

WORKSHOP HITZESCHUTZ UND SPORT – EIN WIDERSPRUCH?

Netzwerkbüro für Nachhaltigkeit im Sport in der Lausitz



Gefördert durch:



Bundesministerium
für Wirtschaft
und Energie

aufgrund eines Beschlusses
des Deutschen Bundestages

AGENDA

1. Ziel des Workshops
2. Warum Hitzeschutz?
3. Impulsvortrag Frau Dr. Beckendorf
4. Impulsvortrag Fachstelle für Hitzeschutz
5. Abschluss und Ausblick



Praxisnahe
Empfehlungen

Aufklärung



Ziel des Workshops

Raum für Fragen

Vernetzung



Warum Hitzeschutz?



Brandenburg wird heißer

- Bundesland mit fast den meisten Hitzetagen und höchsten Temperaturspitzen
- Region erwärmt sich schneller als viele andere Teile Deutschlands

Für Brandenburg bedeutet das konkret:

- häufigere und längere Hitzeperioden,
- extreme Trockenheit,
- hohe Waldbrandgefahr,
- starke Belastung für Menschen, Natur und Infrastruktur
 - Trainingsplätze trocknen aus,
 - Hallen überhitzen,
 - Wettkämpfe müssen verlegt oder abgesagt werden



Warum im Sport?

Hitze wirkt im Sport Doppelt!

- Körper produziert zusätzliche Wärme, während hohe Außentemperaturen die Abkühlung erschweren,
- Risiko für Hitzekrämpfe, Hitzeerschöpfung und Hitzschlag steigt massiv
- Viele Sportarten finden im Freien statt
- Trainings oft nachmittags, wenn es am heißesten ist,



PROGNOSE

DES DEUTSCHEN WETTERDIENSTS

Sommer2026

01

überdurchschnittliche
Temperaturen &
anhaltende
Wärmeperioden

02

frühe Hitze
bereits im
Frühjahr

03

hohe Belastung
in der
gesamten
Sommersaison

04

mehr Tage, an
denen Sport im
Freien nur
eingeschränkt
möglich ist

Medizinische Auswirkungen von Hitze im Sport

Dr. med. Claudia Beckendorf

- Fachärztin für Innere Medizin und Kardiologie mit der Zusatzbezeichnung Sportmedizin
- seit 2017 Oberärztin und wissenschaftliche MA in der Sportmedizin, Hochschulambulanz der Universität Potsdam
- eigene Praxis in Potsdam mit Schwerpunkt Sportkardiologie (Kardiologie, Sport und Prävention)
- langjährige Betreuung von Leistungssportlern und Nachwuchsleistungssportlern der Eliteschulen des Sports aus dem Land Brandenburg sowie Freizeit-/Breitensportlern

Hitzeschutz im organisierten Sport

Fachstelle Hitzeschutz Brandenburg

Pauline Stiller

- Consultant bei GreenAdapt Gesellschaft für Klimaanpassung mbH seit 2024
- Studium der Geographie (B.Sc.) an der Universität Tübingen
- Geographie des Globalen Wandels (M.Sc.) an der Universität Freiburg
- Co-Leitung der Fachstelle des Zentralen Netzwerks Hitzeschutz
- Mitarbeit an kommunalen Klimaanpassungskonzepten

Carsten Walther

- Co-Geschäftsführer der GreenAdapt Gesellschaft für Klimaanpassung mbH
- Studium der Physik (Diplom) an der Universität Potsdam
- Co-Leitung der Fachstelle des Zentralen Netzwerks Hitzeschutz
- Mitwirkung an der Erstellung des Gutachtens zum Hitzeaktionsplan Brandenburg
- Umfangreiche Erfahrung in kommunalen Klimaanpassungsprozessen



Erkenntnisse

Leitfäden und
Materialien

Abschluss und Ausblick

Angebote und
Vernetzungen

Empfehlungen

Deutsche Olympische Sportbund (DOSB) Muster-Hitzeschutzplan

konkrete Handlungshilfen für
Sportvereine



Empfehlungen

Vorhandener Hitzeaktionsplan - HAP BB

Von dem Ministerium Arbeit, Soziales, Gesundheit und gesellschaftlichen
Zusammenhalt



WORKSHOP HITZESCHUTZ UND SPORT – DANKE FÜRs ZUHÖREN

Netzwerkbüro für Nachhaltigkeit im Sport in der Lausitz



Quellenverzeichnis

- Bundesregierung. (2023). Klimawirkungs- und Risikoanalyse 2023 für Deutschland (KWRA). <https://www.bundesregierung.de/breg-de/themen/klimaschutz/klimarisiken-2140830>
- Deutsche Gesellschaft für Sportmedizin und Prävention (DGSP). (2022). Hitze und Sport: Medizinische Empfehlungen zum Training und Wettkampf bei hohen Temperaturen. Deutsche Gesellschaft für Sportmedizin und Prävention. <https://www.dgsp.de/hitze-und-sport>
- Deutscher Wetterdienst. (2021). Klimareport Brandenburg. Deutscher Wetterdienst. https://www.dwd.de/DE/leistungen/klimareport_brandenburg/klimareport_brandenburg.html
- Deutscher Wetterdienst. (2023). Deutschlandwetter im Klimawandel: Hitze und Hitzetage. DWD Klimamonitoring. <https://www.dwd.de/DE/leistungen/klimamonitoring/klimamonitoring.html>
- Deutscher Wetterdienst. (2026). Jahreszeitevorschau: Saisonale Klimaprognose für März bis Juli 2026. Deutscher Wetterdienst. <https://www.dwd.de/DE/leistungen/jahreszeitevorschau/jahreszeitevorschau.html>
- Helmholtz-Zentrum für Umweltforschung. (2021). Trockenheit in Deutschland: Entwicklungen und Risiken. UFZ-Bericht. [Von dem Ministerium Arbeit, Soziales, Gesundheit und gesellschaftlichen Zusammenhalt](#)

