

## PRESSE.INFORMATION



lsb h-Podcast: „Sportgebabbel“ zu Klimaanpassung

# Wie sich Sport an Hitze und Klimawandel anpasst

**Hohe Temperaturen, viel Sonne, Gewitter mit Hagel und Sturm – wie können wir uns auch im Sommer gesund bewegen und Sport treiben?**

In der aktuellen Podcast-Folge „Sportgebabbel“ spricht Carolin Strohbehn, Referentin für Kommunikation des Landessportbundes Hessen (lsb h), mit zwei Expert\*innen: Susanna Sophie Hinn vom Deutschen Olympischen Sportbund (DOSB), Projektmanagerin im Bereich Klimaanpassung im Sport, und Marco Mattes vom lsb h, Referent für Sport und Gesundheit. Die beiden geben praxisnahe Einblicke, wie Sportvereine, Trainer\*innen und Sporttreibende mit den Herausforderungen von Hitze und klimatischen Veränderungen umgehen können. Dabei geht es unter anderem um „Sport im Park“ – kostenfreie Angebote unter freiem Himmel, die besonders für alle geeignet sind, die Neues ausprobieren oder einen Verein kennenlernen möchten. Außerdem sprechen sie über Klimaanpassung im Sport: vom sogenannten Musterhitzeschutzplan, über Beschattung und Verpflegung an heißen Tagen bis hin zu angepassten Trainingszeiten.

Auch besondere Zielgruppen wie Kinder, ältere Menschen oder Personen mit Vorerkrankungen werden beleuchtet, für die extreme Temperaturen ein höheres Risiko bedeuten. Die Folge zeigt, dass Klimaanpassung kein Verbot ausspricht, sondern in erster Linie dem Gesundheitsschutz dient – und zugleich Chancen bietet, Sport neu zu denken, etwa durch neue Trainingsrhythmen, längere Outdoor-Saisons und kreative Lösungen für sichere Bewegung.

Die komplette Folge ist auf allen gängigen Podcast-Plattformen verfügbar sowie online unter [landessportbund-hessen.de/podcast](https://landessportbund-hessen.de/podcast).

**Über uns:** Der Landessportbund Hessen e.V. (lsb h) ist die Dachorganisation des hessischen Sports und vertritt die Interessen von 23 Sportkreisen, 60 Verbänden sowie 14 Verbänden und Organisationen mit besonderen Aufgaben. Mit rund 2,27 Millionen Mitgliedern in mehr als 7.300 Vereinen ist der lsb h die größte Personenvereinigung in Hessen. Wir engagieren uns für den Breiten-, Leistungs- und Jugendsport, erbringen Dienstleistungen bei Beratungen und Ausbildungen, geben Impulse in allen Themengebieten des Sports und fördern unsere Vereine.

Landessportbund Hessen e.V.

Kommunikation und Marketing  
Otto-Fleck-Schneise 4  
60528 Frankfurt

Fon 069 6789-262  
Fax 069 6789-300

[oeffentlichkeit@lsbh.de](mailto:oeffentlichkeit@lsbh.de)



[www.landessportbund-hessen.de](http://www.landessportbund-hessen.de)



[www.facebook.com/lsbh](https://www.facebook.com/lsbh)



[www.instagram.com/lsb\\_hessen](https://www.instagram.com/lsb_hessen)

Unsere Premiumpartner

