



GOLFVERBAND BERLIN-BRANDENBURG

GVBB-Handlungsanweisungen bei Hitze

Anhang zum GVBB-Turnierstatut (GVBB-Hitzeregeln)

1. Vorbemerkung

Golf ist eine Sportart an der frischen Luft, die man bei fast jedem Wetter problemlos betreiben kann. Steigen die Temperaturen deutlich über 30 Grad an, so kann eine gesundheitliche Gefährdung bestehen, auch wenn der Golfsport im Vergleich zu anderen Sportarten ein geringeres Aktivitätsniveau hat. Die Risiken und das individuelle Hitzeempfinden sind von verschiedenen Faktoren wie der Temperatur, den Ozonwerten, der Topographie der Anlage, der Dauer der sportlichen Betätigung und insbesondere der individuellen Verfassung und dem Alter des/r jeweiligen Golfers/in abhängig.

Grundsätzlich wird der GVBB ab der Saison 2023 bei Turnieren, die in den Monaten Juni und Juli stattfinden, soweit möglich, bei der Planung des Turnierkalenders hohe Temperaturen berücksichtigen und die Teilnehmerfelder so anpassen, dass eine hohe Hitzebelastung soweit wie möglich vermieden wird.

2. Hitze und Ozon - was ist damit gemeint und welche Gefahren bestehen grundsätzlich?

Hitzebedingte Todesfälle nahmen in den letzten Jahren lt. einer Veröffentlichung des Umweltbundesamtes zu. Das "Gesundheitsrisiko Hitze" besteht lt. Umweltbundesamt in Problemen für das Herz-Kreislaufsystems. "Als Folge von Hitzebelastung können bei empfindlichen Personen Regulationsstörungen und Kreislaufprobleme auftreten." (Quelle: Umweltbundesamt)

Der Bayerische Sportärzterverband erläutert auf Anfrage des Berlin-Brandenburgischen Golfverbands: „Gesunde Personen vertragen bei einer relativen Luftfeuchtigkeit bis 60% bei einer Außentemperaturen bis 28°C Sport gut. Darüber hinaus können dann durch die enorme Hitzeproduktion unseres Körpers bei stärkeren Belastungen bereits Hitzekrämpfe auftreten. Auf eine gute Hydratation (Flüssigkeitshaushalt) muss natürlich unter Hitzebedingungen besonders geachtet werden.“

Das Umweltbundesamt spricht von einer „starken Wärmebelastung“ bei einer Temperatur i. d. R. zwischen 32 bis 38 °C gefühlter Temperatur (Hitzewarnung Stufe I) oder einer „extremen Wärmebelastung“ bei mehr als 38 °C gefühlter Temperatur (Hitzewarnung Stufe II).

Aber auch der Ozonwert spielt eine immer größere Rolle bei der Belastung des Körpers. "Ozon kann in den Alveolen (Anm.: Lungenbläschen) zu einem Entzündungsprozess führen, der den Körper z. B. gegenüber Infektionen anfälliger macht und insbesondere bei körperlicher Belastung zu einer Verschlechterung der Lungenfunktion, Schleimhautreizungen, Husten, Müdigkeit und reduzierter



GOLFVERBAND BERLIN-BRANDENBURG

Leistungsfähigkeit führt“ (Quelle: “Klimawandel und Gesundheit – klimabedingte Gesundheitsrisiken im deutschen Sport”)

Ozonsensible Personen sollten bereits bei Ozonwerten von 150 µg/m³ ungewohnte Anstrengungen im Freien meiden. Ab dem bundesweiten Warnwert von 180 µg/m³ sollte grundsätzlich ungewohnte Anstrengung im Freien gemieden und ab Werten von 360 µg/m³ sollte kein Sport im Freien und damit auch kein Golf gespielt werden. (Quelle: Umweltbundesamt)

3. Entwicklung einer Handlungsanweisung für GVBB-Turniere zum Schutz der GolferInnen

Der Berlin-Brandenburgische Golfverband hat daher die nachfolgende Handlungsanweisung entwickelt und bittet alle GolferInnen in Berlin und Brandenburg Sorge zu tragen, bei übermäßiger Hitze und Ozonwerten die Ausübung des Golfsports zu vermeiden.

GolferInnen haben ungeachtet der nachfolgenden Regelungen in eigener Verantwortung zu prüfen, ob sie aufgrund besonderer Witterungsbedingungen und der eigenen physischen Kondition an einem Turnier teilnehmen können oder wollen.

