

# Erfahrungsbericht Pau, Frankreich

Auslandssemester im Wintersemester 2023/2024 an der ESC Pau in Frankreich

Im folgenden Bericht möchte ich über meine Erfahrungen während meines Auslandssemesters in Pau – einer netten französischen Kleinstadt im Südwesten Frankreichs, welche nahe der Atlantikküste, sowie den Pyrenäen liegt – berichten.



## 1. Vorbereitung

Für ein Auslandssemester mit Erasmus Unterstützung fallen im Vorfeld einige nicht unaufwändige Tätigkeiten wie beispielsweise die Beteiligung am „Buddy-Service“, diverse Pflicht-Informationsveranstaltungen, das Wählen der gewünschten Partneruniversität, sowie die fristgerechte Einreichung aller notwendigen Dokumente an.

Ich entschied mich in der ersten Wahl ursprünglich für drei Partneruniversitäten in Spanien, bei welchen ich jedoch, retrospektiv glücklicherweise, keinen Studienplatz bekam und mich in der Nachwahl letztendlich für Pau entschied.

Die Kurswahl vorab gestaltete sich für mich unkompliziert, da man bei der ESC Pau im Wintersemester in erster Linie zwischen klassischem Business Administration Bachelor oder einem Masterstudiengang mit Schwerpunkt auf Nachhaltigkeit entscheidet und die ESC Pau für Erasmusstudenten das Belegen von sechs Fächern voraussetzt, wobei das von mir gewählte Bachelorprogramm nur sechs Fächer, sowie einen Französischkurs, zur Auswahl stellte.

Das Wintersemester startete bei mir am 21. Januar und war bereits am 15. April beendet, wobei ich während dieser Zeit zwei Wochen vorlesungsfrei hatte.

## 2. Unterkunft & Einkauf

### a. Wohnung

Für meinen Aufenthalt in Pau habe ich eine 25-Quadratmeter Ein-Zimmerwohnung inklusiver eigener Küche und Bad in der Residence Canopy Studently gemietet, welche ich wärmstens weiterempfehlen kann. Bei der Miete von 530 Euro, optional gibt es auch ein

20-Quadratmeter Zimmer für 450 Euro, sind ein Fitnessraum, Co-Working Space, Fahrradkeller, sowie Parkplatz und ein netter Gemeinschaftsraum mit inbegriffen.

In dem privaten Studentenwohnheim haben circa 100 weitere Studenten gelebt, wobei der Großteil französisch war, was es mir ermöglichte, sich auch mit französischen Studenten verschiedener Fachrichtungen auszutauschen und nicht nur die Kultur der anderen internationalen Studenten kennenzulernen.

WG-Zimmer gibt es in Pau bereits ab 300 Euro, viele der internationalen Studenten hatten sich auch ein Airbnb für die Zeit gemietet oder haben auf der Universitäts-eigenen Website passende Wohnungen gefunden.

#### **b. Lebensmittel**

Lebensmittelpreise sind vergleichbar mit München, wobei die Qualität der Lebensmittel bei großen Märkten wie beispielsweise Leclerc meiner Meinung besser als in Deutschland ist. Ich habe meist um die 70 bis 80 Euro die Woche für Einkäufe ausgegeben.

### **3. Universität**

#### **a. Studienaufbau**

In der ESC Pau ergibt sich ein übergeordnetes Fach immer aus zwei verschiedenen Kursen, die dann zusammengerechnet die Endnote ergeben. Da ich sechs Fächer wählen musste, von denen alle auf Englisch abgehalten wurden und eins davon der Französischkurs war, hatte ich also zehn verschiedene Kurse bei zehn verschiedenen Professoren. Ein Kurs besteht in der Regel aus nur vier Vorlesungen in welchen dann am Ende meistens eine finale Abschluss Präsentation gehalten und ein Multiple-Choice Klausur oder eine Case Study bearbeitet werden mussten.

