



PÉTANQUE BEI HITZE

GESUNDHEIT HAT VORRANG!



EMPFEHLUNG DES PVRLP



Dieser Leitfaden stellt eine Empfehlung des Pétanque-Verbandes Rheinland-Pfalz e.V. (PVRLP) zum Umgang mit hohen Temperaturen bei Turnieren, Ligaspieltagen und sonstigen Veranstaltungen dar. Er dient der Gesundheitsvorsorge und Orientierung für Vereine, Ausrichter, Veranstalter, Schiedsrichter und Spieler.

Die Beurteilung der konkreten Bedingungen vor Ort sowie die Entscheidung über geeignete Maßnahmen erfolgt durch die jeweils zuständigen Ausrichter, Turnierleitungen und Schiedsrichter im Rahmen der geltenden Regelungen.



FÜR VEREINE, AUSRICHTER UND VERANSTALTER



TRINKWASSER BEREITSTELLEN

- Ausreichend Trinkwasser bereitstellen
- Spieler auf ausreichendes Trinken hinweisen
- Nicht erst trinken, wenn Durst auftritt



SCHATTEN SCHAFFEN

- Pavillons, Zelte oder andere Schattenspender bereitstellen
- Sitzgelegenheiten möglichst im Schatten anbieten
- Turnierleitung und Schiedsrichter ebenfalls beschatten



ZUSÄTZLICHE PAUSEN ERMÖGLICHEN

- Bei Temperaturen über 30 °C:
- Längere Spiel- und Begegnungspausen ermöglichen
 - Spieler ausdrücklich zum Aufsuchen von Schatten auffordern



ERSTE HILFE VORBEREITEN

- Bereithalten:
- Kühlpacks
 - Kaltes Wasser
 - Feuchte Handtücher
 - Notrufnummern
 - Ggf. Ansprechpartner für medizinische Notfälle

FÜR SPIELERINNEN UND SPIELER



SONNENSCHUTZ VERWENDEN

Empfohlen werden:

- Kopfbedeckung
- Kühlende Schals o. ä.
- Sonnencreme mit hohem Lichtschutzfaktor
- Sonnenbrille
- Luftige Kleidung
- Falls möglich Sitzgelegenheit mitbringen



AUSREICHEND TRINKEN

- Vor, während und nach dem Spiel trinken
- Besonders bei langen Spieltagen können Wasser und elektrolythaltige, alkoholfreie Getränke sinnvoll sein



EIGENE GRENZEN BEACHTEN

Niemand soll sich durch einen Spieltag „durchkämpfen“.

Warnzeichen:

- Schwindel
- Kopfschmerzen
- Übelkeit
- Konzentrationsstörungen
- Ungewöhnliche Erschöpfung
- Muskelkrämpfe

Bei Beschwerden:

Spiel unterbrechen, Schatten aufsuchen und gegebenenfalls medizinische Hilfe anfordern.

FÜR SCHIEDSRICHTER UND TURNIERLEITUNGEN



GESUNDHEIT GEHT VOR ERGEBNIS

Bei außergewöhnlicher Hitzebelastung können geprüft werden:

- Zusätzliche Trinkpausen
- Längere Pausen zwischen Spielen
- Zeitweise Spielunterbrechungen
- Weitere organisatorische Schutzmaßnahmen prüfen



BESONDERE AUFMERKSAMKEIT

Besonders aufmerksam sollte auf folgende Personengruppen geachtet werden:

- Ältere Spielerinnen und Spieler
- Personen mit Herz-Kreislauf-Erkrankungen
- Personen mit bekannten gesundheitlichen Einschränkungen

HANDLUNGSEMPFEHLUNG BEI SEHR HOHER HITZE

TEMPERATUR	EMPFEHLUNG
Bis 29 °C	Normaler Spielbetrieb
30–34 °C	Zusätzliche Trink- und Schattenpausen
35–37 °C	Prüfung von längeren Pausen und besonderen Schutzmaßnahmen
Über 37 °C	Prüfung weitergehender organisatorischer Schutzmaßnahmen bis hin zu einem vorzeitigen Abbruch (Zustimmung aller Teams notwendig)

WICHTIG!

Diese Werte dienen als Orientierung. Maßgeblich sind immer die tatsächlichen Bedingungen vor Ort:



Sonne



Wind



Luftfeuchtigkeit



Schattenmöglichkeiten



Dauer des Spielbetriebs

LEITSATZ DES PVRLP

Pétanque soll auch bei sommerlichen Temperaturen sicher und mit Freude gespielt werden.

Gesundheit und Wohlbefinden aller Beteiligten haben Vorrang vor dem sportlichen Ergebnis.



HINWEIS DES PVRLP: Diese Handlungsempfehlung dient der Gesundheitsvorsorge bei hohen Temperaturen. Sie begründet keine zusätzlichen Rechte oder Pflichten und ersetzt keine Bestimmungen der Satzung, Ordnungen oder Richtlinien des PVRLP sowie keine gesetzlichen Vorschriften. Maßgeblich sind stets die tatsächlichen Bedingungen vor Ort und die Entscheidungen der zuständigen Verantwortlichen.

