein bisschen. Die Familie fördert das Talent vielseitig: Musikschule, Kinderchor, Karate. Doch ein Baustein fehlt – etwas rein Mentales. Ein Kurs der Hochbegabtenförderung bietet Gedächtnistraining an, verbunden mit einer Einladung zur Norddeutschen Gedächtnismeisterschaft. Vater und Sohn fahren hin, und für den kleinen Konstantin öffnet sich eine neue Welt: „Zahlen lassen sich also nicht nur merken, sie können auch verwandelt werden. In Bilder. In Geschichten.“

Das Gedächtnistraining beginnt spielerisch. Skudler lernt die sogenannte Loci-Methode, verwandelt Zahlen in Figuren, platziert sie an imaginären Wegpunkten. Auch wenn seine frühen Ergebnisse „überschaubar“ sind, wie er sagt, kommt bald der Ehrgeiz. Mit neun Jahren wird er erstmals Deutscher Gedächtnismeister in der Altersklasse der

bis zu Zwölfjährigen. Was folgt, ist ein rascher Aufstieg. WM-Teilnahme, Fernsehauftritte, SternTV, Interviews – der Junge mit dem Ausnahmegedächtnis wird medial sichtbar. Anders als viele seiner Altersgenossen bleibt er der Szene treu. Heute ist er Präsident des Vereins MemoryXL, organisiert Meisterschaften und begleitet den Sport mehr aus organisatorischer als aus aktiver Perspektive.

Was Skudler fasziniert, ist nicht die Mechanik allein, sondern das Prinzip dahinter. Die Verbindung von Emotion, Bild und Raum. „Je mehr Synapsen gleichzeitig angesteuert werden, desto stärker bleibt eine Erinnerung haften“, erklärt er. Die Gedächtnistechniken greifen dort, wo unser Hirn evolutionär am stärksten ist: in der Orientierung, in der Visualisierung, im emotionalen Erleben. Deshalb hilft keine langweilige Wiederholung, sondern nur das Merkwürdige – im besten Sinne. „Merkwürdig“ sei das, was es wert ist, sich zu merken. Geschichten, die eklig, absurd oder wunderschön sind. Am besten alles auf einmal.

Und doch: Skudler lebt längst in zwei Welten. In der des Gedächtnissports, seiner Kindheit, seines Talents – und der der Physik, seines Studiums, seiner Promotion an der Physikalisch-Technischen Bundesanstalt (PTB). Eine Verbindung? Kaum. „Verständnis ist das Gegenteil von Auswendiglernen“, sagt er. In der Physik gehe es nicht darum, sich Formeln zu merken, sondern Zusammenhänge zu begreifen. Wer verstanden hat, kann alles herleiten – und muss sich nichts merken. Das klingt nüchtern, aber nicht enttäuscht. Der Gedächtnissport ist für ihn keine Methode, um akademisch zu glänzen, sondern eine Form der Persönlichkeitsbildung. Ein Weg, der früh begann und ihn geprägt hat – nicht unbedingt als Werkzeug, sondern als Haltung. Als Vorstellung davon, wie Lernen auch sein kann: verspielt, kreativ, emotional. Und wer einmal erlebt hat, wie sich ein Neunjähriger zur Gedächtnis-Weltmeisterschaft trainiert, weiß, dass Skudlers Weg alles andere als gewöhnlich ist. [_rb](#)

ANZEIGE

BERLIN ADLERSHOF | LEIPZIG

WIRTSCHAFTSPRÜFER

STEUERBERATER

FACHBERATER FÜR INTERNATIONALES STEUERRECHT

ADDVALUE

Die Zahl der Studienplätze in der Sportwissenschaft steigt, die Nachfrage nach Hochschulsportkursen auch – Grund genug, den Sportcampus der Humboldt-Universität zu Berlin in Adlershof weiter auszubauen.

Erleben einen Hochschulsport-Boom: Selina Blatter, HU-Standortleiterin in Adlershof, und Informatikstudent und Volleyballtrainer Henry Beiker



IMMER SCHÖN AM BALL BLEIBEN

Sie ist groß, lichtdurchflutet und perfekt ausgestattet: die neue Dreifeld-Sporthalle an der Rudower Straße 18/Ecke Wedegornstraße. Seit gut einem Jahr bietet der Neubau sowohl Studierenden der Sportwissenschaft als auch Teilnehmenden von Hochschulsportkursen ideale Bedingungen – und jede Menge Platz.

