



Sport im Klimawandel: Wissen erweitern, nachhaltig handeln	07.05.2025	Akademie des Sports
	44 Teilnehmende	Aufklärung, Prävention, Engagement, Strategien

Ausgangslage

Klimaschutz und Klimaanpassung sind zentrale Herausforderungen unserer Zeit – auch für den Sport. Steigende Temperaturen, extreme Wetterereignisse und veränderte Umweltbedingungen wirken sich zunehmend auf Sportstätten, Veranstaltungen und Trainingsmöglichkeiten aus. Diese Veränderungen erfordern Anpassungen. Gleichzeitig ist der Sport weiterhin aufgefordert, durch Maßnahmen wie Energieeffizienz, nachhaltige Mobilität und Ressourcenschonung einen aktiven Beitrag zum Klimaschutz zu leisten.

Das geschah



Im dreigeteilten Eröffnungsvortrag, zeigte zunächst *Lena Hübsch* vom Niedersächsischen Kompetenzzentrum Klimaforschung (NIKO) auf, dass Niedersachsen bereits deutlich wärmer geworden ist – ein Trend, der sich fortsetzen wird. Selbst bei ambitioniertem Klimaschutz sei mit einem Temperaturanstieg von 0,6 bis 1,4 Grad bis zum Jahr 2100 zu rechnen. Ohne Klimaschutz drohen für Niedersachsen sogar bis zu 4,8 Grad mehr. Die Zunahme von Hitzetagen und Tropennächten sowie anhaltende Dürreperioden stellen Sporttreibende und Vereine zunehmend vor Herausforderungen. Auch Einschränkungen bei der Wasserverwendung, etwa für das Wässern von Sportplätzen, würden zukünftig zunehmen. Hübsch betonte: „Jede*r Einzelne kann etwas bewirken – in der

Summe entsteht daraus eine große Wirkung.“

PD Dr. Karim Abu-Omar von der Universität Erlangen-Nürnberg legte im zweiten Teil des Eröffnungsvortrags den Fokus auf den CO₂-Fußabdruck des Sports. Besonders relevant seien hierbei Reisewege – sowohl von Sportler*innen als auch von Fans. Zwar würden in einigen Sportarten auch durch viele Verbrauchsmaterialien negative Effekte erzielt, doch der größere Teil der Emissionen entstehe durch Mobilität. Dieses betrifft vor allem den Profi- und Leistungssport, aber auch der Breitensport trägt dazu bei. Letzterer könne bspw. durch die Optimierung der Einteilung von Ligen oder andere Wettkampfformate ebenfalls einen Beitrag leisten.



Prof. Dr. Sven Schneider, Sport- und Medizinsoziologe der Universität Heidelberg, beleuchtete die gesundheitlichen Auswirkungen des Klimawandels auf Sporttreibende. Sechs Risikofaktoren stellte er heraus: Hitze, UV-Strahlung, Verletzungsrisiken, Atemwegsbelastungen, Infektionen sowie mentale Belastungen. Besonders die zunehmende Hitze sei problematisch – der Körper könne sich in den meist kurzen Hitzewellen kaum anpassen. Maßnahmen zur Anpassung von Trainingszeiten, Trinkpausen, Sonnen-

schutz und das Vermeiden von Belastungen bei Krankheit seien essenziell. Auch die psychischen Auswirkungen von Hitze, Ozonbelastung und unsicheren Rahmenbedingungen müssen beachtet werden.

Mit der Frage wie sich Trainings- und Wettkampfformate trotz steigender Temperaturen sicher gestalten lassen, schloss der Workshop von *Prof. Dr. Sven Schneider* an. Ausgehend von eigenen Veranstaltungen analysierten die Teilnehmenden potenzielle Gesundheitsrisiken durch den Klimawandel – etwa Hitzebelastung – für verschiedene Personengruppen wie Sportler*innen, Zuschauer*innen und Schiedsrichter*innen. Ein Kurzinput zum TOP-Prinzip (Technisch, Organisatorisch, Persönlich) aus dem Arbeitsschutz diente als Grundlage zur Entwicklung konkreter Anpassungsmaßnahmen. Diese reichten von baulichen Lösungen wie Überdachungen und der Installation von Wasser- oder Sonnenschutzspendern über organisatorische Änderungen bei Zeitplänen und die Bereitstellung von Heat-Orientations-Maps bis hin zu persönlichen Schutzmaßnahmen wie der Verteilung von Kopfbedeckungen.



Im Rahmen des Workshops von *Birgit Freitag*, CONTUR GmbH, diente das Modell der Inner Development Goals (IDGs) als inhaltliche Grundlage. Die IDGs beschreiben fünf zentrale Dimensionen innerer Entwicklung: Being (Beziehung zu sich selbst), Thinking (kognitive Fähigkeiten), Relating (Verbindung zu anderen), Collaborating (soziale Fähigkeiten) und Acting (Handeln mit Sinn). Diese Dimensionen umfassen insgesamt 23 Fähigkeiten, die als Schlüsselkompetenzen zur Umsetzung der UN-Nachhaltigkeitsziele gelten. Sie bieten einen systematischen Ansatz, um individuelle und kollektive Transformationsfähigkeit zu fördern. Denn das menschliche Gehirn mag keine Veränderungen und bewertet potentielle Verluste stärker als Gewinne. Veränderung braucht deshalb Sicherheit, Vertrauen und

emotionale Anbindung. Darauf aufbauend wurde in einer Arbeitsphase diskutiert, wie bei Nachhaltigkeitszielen sowohl die Hürden überwunden als auch die identifizierten Zielgruppen überzeugt bzw. für das Ziel gewonnen werden können.

Im Workshop vom *PD Dr. Karim Abu-Omar* wurde sich zu Beginn dazu ausgetauscht, was die Vereine/Verbände der Teilnehmer*innen im Thema Nachhaltigkeit schon tun, was gut läuft und wo es hakt. Bei Infrastrukturmaßnahmen wie bspw. der Umrüstung auf LED-Leuchtmittel, energetischen Sanierungen oder Beregnungsanlagen sind die Teilnehmenden des Workshops schon gut unterwegs. Auch gibt es teilweise Konzeptideen für einen „Walking Bus“ für Schulkinder durch lokale Vereine. Hapern tut es noch an einer effektiven Mülltrennung und -vermeidung, der Lenkung der Anreise zu Spieltagen oder der Finanzierung von Maßnahmen. Darauf aufbauend planten die Teilnehmenden ein Vereinsfest, eine Saison und ein Kinder-Fußball-Turnier möglichst nachhaltig. Erkenntnisse waren, dass z. B. Maßnahmen der Veranstalter wie die Nutzung von Mehrweggeschirr, Trinkwasserstationen, die Ausgabe von Sonnencreme oder die Nutzung recycelter Pokale vergleichsweise gut umsetzbar sind. Herausfordernd kann die Steuerung der Anreise zur Vermeidung von CO2 sein.

Das haben wir mitgenommen

- Der Klimawandel betrifft den Sport sowohl strukturell als auch individuell.
- Der Sport muss reagieren: durch Aufklärung, präventive Maßnahmen und nachhaltige Strategien im Vereinsalltag.
- Veränderungen beginnen mit kleinen, sichtbaren Schritten.

Fotos: LSB Niedersachsen, privat

Ansprechperson:

Marco Vedder

mvedder@akademie.lsb-nds.de

Hendrik Zimmermann

hzimmermann@lsb-niedersachsen.de