

Erfahrungsbericht Erasmus Innsbruck 2025/2026

Planung und Vorbereitung

Ich kann euch auf jeden Fall empfehlen, die Erasmus-Infoveranstaltungen an der MHH zu besuchen. Dort bekommt ihr nicht nur viele wichtige Informationen, sondern lernt oft auch die anderen Studierenden kennen, die mit euch an dieselbe Gastuniversität gehen. Mir hat das sehr geholfen, weil wir uns gegenseitig unterstützen konnten, uns an Fristen erinnert haben und gemeinsam geschaut haben, dass niemand wichtige Schritte vergisst.

Für das Online Learning Agreement (OLA) habe ich mir zunächst in der Quintilübersicht (https://www.mhh.de/fileadmin/mhh/medizin-studiengang/downloads/Curriula/2025_2026/Studienverlaufsplan_2025_26.pdf) der MHH angeschaut, welche Kurse ich im 5. Studienjahr absolvieren müsste. Mein Ziel war es, möglichst alle diese Kurse auch in Innsbruck zu belegen, damit später möglichst viel problemlos angerechnet werden kann.

Anschließend habe ich auf der Website der Medizinischen Universität Innsbruck nach passenden Lehrveranstaltungen gesucht (https://www.i-med.ac.at/de/mitteilungsblatt/mitteil_25-26/) und meine Kursauswahl danach noch mit Herrn Fischer besprochen. Das war sehr hilfreich, um sicherzugehen, dass meine Überlegungen sinnvoll sind und später auch anerkannt werden.

Ein wichtiger Tipp: Achtet darauf, ob ein Modul in Innsbruck in Teil 1 und Teil 2 aufgeteilt ist. In diesem Fall solltet ihr unbedingt beide Teile belegen, da ansonsten die vollständige Anerkennung an der MHH problematisch werden kann.

Bei mir hat sich während des Semesters außerdem herausgestellt, dass für die Anerkennung der beiden Module Psychiatrie und Psychosomatik an der MHH nicht nur das Psychiatrie-Modul in Innsbruck ausreicht, sondern zusätzlich auch das Modul Kinder- und Jugendpsychiatrie benötigt wird. Das würde ich deshalb von Anfang an mit einplanen.

Falls sich während des Semesters Änderungen an eurem OLA ergeben, reicht es nicht aus, diese nur online einzutragen und mit der MHH abzusprechen. Informiert unbedingt auch Frau Schlager in Innsbruck persönlich über die Änderungen, damit sie euch korrekt für die entsprechenden Lehrveranstaltungen eintragen kann.

Die Blockpraktika muss man selbst organisieren. Ich habe gewartet, bis ich meinen Stundenplan aus Innsbruck bekommen habe, und dann geschaut, in welchen zweiwöchigen Zeiträumen ich keine Lehrveranstaltungen hatte. Für diese Zeit habe ich mich dann per E-Mail bei verschiedenen Einrichtungen für Famulaturen in Chirurgie und Allgemeinmedizin beworben.

Für die Allgemeinmedizin kann ich die Hausärztinnen-Praxis Dr. Agnes Fabjan wirklich sehr empfehlen. Das gesamte Team ist unglaublich herzlich, man wird toll aufgenommen und die Chancen auf einen Famulaturplatz sind sehr gut.

Schmerzmedizin konnte ich in Innsbruck nicht als reguläres Modul belegen, sondern über ein Wahlfach. Deshalb lohnt es sich auf jeden Fall, auch einen Blick in das Wahlfachangebot zu werfen. Dort finden sich oft spannende Veranstaltungen, mit denen sich fehlende Inhalte gut abdecken lassen.

Anreise

Die Anreise von Hannover nach Innsbruck ist unkompliziert. Mit dem ICE ist man in etwa sieben Stunden dort. Es lohnt sich auf jeden Fall, nach einer Direktverbindung zu schauen. Aber auch die Verbindung mit einmal Umsteigen in München funktioniert in der Regel problemlos.