Selina Blatter, Leiterin des Hochschulsportstandorts Adlershof, freut sich über die neuen Räumlichkeiten, weil der Bedarf steigt: „Wir teilen uns die Halle mit der Sportwissenschaft“, sagt sie beim Gang übers Gelände. „Vormittags wird sie von Sportwissenschaftler:innen und Lehramtsstudierenden der Humboldt-Universität zu Berlin (HU) für ihre Praxiseinheiten genutzt, ab dem späten Nachmittag finden diverse Kurse des Hochschulsports dort statt.“ Dazu zählen vor allem Ballsportarten wie Basketball, Badminton oder Volleyball sowie Turnen, Fitnesskurse und Zirkeltraining.

In der Vergangenheit gab es nur die alte Sporthalle, die ein paar Meter von der neuen Halle entfernt liegt. Der Bestandsbau wurde 2018 saniert und wird auch weiterhin genutzt. In der wesentlich kleineren Einfeld-Halle finden aufgrund des Parkettbodens vor allem Tanzkurse wie Standard, Salsa oder Modern Jazz statt, aber auch Boxkurse und andere Kampfsportarten; außerdem wird hier Tischtennis gespielt. Im Gymnastikraum nebenan werden Ballett- und Yogakurse abgehalten, in einem weiteren kleinen Raum stehen Spinning-Bikes bereit.

Selina Blatter hat Sportmanagement und Gesundheitspädagogik studiert und ist seit einigen Jahren hauptberuflich nicht nur für die Planung und Koordination des gesamten Kursprogramms des Hochschulsports in Adlershof verantwortlich, sondern auch in die Planung der Bauvorhaben am HU-Sportcampus einbezogen.

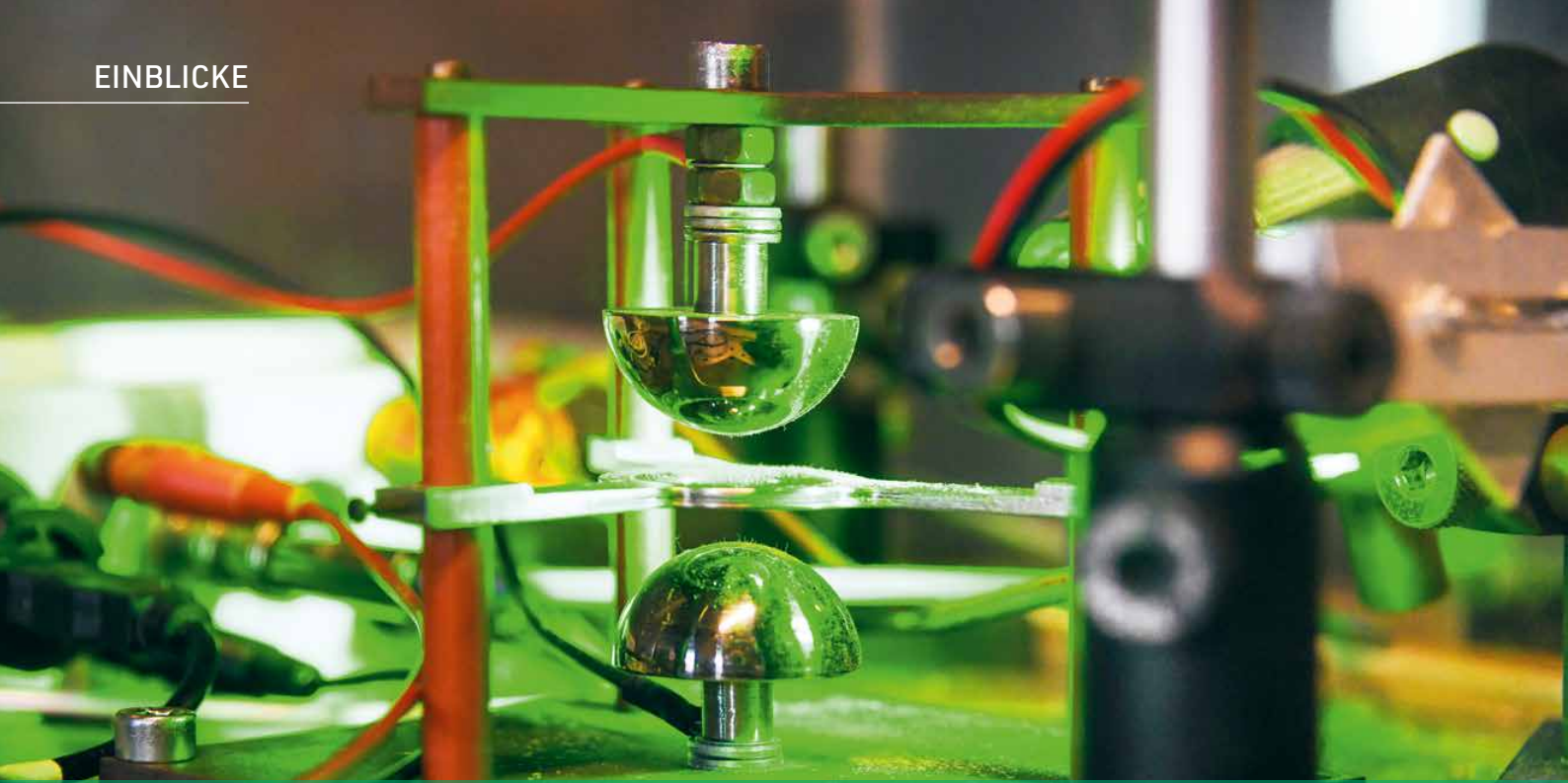
Auf dem Gelände ist noch einiges geplant: „Hinter der neuen Sporthalle werden Außenanlagen entstehen“, sagt sie und deutet auf eine riesige Freifläche. Gebaut werden soll eine 400-Meter-Laufbahn, eine Leichtathletikanlage, ein Kunstrasenfeld für Fußball, eine Tartanfläche für einen Basketballplatz und Beachvolleyballfelder. Außerdem sollen noch Outdoor-Fitnessgeräte auf der Wiese vor der alten Sporthalle dazukommen. „Wenn wir Glück haben, werden die Bauarbeiten im kommenden Frühjahr beginnen“, sagt Blatter.

