

LEITFADEN ABFALLANALYSE



GLIEDERUNG

Einleitung.....	2
Was ist eine Abfallanalyse?.....	3
Warum ist Abfallanalyse wichtig?.....	4
Die Umsetzung - Schritt-für-Schritt-Anleitung.....	5
Tipps und Hinweise.....	8
Best Practices.....	9

EINLEITUNG

Abfallanalyse im Sportverein – Warum sie wichtig ist und wie sie gelingt

Dieser Leitfaden hilft euch dabei, die Abfälle an einem typischen Spieltag systematisch zu erfassen, zu analysieren und daraus konkrete Maßnahmen zur Abfallvermeidung abzuleiten. Ziel ist es, gemeinsam mit eurem Team den Ressourcenverbrauch sichtbar zu machen – und erste Schritte hin zu einem umweltfreundlicheren Spielbetrieb zu gehen.

Wir zeigen euch Schritt für Schritt wie ihr eine Abfallanalyse vorbereitet, durchführt und auswertet: Von der Teamzusammenstellung über das Sortieren und Wiegen der Abfälle bis hin zur Auswertung und Kommunikation eurer Ergebnisse. Ihr bekommt praktische Tipps, wie ihr eure Analyse organisiert, worauf ihr achten solltet und welche Tools und Materialien euch dabei helfen.

Nach der Lektüre dieses Leitfadens wisst ihr...

- ... wie ihr eine Abfallanalyse selbstständig umsetzen könnt
- ... welche Abfallarten bei euch besonders häufig anfallen
- ... welche Abfallarten sich mit wenig Aufwand vermeiden lassen
- ... wie ihr eure Erkenntnisse sinnvoll dokumentiert und daraus gemeinsam im Verein sinnvolle Zero-Waste-Maßnahmen ableitet.

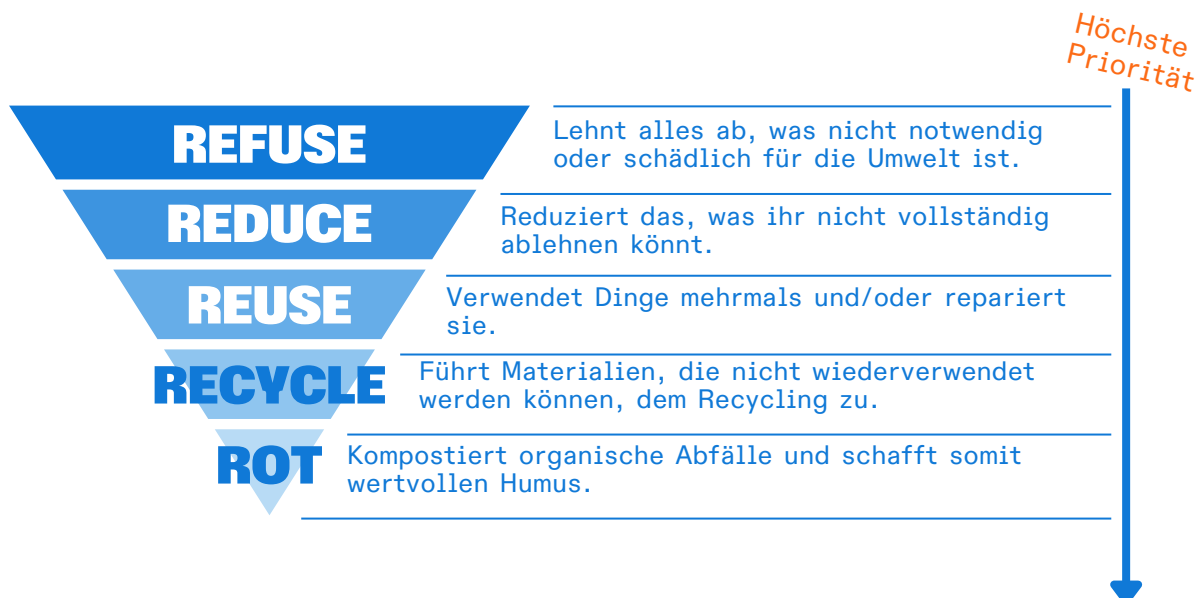


Was ist eine Abfallanalyse?

Mit der Abfallanalyse erfasst ihr den Abfall, der an einem typischen Spieltag entsteht. Dazu sammelt ihr alle anfallenden Abfälle, sortiert sie nach Kategorien und wiegt die einzelnen Mengen. So gewinnt ihr einen Überblick darüber, welche Abfallarten (Restmüll, Papier, Wertstoffe etc.) am häufigsten anfallen und aus welchen Gründen. Auch die Entsorgungsmöglichkeiten vor Ort werden berücksichtigt. Auf dieser Grundlage könnt ihr Maßnahmen entwickeln, um mit dem Ziel „Zero Waste“ die Abfallmenge zu reduzieren oder bestenfalls ganz zu vermeiden.