Während meiner Zeit in Pau besuchte ich folgende Kurse:

1. Intercultural mgmt (The World we live in & Changing Organizations)
2. International business environment (Introduction to business law, Negotiations)
3. International business mgmt (Entrepreneurship, International Finance accounting)
4. Innovation mgmt (Applied research project, Innovation)
5. International marketing (International marketing und Digital business transformation)
6. French for Englisch speakers

Stand heute kann ich mir alle Fächer bei der Hochschule München anrechnen lassen.

#### **b. Vorlesungsalltag**

Der Vorlesungsalltag gestalte sich in der Regel sehr interaktiv, es gab teils Noten für die Mitarbeit und oftmals mussten wir in Gruppenarbeiten Vorträge während der Vorlesung vorbereiten und halten.

Die Kurse bestanden zu 50% aus internationalen und zu 50% aus französischen Studenten, wobei sich die Mehrheit der französischen Studenten verglichen mit den internationalen Studenten eher mäßig am Vorlesungsgeschehen beteiligten und manche teils auch Schwierigkeiten mit der englischen Sprache hatten.

Mir persönlich haben die interaktiven Vorlesungen und die Diskussionen mit den Professoren sehr gut gefallen und oftmals wurden auch aktuelle Themen debattiert.

### c. Schwierigkeit

Das Schwierigkeitsniveau der ESC Pau liegt meiner Meinung nach unterhalb der Hochschule München, vorausgesetzt man beteiligt sich an Vorlesungen und hält gerne Vorträge.

Hervorzuheben ist auch, dass neben den Vorlesungen viel Freizeit bleibt, da die aller meisten benoteten Vorträge während der Vorlesungszeit vorbereitet werden können und der Lernaufwand für Klausuren ebenfalls nicht mit der Hochschule München vergleichbar ist.

### d. Internationale Studenten

In meinem Bachelorprogramm kamen insgesamt sieben Studenten aus den Philippinen, zwei aus Spanien, eine aus Mexico und eine aus Argentinien. Ich habe mich mit allen sehr gut verstanden, jedoch am meisten mit den Filipinos unternommen, da diese auch untereinander Englisch geredet haben und ich mich somit besser integrieren konnte.

Für mich war es sehr bereichernd einen umfassenden Einblick in eine asiatische Kultur zu bekommen, ich bin dank dem regelmäßigen Austausch auch zu aktuellem wirtschaftlichem und politischem System offener geworden und habe neue Sichtweisen kennengelernt.

Ich bin sehr dankbar neue Freundschaften im Auslandssemester geschlossen haben zu können und werde demnächst die philippinischen Studenten in China und auf den Philippinen besuchen.

## 4. Leben in Pau

### a. Surfen & Skaten



Das für mich wichtigste Kriterium bei der Standortwahl meines Auslandssemesters war für mich die Nähe zu surfbaren Wellen, wie sie beispielsweise an der französischen Atlantikküste zahlreich vorhanden sind. Da ich mit dem Auto aus München angereist bin und unter anderem auch die Möglichkeit hatte in Hossegor, einem weltberühmten Surf-Mekkas und Austragungsort zahlreicher World Surf League Events, bei Freunden kostenlos zu übernachten, kam ich während meinen knapp vier Monaten in Pau zu insgesamt 70 Surftagen.

Neben den erstklassigen Beachbreaks in Hossegor, die in den Wintermonaten aufgrund der hohen Wellen und starken Strömungen jedoch nur für Fortgeschrittene und Profis geeignet sind, gibt es in der Nähe von Pau auch anfängerfreundlichere Spots wie beispielsweise die Breaks um Biarritz, die Longboardspots in Saint-Jean-de-Luz oder Santocha beziehungsweise La Piste in Capreton. Selbst im Winter werden hier regelmäßig Surfkurse auch für Anfänger angeboten.

Es ist theoretisch auch möglich die Spots mit öffentlichen Verkehrsmitteln oder der Ridesharing App BlaBlaCar zu erreichen, jedoch hat mir das eigene Auto ermöglicht, immer

sehr flexibel zu sein und teils auch vor oder nach der Vorlesung zum Surfen zu fahren, eben immer dann, sobald der Surfforecast gute Wellen vorhersagte.