Volleyball zählt zu den beliebtesten Sportarten unter den Studierenden. „Gefühlt spielt fast jeder in Adlershof Volleyball“, sagt Henry Beiker, der seit vier Jahren in jedem Semester Volleyballkurse leitet. Der Informatikstudent hat gerade seinen Master abgeschlossen. Er beobachtet seit geraumer Zeit das gestiegene Interesse an der Ballsportart. „Die halbe Physikfachschaft besucht meinen Kurs, fast zwei Drittel der Teilnehmenden wohnen in der näheren Umgebung“, sagt Beiker, selbst zuhause im nahe gelegenen Johannisthal.

Die neue Sporthalle ermöglicht es ihm, bis zu 40 Studierende parallel zu unterrichten – in sechs gemischten Teams auf drei Feldern. Den Boom kann er sich nicht so richtig erklären, vielleicht liegt es einfach an der Qualität seiner Kurse, das spreche sich herum, die Leute kämen gerne. Zudem könnten sie neue Bekanntschaften schließen, sich fachübergreifend begegnen. „Die Einstiegshürde beim Hochschulsport ist sehr gering“, fügt Selina Blatter hinzu. „Bei uns lässt sich einfach einmal eine Sportart ausprobieren.“ Außerdem hätte sie beobachtet, dass nach der Coronazeit das Interesse besonders an Sportsportarten enorm gestiegen sei.

Inzwischen studieren rund 6 000 Studierende in Adlershof, und am Standort stehen 51 Kurse in allen möglichen Sportarten pro Semester mit insgesamt rund 900 Plätzen in Hochschulsportkursen zur Verfügung.

