

Anlage G Hitzeschutzempfehlungen

Hitzeschutzempfehlung für Orientierungslauf-Veranstaltungen in Bayern

Der Klimawandel und die damit einhergehende globale Erwärmung haben eine Zunahme an extremen Wetterereignissen, wie Hitzeperioden, zur Folge.

Hitzewellen führten in den letzten Jahren zu einem Anstieg an hitzebedingten Todesfällen und Krankheiten, wie Dehydrierung, Hitzschlag und Herz-Kreislaufkrankungen.

Um die Gesundheit des Menschen zu schützen, müssen Präventionsmaßnahmen auf verschiedenen Ebenen initiiert werden.

Ziel dieser Empfehlung ist es, hitzebedingte und UV-bedingte Erkrankungen und Todesfälle durch Prävention zu vermeiden.

Bei der Durchführung von Orientierungslauf-Wettkämpfen bei hohen Temperaturen (Juni/ Juli/ August), sollten die folgenden Empfehlungen beachtet und wenn möglich umgesetzt werden:

- Bayerische Meisterschaften und BayernCup-Läufe sollten bei der Bahnlegung nicht an die obere Toleranzgrenze der Bahnlängenempfehlungen geplant werden.
- Der Weg vom WKZ zum Start und vom Ziel zum WKZ sollte nicht zu lang sein.

Bei längeren Strecken (über 1 km) sollte nochmals Wasser zum Trinken am Start und Ziel bereitgestellt werden.

- Trinkstationen auch bei Mitteldistanzläufen anbieten und an strategisch gut liegenden Punkten legen.
- Prüfen, ob auch schattige Plätze auf der Zielwiese vorhanden sind und gegeben falls für zusätzlichen Schatten mit Zelten oder Pavillons sorgen.
- Auch an die Helfer beim Wettkampf denken und genügend Getränke und Sonnenschutz bereitstellen.