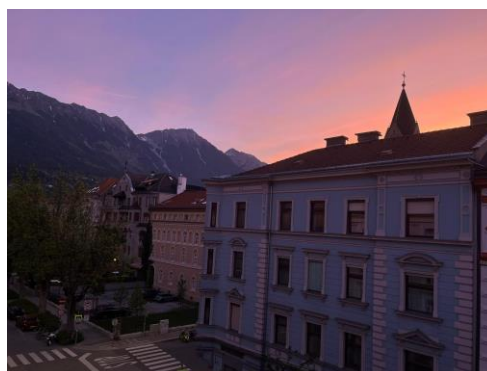
Für meine Zeit in Innsbruck habe ich mir das EU-Regio-Ticket gekauft. Damit kann man in Tirol (sogar im Fernverkehr), Südtirol und Trentino alle Regionalzüge nutzen. Da ich während meines Erasmussemesters bereits 26 Jahre alt war, war dieses Ticket für mich sogar günstiger als das Klimaticket, mit dem man nur in Tirol unterwegs ist.

Anfangs war ich mir unsicher, ob sich die rund 350 Euro wirklich lohnen würden. Im Nachhinein würde ich das Ticket aber jederzeit wieder kaufen. Es macht unglaublich flexibel und spontan – man steigt einfach mal in den nächsten Zug und entdeckt die wunderschöne Umgebung rund um Innsbruck. Besonders empfehlen kann ich die Zugfahrt nach Seefeld – allein die Strecke dorthin fühlt sich schon fast wie eine kleine Sightseeing-Tour durch die Berge an.

WG-Suche

Für eine Unterkunft habe ich mich so ca ab Anfang Juni gekümmert, ich wollte gerne zu September ein WG-Zimmer finden. Ich würde sagen, dass das die größte Herausforderung am Anfang ist, weil natürlich zum Semesterstart viele ein Zimmer suchen, deswegen lohnt es sich früh dran zu sein und vielleicht auch in Kauf zu nehmen, dass man schon einen Monat früher bezahlen muss. Ich habe mein Zimmer dann über WG gesucht gefunden. Es funktioniert meistens super, wenn man einfach auch ein Zimmer zur Zwischenmiete sucht, wo andere Studis auch ins Erasmus gehen und auch das Semester nicht da sind. Falls ihr Menschen kennt, die schon mal in Innsbruck waren oder Freunde dort haben, lohnt es sich auch immer einfach eine Instagram-Story zu machen, man darüber etwas findet oder frühzeitig in die Whatsapp-Gruppen der Med-Uni eingefügt wird, dort wird auch immer viel reingeschickt.

Man muss aber auch sagen, dass WGs in Innsbruck eher teurer als günstiger sind, aber oft wird man dann auch mit wunderschönen Bergblicken aus dem Fenster belohnt.



Einige von meinen Freund:innen hier waren auch in Wohnheimen, wie dem GreenInn. Das ist wirklich ein schönes und neues Wohnheim. Wie meine Friends berichtet haben, muss man sich dort aber sehr frühzeitig bewerben.

Uni Kurse

Die Kurse in Innsbruck sind blockweise organisiert. Das bedeutet, dass man meistens ein bis zwei Wochen am Stück dasselbe Fach hat und das entsprechende Modul danach bereits abgeschlossen ist. Von Frau Schlager bekommt man eine Übersicht, in welche Gruppen man eingeteilt wurde. Anschließend stellt man sich anhand des allgemeinen Stundenplans seinen eigenen Stundenplan zusammen. Bei Fragen meldet sich Frau Schlager auch immer schnell zurück und es gibt einige Whatsapp Gruppen, wenn man nicht weiter weiß.

Ich fand die Lehre in Innsbruck wirklich sehr gut organisiert. Die Ärzt:innen wussten immer, dass man kommt und haben sich Zeit genommen einem wirklich einiges zu zeigen. Mit etwas Glück hat man viele Kurse mit derselben Gruppe. Das macht den Uni-Alltag dann auch einfacher und schöner.