Die Sportwissenschaft an der HU hat ihren Sitz am Campus Nord in Mitte, aber auch dort wird es langsam eng, da die Zahl der Studienplätze angestiegen ist. Perspektivisch sollen deshalb auf dem Gelände in Adlershof zwei weitere alte Gebäude, die derzeit noch als Universitäts-Archiv genutzt werden, saniert werden, um dort zukünftig Seminarräume einzurichten. Dann können zukünftige Lehramtsstudierende, die zum Beispiel ein naturwissenschaftliches Fach und Sport studieren wollen, nicht nur die Praxiseinheiten in Adlershof absolvieren, sondern auch die Theorie. **_hg**



Wie Quanten kommunizieren

Nanophysiker Günter Kewes macht in der Langen Nacht der Wissenschaften komplizierte physikalische Vorgänge erlebbar

Solarzellen, Handys, MRTs und selbst den Barcode-scanner im Supermarkt verdanken wir der Quantenphysik. Deshalb hat die UN-Generalversammlung 2025 zum hundertjährigen Jubiläum mit zahlreichen Veranstaltungen das „Internationale Jahr der Quantenwissenschaft und Quantentechnologien“ ausgerufen. Während der diesjährigen Langen Nacht der Wissenschaften engagierten sich so Forscherinnen und Forscher, um vor allem jungen Menschen die Welt der Zahlen und Formeln nahezubringen. Nanooptiker Günter Kewes begeistert seit über zehn Jahren mit Hilfe von innovativen Ansätzen an der Humboldt-Universität zu Berlin (HU) den Nachwuchs für Physik. In diesem Jahr stellte Kewes Quantenkommunikation vor, im letzten Jahr war es Quantenjazz. Beim Quantenjazz werden Zufallszahlen in Töne umgewandelt. Zur Erzeugung der verwendeten Zufallszahlen wurde der in der Quantenmechanik verankerte „echte“ Zufall genutzt.

Genauer gesagt, werden bei Quantensprüngen Lichtteilchen, sogenannte Photonen, zu zufälligen Zeitpunkten erzeugt. „Bei der Messung mit einer Photodiode werden die Photonen absorbiert. Die Zeiten können in Mikrosekunden oder noch kleineren Einheiten gemessen und in Maschinensprache, also Reihen aus 1 und 0, übersetzt werden. Der Computer verwendet diese Zufallszahlen und ordnet sie sogenannten MIDI-Instrumenten zu“, so Kewes. Diese digitalen Geräte, auch Musical Instrument Digital Interfaces (MIDI) genannt, steuern andere Geräte an, die für die Klangerzeugung verantwortlich sind. Vereinfacht gesagt, wird jeder Zufallszahl eine Note zugeordnet oder ein Zeitpunkt, zu dem sie erklingen soll.

„Damit es nicht ganz so schrille Töne gibt, werden bestimmte Töne in der Software ausgeschlossen. Hörbar sind Piano, Schlagzeug und Bass, aber Melodien sind eher wenig erkennbar. Das Ergebnis ist nicht vorhersagbar.“ In der Physik werden zufällige Energiefluktuationen oder auch Quantenfluktuation vorgestellt, durch die Quantensprünge verursacht werden. „Das ist für mich fast schon der faszinierendste Teil der Quantenwelt, zu merken, wie es im Verborgenen fluktuiert.“ Dabei gibt es noch andere Spielmöglichkeiten. „Statt die Informationen in Töne zu übersetzen, kann beispielsweise auch ein schwarz-weißes Rauschbild erzeugt werden, indem die 1 und 0 in schwarz und weiß oder in Grautöne umgerechnet werden.“ Da seien der Fantasie keine Grenzen gesetzt.

Kewes Forschungsgebiet ist die Nanooptik, in der er mit leitfähigen Gold- oder Silberstrukturen arbeitet, an denen Licht „kleben“ bleibt: „Metalle haben freie Elektronen, die Licht in Plasmonen, also kollektive Elektronenschwingungen, umwandeln können. Je leitfähiger das Metall, desto geringer die Absorptionsverluste.“ Eine „Plasmonik“-Anwendung sei sogar ziemlich alt: „Bei Kirchenfenstern werden kleine Goldpartikel in Glas eingerührt und wenn Licht darauf fällt, dann streuen diese Metall-Nanopartikel unterschiedliche Wellenlängen des Lichts unterschiedlich stark. Dadurch werden Kirchenfenster bunt.“ Kewes Aufgabe liegt darin, zu beschreiben, wie sich Plasmonen in den Metall-Nanostrukturen verhalten und das Licht von Molekülen oder Atomen manipulieren – zum Beispiel heller leuchten lassen. Die oben erwähnte Quantenfluktuation wird sozusagen durch die Nanostrukturen verstärkt.