Ich hatte natürlich auch mein Surfskate dabei und gerade in Hossegor und Capreton, aber teils auch in Pau, gibt es wirklich sehr gute Skateparks mit Bowls & co.

## b. Rennrad



Pau ist neben dem Surfen auch als sehr gute Rennrad- und Mountainbikedestination bekannt, Etappen der Tour de France verlaufen nicht unweit von Pau und auch das nahe gelegene Lourdes war in der Vergangenheit oft Austragungsort des Downhill Mountainbike Worldcups.

Auch wenn die französischen Autofahrer nicht so rücksichtsvoll wie in Deutschland sind, bietet die Nähe zu den Pyrenäen, sowie die wirklich schöne und unberührte Hügellandschaft um Pau eine Vielzahl von großartigen Rennradtouren an.

## c. Skifahren



Im Umkreis von Pau liegen zahlreiche Skigebiete wie beispielsweise Gourette und Cauterets, welches zwischen 1730m und 2450m Höhe bis Mitte April gute Bedingungen bietet. Die Skigebiete sind sehr gut mit öffentlichen Verkehrsmitteln erreichbar und verglichen mit den Alpen deutlich billiger, so zahlt man beispielsweise für ein Tagesticket inklusive Bus zum Skigebiet 32 Euro.

Auch wenn der Schnee in den Alpen teils besser ist und die Skigebiete in den Pyrenäen kleiner sind, hatte ich trotzdem sehr gute Skitage und kann bei einem Aufenthalt in Pau das Ski oder Snowboarden definitiv weiterempfehlen.

Wer nicht mit dem Auto anreist, kann sich für 15 Euro Ski- oder Snowboardequipment bei einem der zahlreichen Shops in der Nähe der Skigebiete ausleihen.



#### d. Weitere Freizeitaktivitäten



Pau hat des Weiteren eine Vielzahl von Paddle Tennis Plätzen zu bieten, es gibt insgesamt drei Kletterhallen, wobei ich zum Bouldern „Beta-Bloc“ empfehlen kann und es besteht die Möglichkeit regelmäßig Yoga-Kurse zu besuchen.

In den nahegelegenen Pyrenäen findet man des Weiteren zahlreiche spektakuläre Wanderung wie beispielsweise die Rundwanderung zum Cirque du Gavarnie oder die Wanderung zum sommet du béout nahe Lourdes.

Ebenfalls empfehlen kann ich im New Bowling Pyrenees bowlen zu gehen oder Abends Billiard in der New Red Lion Bar zu spielen.

#### e. Reisen

In der Nähe von Pau gibt es eine Vielzahl an empfehlenswerten Destinationen, von denen ich ein paar im Anschluss hervorheben möchte.

##### 1. Biarritz



Biarriz ist eine nette, am Atlantik liegende französische Kleinstadt, welche sehr gut mit der Bahn oder dem Bus von Pau zu erreichen ist. Highlight sind die Uferpromenade, das Casino, der Ausblick vom Leuchtturm, sowie die „Rocher de la Vierge“, eine Felsformation mit Marienstatue. Auch zum Surfen ist Biarritz sehr zu empfehlen.

##### 2. Bilbao



Da ein sehr guter Freund von mir während meiner Zeit in Pau sein Auslandssemester in Bilbao verbrachte, bin ich oftmals ein paar Tage zu Besuch gewesen. Bilbao bietet ein sehr gutes Nachtleben und ist weitaus billiger als Frankreich. Highlight war für mich der Surfstrand Sopelana, sowie das Guggenheim Museum.

### 3. Bordeaux



Bordeaux ist mit seinen 250.000 Einwohner neben Toulouse und Bilbao eine mit Pau verglichen recht große Stadt, welche sich ebenfalls gut für einen mehrtägigen Ausflug anbietet. Bordeaux überzeugt vor allem mit erstklassiger Architektur, nettem Flussufer und der Dune du Pilat, der höchsten Wanderdüne Europas, welche in der Nähe von Bordeaux liegt.