Freizeitaktivitäten

Ich würde sagen: Innsbruck ist einfach ein absolutes Freizeitparadies! Durch die Berge und die wunderschöne Natur gibt es unendlich viele Möglichkeiten, etwas zu unternehmen. Klar, ganz typisch für Innsbruck ist, dass im Winter gefühlt alle Ski fahren oder Skitouren gehen und im Sommer Rennrad fahren, wandern oder einfach generell viel draußen unterwegs sind.

Aber ich finde auch, dass man Innsbruck überhaupt nicht nur lieben kann, wenn man total sportlich ist. Man muss keine extremen Bergtouren machen, um die Stadt genießen zu können. Oft reicht es schon, irgendwo mit Blick auf die Berge zu sitzen oder eine kleine Wanderung zu machen – die Natur ist einfach überall und macht den Alltag total besonders. Und auch abseits vom Sport hat Innsbruck echt viel zu bieten. In der Bäckerei gibt es regelmäßig richtig schöne Veranstaltungen und Konzerte. Das Kater Noster ist perfekt, um einfach mal einen entspannten Strick- oder Spiele-Nachmittag zu verbringen. In der Wintersaison gibt es natürlich auch viele Partys am Berg, die Skigaudi, Hoadl Raves oder das Bogansa und man kann dort zum Sonnenuntergang tanzen. Für mich war das Schönste an Innsbruck, wie viel Zeit man automatisch draußen verbringt. Ich glaube wirklich, der Satz, den ich hier am häufigsten gesagt habe, war: „Wow, ist das schön hier.“

Natürlich machen aber auch die Menschen einen riesigen Teil von so einem Erasmussemester aus. Am Anfang gibt es viele Veranstaltungen vom ESN und ich würde euch echt empfehlen, dort hinzugehen. Alle sind neu und alle suchen Anschluss. Auch die Einführungsveranstaltung der MedUni ist eine richtig gute Gelegenheit. Ich habe die Erfahrung gemacht, dass eigentlich alle total offen sind – man muss sich nur trauen, den ersten Schritt zu machen.

Also ich muss echt sagen, dass ich hier wirklich wundervolle Menschen getroffen habe, die hoffentlich auch außerhalb von Innsbruck ganz lange in meinen Leben bleiben werden.

Kosten

Innsbruck ist schon eher eine teure Stadt – aber am Ende kommt es auch ein bisschen darauf an, was man daraus macht und wofür man sein Geld ausgeben möchte.

Lebensmittel sind hier etwas teurer als in Deutschland und auch ein Kaffee oder ein Eis zwischendurch kostet meistens ein bisschen mehr. Aber ein Eis bei Tomsaselli kann ich trotzdem immer empfehlen hihi.

Wenn ihr zwei Semester hier seid, würde ich euch das Freizeitticket wirklich ans Herz legen. Klar, es kostet erstmal einiges, aber für mich hat es sich total gelohnt. Im Winter konnte ich damit spontan Skifahren gehen und im Sommer einfach mal nach den Vorlesungen mit der Gondel auf die Nordkette oder den Patscherkofel fahren. Gerade die Sonnenuntergänge dort oben sind einfach wunderschön.

Fazit

Ich muss echt sagen, dass ich mich unendlich in Innsbruck verliebt habe und es mir unglaublich schwerfällt, jetzt wieder wegzuziehen. Dieses Jahr hier war für mich einfach so, so besonders und hat mir auf ganz vielen Ebenen richtig gutgetan.

Am liebsten würde ich für mein PJ nochmal zurückkommen – oder ehrlich gesagt einfach für immer hierbleiben.

Also, falls ihr noch überlegt, euch für Innsbruck zu bewerben: Macht es!! Und falls ihr euren Platz schon bekommen habt, wünsche ich euch von Herzen eine genauso schöne Zeit, wie ich sie hier hatte. Ich wünsche euch ganz viele „Wow, ist das schön hier!“-Momente“, tolle Menschen um euch herum und schon jetzt ganz viel Vorfreude auf das, was euch erwartet.