Die Unberechenbarkeit der Quantenfluktuation und damit der Quantensprünge haben die Forschenden an Tonabfolgen wie beim Jazz erinnert.



Technologisch stößt die Forschung aktuell beim Bau optischer Schaltkreise durch das Beugungslimit an Grenzen. Es ist nicht möglich, Licht auf einen Bereich zu fokussieren, der kleiner sei als eine bestimmte Größe, nämlich etwa die halbe Wellenlänge des Lichts. Das Resultat: „Wenn ich etwas kleiner baue, dann darf ich nicht zu eng bauen, weil das Licht sonst hin- und herkoppelt und dann funktioniert gar nichts mehr.“ Generell sei der große Traum der Plasmonik, dass alles Optische in Zukunft miniaturisiert werden könnte.

Kewes ist Fan der „Zurück in die Zukunft“-Trilogie aus den 1980er Jahren und hatte beim Vorwort seiner Dissertation

über die Untersuchung grundlegender Elemente für die aktive Nanooptik eine Idee. „Ich wollte kein langweiliges Vorwort schreiben und habe dann Parallelen zum Film festgestellt. Ungefähr in dem Jahr, in das die Hauptfigur Marty McFly reist, habe ich die Dissertation eingereicht. Also habe ich überlegt, ob es die Erfindungen, die gezeigt werden, schon gibt.“ Unter anderem große Bildschirme, die in den 80er Jahren noch undenkbar waren, existierten tatsächlich. Auch deshalb weiß Kewes: Was vorstellbar ist, kann irgendwann Wirklichkeit werden. [_sg](#)

ANZEIGE

NACHHALTIGE NEUBAU-BÜROFLÄCHEN AM ZUKUNFTSSTANDORT ZU MIETEN

1A-LAGE IM TECHNOLOGIEPARK ADLERSHOF

OLC
OFFICE LAB CAMPUS
ADLERSHOF

**BTB-FERNWÄRME MIT 57% ANTEIL
ERNEUERBARE ENERGIEN!**

**EU-TAXONOMIE-KONFORM
VERIFIZIERT DURCH DGNB**

AB 250 M² BIS 10.000 M² MIETFLÄCHE

AUSBAU NACH MIETERWUNSCH

DIREKT AM S-BAHNHOF



Eine Projektentwicklung der



immobilien-experten-ag.
www.immexa.de

VERMIETUNG +49 30 8891 3361

INFO@OFFICELAB-CAMPUS.BERLIN • WWW.OFFICELAB-CAMPUS.BERLIN



Open-Air-Kino im Technologiepark

Den Feierabend mit ein bisschen Kultur und anderen Adlershofer:innen ausklingen lassen? „Culture x Science at Work“ macht es möglich. Die WISTA Management lädt gemeinsam mit dem Hörsaalkino Adlershof und dem Gesundheitsnetzwerk zum Open-Air-Kino ein. Animation, Science-Fiction oder Biopic? Entscheiden Sie selbst, denn an drei Abenden (4., 9., und 17. September) werden mit „Wall-E“, „Arrival“ und „Bohemian Rhapsody“ vollkommen verschiedene Filme gezeigt. Start ist jeweils um 19:00 Uhr, Einlass ab 18:30 Uhr. Der Eintritt ist kostenfrei, für Getränke und Popcorn ist gesorgt.

adlershof.de/kultur

Gemeinsames Data & AI Center

Datengestützte Forschung ist entscheidend, um gesellschaftliche Herausforderungen zu bewältigen – sei es in der Gesundheits-, Material- oder Klimaforschung. Mit einem Schulterschluss wollen der Exzellenzverbund Berlin University Alliance (BUA), das Max Delbrück Center für Molekulare Medizin in der Helmholtz-Gemeinschaft (MDC) und das Helmholtz-Zentrum Berlin für Materialien und Energie (HZB) gemeinsam mit dem Zuse-Institut Berlin (ZIB) ein leistungsstarkes Data & AI Center in der Hauptstadt aufbauen. In einem ersten Schritt ist vorgesehen, am HZB-Standort Adlershof in Kooperation mit dem ZIB ein neues Rechenzentrum für Spitzenforschung zu errichten.