In herkömmlichen Analysen liegt der Fokus auf Recycling und Entsorgung. Doch die Zero-Waste-Pyramide priorisiert klar: Vermeiden vor allen anderen Maßnahmen. So zeigen es auch offizielle Zahlen: Laut NABU stammen nur max. 12% aller in Deutschland verwendeten Rohstoffe aus Recyclingmaterial – der Rest bleibt Primärrohstoff.

Dieser Fakt macht deutlich: Recycling allein greift zu kurz, wenn das Ziel ein wirklich abfallarmer Spieltag ist. Nur durch prioritäres Vermeiden von Abfällen, insbesondere Einwegprodukten, schaffen wir den größten Effekt.



Warum ist eine Abfallanalyse wichtig?



Eine Abfallanalyse ist der erste Schritt zu einer abfallärmeren Veranstaltung. Sie macht sichtbar, wo Ressourcen verschwendet werden, und zeigt gleichzeitig konkrete Wege auf, wie Spieltage sauberer, kostensparender und umweltfreundlicher gestaltet werden können.

Doris Knickmeyer,
Zero Waste City Mentorin

Mit den Ergebnissen der Analyse könnt ihr verstehen, welche Abfälle in eurem Verein entstehen, welche vermeidbar sind - und welche nicht. Manche Abfälle lassen sich schon mit geringem Aufwand vermeiden, während andere nur durch erhebliche Anstrengungen reduziert werden können. Doch wenn großes Einsparpotenzial besteht, kann die Vermeidung größerer Abfallmengen langfristig sogar Entsorgungskosten senken.

Das Ziel der Abfallanalyse besteht darin, neben der Erfassung der anfallenden Abfallarten, -mengen und Entsorgungsmöglichkeiten auch eine Vergleichbarkeit zu schaffen. Besonders wichtig ist dabei die Kennzahl „Abfallmenge pro besuchende Person“, da sie eine messbare Grundlage bietet, um Verbesserungen zu dokumentieren und gezielte Maßnahmen zur Abfallvermeidung abzuleiten.

DIE UMSETZUNG

SCHRITT FÜR SCHRITT ANLEITUNG ZUR ABFALLANALYSE



Mit Hilfe der Checkliste könnt ihr die Abfallanalyse Schritt für Schritt eigenständig durchführen.

Ihr habt keine Kapazitäten für die Durchführung?
Meldet euch einfach bei uns!

1. Vorbereiten

a. Team zusammenstellen:

- ☐ Stellt ein Team zusammen, um die Analyse gemeinsam durchzuführen (2-3 Personen).
- ☐ Wichtig: informiert die Spieltag-Teilnehmenden nicht über die Analyse - das könnte ihr Verhalten und damit die Ergebnisse beeinflussen.

b. Vorbereitungen vor Spielbeginn

- ☐ Leert alle Abfalleimer auf eurem Gelände bevor der Spieltag losgeht. Am besten morgens, bevor die ersten Personen das Gelände betreten.
- ☐ Zählt die Anzahl der Teilnehmenden (alle Personen, die die Abfalleimer nutzen konnten).

c. Ausstattung und Sicherheitsmaßnahmen:

- ☐ Sucht eine freie Fläche, auf der später die gesammelten Abfälle gut ausgebreitet werden können.
- ☐ Handschuhe tragen ist für alle Beteiligten empfehlenswert!
- ☐ Stellt Behälter bereit, um die verschiedenen Abfallfraktionen zu trennen
- ☐ Stellt eine Waage bereit, z.B. eine Kofferwaage

2. Sammeln

- ☐ Leert alle Abfalleimer auf eine Fläche (Wenn der Spieltag vorbei ist, also die letzten Personen gegangen sind). Vergesst nicht die Umkleiden, Toiletten und Büroräume!
- ☐ Fotografiert die Abfälle und notiert die Orte der Entstehung, wenn möglich.

3. Sortieren

- ☐ Sortiert eure Abfälle nun in alle Entsorgungsmöglichkeiten, die in eurer Stadt bestehen, mindestens:
 - Verpackungen
 - Papier & Kartonagen
 - Bioabfall
 - Glas
 - Restmüll
 - Recyclinghof (z.B. Batterien, Elektrokleingeräte, Textilien)
- ☐ Legt weitere Kategorien fest und berücksichtigt die Umstände in eurem Verein (z.B. separat gesammelte Federbälle für ein Recycling-Projekt).