### 4. Hossegor



Die meiste Zeit habe ich während meines Auslandssemesters in Hossegor verbracht, da das Surf-Mekka am Atlantik neben zahlreichen Surf Shops und Outlets einen der besten Strände Frankreichs, sehr gute Restaurants und Eisdielen, nette Bars und einen Technoclub, viele Yogastudios, sehr gute Skateparks, sowie die mitunter besten Surfbedingungen Europas bietet, da ein naheliegender Unterwassergraben dauerhaft hohe Wellen garantiert und die große Auswahl an Surfspots das Wellenreiten zu fast allen Bedingungen erlaubt.

### 5. Lourdes



Lourdes ist ebenfalls gut mit öffentlichen Verkehrsmitteln zu erreichen und ist dank dem „Heiligen Bezirk“ eine weltweit bekannte Marienwallfahrtsstätten, die jährlich Millionen Besucher anzieht. Highlight sind hier die Grotte von Massabille, sowie die Maria-Empfängnis-Basilika Kirche. Ebenfalls sehr empfehlen kann ich die bereits erwähnte Wanderung zum sommet du béout, von welchem man einen atemberaubenden Ausblick über Lourdes und die Pyrenäen hat.

### 6. San Sebastian



San Sebastian liegt direkt nach der spanischen Grenze und ist ebenfalls einen Tagesausflug wert. Highlight ist meiner Meinung nach der Ausblick vom Motako Gazetula Schloss, die vielen Tapasbars und die nette Altstadt.



## 7. Saragossa-Bilbao Roadtrip



Wer mit dem Auto anreißt oder Lust hat während der vorlesungsfreien Wochen einen Roadtrip zu machen, dem kann ich empfehlen durch die Pyrenäen in die spanische Stadt Saragossa zu fahren, welche sehr viele historische Sehenswürdigkeiten wie die barocke Basilica de Nuestra Senora del Pilar zu bieten hat und anschließend einen Zwischenstopp in der für ihre Felsformationen bekannte Nationalparkwüste Bardenas Reales, sowie Bilbao einzulegen, um die aus Game of Thrones bekannte Halbinsel „Gaztelugatxe Doniene“ zu besichtigen. Auf dem Rückweg aus Bilbao bietet sich des Weiteren ein kleiner Abstecher nach San Sebastian und Biarritz an.

### f. Nachtleben in Pau

Wichtig zu erwähnen ist, dass Pau aufgrund von seiner Größe mit nur gut vier Clubs und einer Handvoll guter Bars verglichen mit anderen Städten wie Bilbao oder Toulouse ein eher bescheideneres Nachtleben bietet. Auch wenn die Clubs und Bars donnerstags bis samstags relativ gut besucht sind, gibt es leider keine Erasmusorganisation, welche Partys für internationale Studenten organisiert.

## 5. Fazit

Ich war in Pau mit dem Gesamtpaket aus der Nähe zum Atlantik und den Bergen, den zahlreichen Möglichkeiten für Sportarten wie Surfen, Rennradfahren, Wandern, Paddle Tennis, Bouldern, Yoga und vielen weiteren sehr zufrieden und habe die gemütliche Kleinstadtatmosphäre, sowie die unberührte Natur sehr genossen und würde rückblickend definitiv wieder ein Auslandssemester in Pau verbringen. Meiner Meinung nach hebt sich Pau auch mit der vielen Freizeit, sowie dem doch recht leichten Universitätsniveau von anderen Erasmusdestinationen ab und wer bereit ist ein paar Einstriche im Nachtleben in Kauf zu nehmen wird in Pau ein großartiges Auslandssemester haben. Gerade für Surfer, welche die Möglichkeit haben mit einem Auto anzureißen, ist Pau sehr zu empfehlen.