www.helmholtz-berlin.de

Neue Stadtbäume für Johannisthal/Adlershof

Berlin ist mit über 430 000 Straßenbäumen eine der grünen Metropolen der Welt, allerdings konnten viele Straßenbäume, die in den vergangenen Jahren gefällt werden mussten, aus finanziellen Gründen nicht ersetzt werden. Rund 3 000 Euro werden durchschnittlich benötigt, damit ein Berliner Straßenbaum gepflanzt und die ersten drei Jahre gepflegt werden kann. Um den Bestand zu halten, werden Spenden benötigt. Wenn 500 Euro erreicht sind, gibt der Berliner Senat den Rest dazu. Aktuell können Sie bis 15. September 2025 speziell für die Herbst-Pflanzperiode im Entwicklungsgebiet Johannisthal/Adlershof spenden. An insgesamt 75 Standorten, beispielsweise in der Ernst-Lau-Straße, James-Franck-Straße, Johann-Hittorf-Straße und Wagner-Régeny-Straße, sollen neue Bäume gepflanzt werden. Bei Fragen hilft eine Spendenhotline weiter: (030) 9025-1234.

Stadtbäume für Berlin – Berlin.de

ANZEIGE



OPEN AIR KINO

@ Technologiepark Adlershof

FREE ENTRY & POPCORN

04. SEPTEMBER 2025

WALL-E [DE]

09. SEPTEMBER 2025

ARRIVAL [OmdU]

17. SEPTEMBER 2025

BOHEMIAN RHAPSODY [OmdU]





Einlass: ab 18.30 Uhr
Start: 19.00 Uhr

Volmerstr. 2
12489 Berlin
Wiese im Innenhof



CULTURE MEETS SCIENCE AT WORK



Tag der Chemie: Studium, Forschung, Berufsweg

Studium – und dann? Welche Einstiegschancen bieten Chemieunternehmen? Welche Berufsweg gibt es in der chemisch-pharmazeutischen Industrie? An welchen Forschungsfragen arbeiten Promovierende? Was ist los an der Schnittstelle von Universitäten, Unternehmen und außeruniversitären Forschungseinrichtungen? Diese Fragen thematisiert der Tag der Chemie. Bereits zum 34. Mal laden Berliner und Potsdamer Universitäten und Institutionen am 3. Juli 2025 zum fachlichen Austausch in das Lehrraumgebäude Chemie-Physik/Walter-Nernst-Haus in der Newtonstraße 14 ein. Gastgeber sind in diesem Jahr das Institut für Chemie der Humboldt-Universität zu Berlin und das Forschungsnetzwerk IGFA e. V. Die Teilnahme ist kostenfrei.

www.nordostchemie.de/vci/bildung/tdc-2025.html



Augenzentrum Adlershof

Dr. Desiree Mascher; Dr. Kristina Kahl; Dr. Uta Lücke
Augenzentrum Adlershof, Albert-Einstein-Str. 2-4

FEMTO-LASIK IN ADLERSHOF

- Femto-LASIK / No-touch-Trans-PRK
- Beratung, Laserbehandlung und Nachkontrollen ohne Arbeitsausfall
- 20 Jahre LASIK-Erfahrung, geprüfte Technik aus Deutschland und der Schweiz
- Sonderkonditionen für Studenten und Berufstätige auf dem WISTA-Campus

Termine zur Beratung unter 030 / 678 25 864
Mail: praxis@augen-adlershof.de
www.augen-adlershof.de




Falling Walls Lab Berlin-Adlershof

Beim Falling Walls Lab Berlin-Adlershof (FWL) stellen Studierende und Nachwuchswissenschaftler:innen aller Fachrichtungen am 15. Juli 2025 ab 14:00 Uhr in der Bundesanstalt für Materialforschung und -prüfung (BAM) ihre bahnbrechende Forschungsarbeit oder ihr innovatives Geschäftsmodell vor einer hochkarätigen Jury aus Wissenschaft und Wirtschaft vor. Gewinnende jedes internationalen FWL qualifizieren sich für das Falling Walls Lab Finale am 7. November in Berlin. Interessierte sind herzlich willkommen.