3.1 Bei Turnieren, die in Verantwortung eines GVBB-Mitglieds durchgeführt werden (z.B. Heimspieltag der HBSL oder GVBB Mannschaftsmeisterschaften):

Gemäß GVBB-Turnierstatut kann ein Liga-Spieltag wegen extremer Hitze unter folgenden Voraussetzungen verlegt werden:

- a) Die für den Spieltag am Heimspielort vorhergesagte Temperatur in dem Zeitraum der letzten Startzeit zzgl. 5 Std. liegt:
 - für Spieltage der AK 65 bei 32,0 Grad Celsius oder höher
 - für Spieltage der AK 50 bei 35,0 Grad Celsius oder höher
 - für Spieltage der AK 30 und der Damen und Herren bei 35,0 Grad Celsius oder höher
 - für Spieltage der AK 18 und jünger bei 32,0 Grad Celsius oder höher.

Bei einer Tageshöchsttemperatur über 38 Grad (Hitzewarnstufe II) sollte in allen Altersgruppen das Golfspiel vermieden werden, Spieltage verlegt werden oder zwingend die Startzeit angepasst werden, um Tageshöchsttemperaturen während der Golfrunde zu vermeiden.

- b) Diese Vorhersage ist unter Zuhilfenahme des Standorts der austragenden Anlage (Ort) der Internetseite www.dwd.de am Vortag des Spieltags zwischen 10:00 Uhr und 12:00 Uhr zu entnehmen und muss nachweisbar



GOLFVERBAND BERLIN-BRANDENBURG

- c) dokumentiert werden. (mittels Screenshot/Bildschirmfoto; die Dokumentation muss Angaben zum Zeitpunkt der Entnahme enthalten:
- d) d.h. die Zeitangabe des aktuellen Messwertes sowie die Zeitangabe der Prognosedaten in dem unter Ziffer 3.1a genannten Zeitraum).
- e) Der Nachholtermin eines wegen Hitze verlegten Spieltages ist von den beteiligten Mannschaften binnen 1 Woche ausgehend vom ursprünglichen Spieltermin dem GVBB mitzuteilen. Die Verlegung der GVBB-Mannschaftsmeisterschaften erfolgt durch die GVBB-Geschäftsstelle.

3.2 Bei Turnieren, die in Verantwortung des GVBB durchgeführt werden (GVBB-Spielleiter vor Ort eingesetzt)

Bei Turnieren, in denen GVBB-Spielleiter eingesetzt werden, entscheidet die GVBB-Spielleitung unter Berücksichtigung der unter 3.1 genannten Parameter und nach Rücksprache mit der GVBB-Geschäftsstelle.

Der GVBB unternimmt im Vorfeld und während des Turniers alles, um die Turnierteilnehmerinnen und Turnierteilnehmer vor übermäßiger Hitze bei den GVBB-Turnieren zu schützen.

4. Generelle Empfehlungen für Golf bei hohen Temperaturen:

Vor der Runde:

- kleine, leichte Mahlzeiten
- ausreichend trinken
- mit Sonnenschutz eincremen

Während der Runde:

- Ausreichend Flüssigkeit trinken
- Wenn möglich Unterarme und Unterschenkel durch Wasser kühlen
- Sonnenschutz durch Kopfbedeckung und evtl. aufspannen von UV-dichtem Regenschirm
- Wenn möglich im Schatten gehen oder Schatten möglichst oft aufsuchen
- Helle Funktionskleidung tragen

Nach der Runde:

- Verlorene Flüssigkeit mit ausreichend Wasser auffüllen
- sich im Schatten, an kühleren Orten aufhalten

5. Woran können Sie Hitzeschlag und Überhitzung erkennen?

- Hochroter Kopf: der Körper ist stark überhitzt
- Kopfschmerzen, Schwindel und Übelkeit



GOLFVERBAND BERLIN-BRANDENBURG

- Beschleunigter Puls
- Krämpfe
- Bewusstseinsstörung, Verwirrtheit

6. Was tun bei Hitzschlag?

- Rettungsdienst rufen (ein Hitzschlag kann lebensbedrohlich sein)
 - der Austragungsorte hat eine Rettungskette => lassen Sie sich von dem Sekretariat im Austragungsort unterstützen
- Körper des/der Betroffenen kühlen
- Atmung kontrollieren
- Oberkörper aufrichten, ist die Person benommen, Beine etwas hochlagern
- Luft zufächeln
- Zu enge Kleidung lockern
- Ist der Betroffene/die Betroffene bei Bewusstsein, viel trinken lassen
- Bei Bewusstlosigkeit, umgehend stabile Seitenlage

Stand: 2026