fwl-adlershof@igafa.de

BVG baut neuen Straßenbahn-betriebshof in Adlershof

Mit einem neuen Betriebshof für Straßenbahnen in Adlershof stabilisieren die Berliner Verkehrsbetriebe (BVG) ihr Angebot in Treptow-Köpenick. An der Köpenicker Straße/Ecke Adlergestell entstehen auf etwa 50 000 Quadratmetern Abstell-, Wartungs- und Reparaturkapazitäten für bis zu 60 Fahrzeuge. Das bestehende Straßennetz erhält damit eine zusätzliche betriebliche Basis im Südosten der Stadt, die die essenziellen, regelmäßigen Werkstattbesuche deutlich effizienter ermöglicht und so die Zuverlässigkeit im Betrieb nachhaltig stärkt. Der Baubeginn ist für 2026 geplant. Der Betriebshof wird voraussichtlich im Jahr 2030 in Betrieb gehen.

www.bvg.de

HERAUSGEBERIN

WISTA Management GmbH

REDAKTION

Peggy Mory; (V. i. S. d. P.: Cindy Böhme)

REDAKTIONSADRESSE

WISTA Management GmbH
Bereich Unternehmenskommunikation
Rudower Chaussee 17, 12489 Berlin
Tel.: +49 30 63 92 22 13
E-Mail: mory@wista.de
www.adlershof.de/journal

AUTOR:INNEN

Jörg Blech; Rico Bigelmann (rb);
Dr. Winfried Dolderer (wid);
Susanne Gietl (sg); Heike Gläser (hg);
Jördis Götz (jg); Peggy Mory (pm);
Kathrin Reisinger (kr)

LAYOUT UND HERSTELLUNG

Medienetage Anke Ziebell
Tel.: +49 30 609 847 697
E-Mail: aziebell@medienetage.de
www.ziebell-medienetage.de

ANZEIGENBETREUUNG UND

ADRESSMANAGEMENT

WISTA Management GmbH
Stefanie Reichardt, Tel.: +49 30 63 92 22 47
E-Mail: pr@wista.de

DRUCK

Druckhaus Sportflieger

BILDQUELLEN

Sofern nicht anders gekennzeichnet:
Tina Merkau.
Titelillustration: Marie Emmermann, skizzomat;
S. 2 o. l. + S. 4: Sabine Schlaak;
S. 3: Dorothee Mahnkopf;
S. 5: Christian Manthey;
S. 11 u.: Landeslabor Berlin-Brandenburg;
S. 12 u.: Daniel Heidrich;
S. 12 + 13 o.: 4talentsanalytics GmbH/
Nicole Richter-Schickert

Gedruckt auf Papier aus nachhaltiger
Waldwirtschaft.

Namentlich gekennzeichnete Beiträge stellen
nicht unbedingt die Meinung der Redaktion dar.
Nachdruck von Beiträgen mit Quellenangabe
gestattet. Belegexemplare erbeten.
Das „Adlershof Journal“ erscheint sechs
Mal pro Jahr in einer Auflage von jeweils 3 000
Exemplaren.

Die nächste Ausgabe erscheint Anfang
September 2025.

Das Adlershof Journal digital lesen
und als Newsletter abonnieren:
www.adlershof.de/journal

ANZEIGE



75 ZUFRIEDENE MIETER KÖNNEN NICHT IRREN

Campus für Gewerbe und Technologie
AM OKTOGON

BTB-FERNWÄRME MIT 57% ANTEIL ERNEUERBARE ENERGIE!



PREISGÜNSTIGE BÜRO-NEUBAUFLÄCHEN AM ZUKUNFTSSTANDORT ADLERSHOF

MIETEINHEITEN/GEBÄUDE VON 250 BIS 5.500 M²

+49 30 8891 3322

WWW.MIETEN-IN-ADLERSHOF.DE

MIETANFRAGE@MIETEN-IN-ADLERSHOF.DE







immobilien-experten-ag.
Eine Projektentwicklung der www.immexa.de



Unsere ganze Energie. Stecken wir auch in Ihr Projekt.

Seit 1990 Ihr zuverlässiger Partner
für individuelle Energielösungen.

030 34 99 07 66
Wir beraten Sie gerne!

Wärme, Kälte, Strom für Wohn-
quartiere, kommunale Bauten,
Industrie und Gewerbe.