4. Wiegen und Dokumentieren

- ☐ Leert alle Abfalleimer auf eine Fläche (Wenn der Spieltag vorbei ist, also die letzten Personen gegangen sind)
- ☐ Vergesst nicht die Umkleiden, Toiletten und Büroräume!
- ☐ Fotografiert die Abfälle und notiert die Orte der Entstehung, wenn möglich.

5. Auswerten

- ☐ Informiert euch bei der Vereinsverwaltung, welche Abfallfraktionen von eurem Verein wie entsorgt werden (z.B. Entsorgungsvertrag mit der BSR).
- ☐ Welche Abfallarten kommen am häufigsten vor?
- ☐ Diskutiert mögliche Maßnahmen, um Abfälle zu vermeiden oder zu reduzieren.



Nutzt hier unsere Vorlage "Zero Waste Sprint" im Downloadbereich

6. Berichten

- ☐ Erstellt eine kurze Zusammenfassung der Ergebnisse und eurer Verbesserungsvorschläge. (Zero Waste Sprint Vorlage)
- ☐ Geht in den Austausch mit euren Mitgliedern und bezieht sie in die Entwicklung von Lösungen mit ein.
- ☐ Um Fortschritte zu messen, wiederholt die Analyse und vergleicht die Ergebnisse!

Beispielwerte nach einem Fußballspieltag

Fraktion	Gewicht in kg	pro Person in kg	Inhalte	Entsorgungs- möglichkeit
 Schwarz / Restabfall	2,22	0,014	70 Servietten 10 Taschentücher 7 Tape-Streifen Asche vom Grill	ja
 Gelb / Wertstoffe	0,9	0,006	12 Einwegbecher 5 Großverpackungen für Würstchen 5 Tetrapaks 1 kaputte Kunststoff-Trinkflasche	ja
 Braun / Bioabfall	2,2	0,006	20 Bananenschalen Kaffeesatz Essensreste	Nein, landet im Restmüll
 Blau / Altpapier	0,44	0,003	Verpackungen der Grillkohle Getränkekartons Tape-Verpackung Papiertüte	ja
 Glas	2,96	0,019	6 Flaschen (Alkohol)	wird von Mitglied mitgenommen
 Textilien	0,2	0,001	zerrissenes Trikot kaputte Socke	Nein, landet im Restmüll
GESAMT	9,32	0,059		

Tipps & Hinweise

Nicht das "big picture" aus den Augen verlieren!

Was wiegt mehr – eine Handvoll Glas oder hunderte Einwegbecher?

Lasst euch bei eurer Analyse nicht vom Gewicht allein täuschen – schaut auch auf eure Fotos! Einweg-Glasflaschen erscheinen oft als Hauptproblem, weil sie schwer sind. Zählt ihr aber die einzelnen Gegenstände, zeigt sich schnell: Häufig machen Einwegbecher den Großteil des Mülls aus. Nutzt diese Erkenntnis – und fragt euch: Wo können wir mit einfachen Lösungen wie Mehrwegbechern wirklich etwas verändern?

Fokussiert euch auf die Low hanging fruits!

Überlegt gut, welche Maßnahmen den größten Effekt bei geringem Aufwand haben. Wenn euer Verein z. B. viele Federbälle verbraucht, die Ursachen aber auf Liga-Vorgaben zurückgehen, lohnt sich ein Gespräch mit dem Verband – das braucht jedoch Zeit. Konzentriert euch zunächst auf das, was ihr direkt beeinflussen könnt: Welche Abfälle lassen sich leicht vermeiden – vielleicht durch einfache Veränderungen oder kreative Alternativen? Fangt dort an, wo ihr schnell sichtbare Erfolge erzielen könnt!



WEITERFÜHRENDE HILFE UND MATERIALIEN

Für die erweiterte Ursachenanalyse empfehlen wir euch unsere anderen Leitfäden. Auf unserer Website unter Ressourcen findet ihr außerdem weitere konkrete Materialien für die nächsten Schritte.

BEST PRACTICES - ABFALLANALYSE IM SPORTVEREIN ERFOLGREICH DURCHFÜHREN



**SG Hermsdorf-Waidmannslust,
Reinickendorf**

Die Abfallanalyse brachte folgende Erkenntnisse: Durch das genutzte Einweggeschirr fällt viel Abfall an und eine Mülltrennung fehlt bislang. Auch der hohe Papierverbrauch auf den Toiletten fiel auf – waschbare Handtücher könnten hier Abhilfe schaffen. Fazit: Die Motivation im Verein ist groß – als nächster Schritt sollten Mehrwegoptionen geprüft und passende Entsorgungsmöglichkeiten geschaffen werden.



SV Rot weiß Victoria Mitte



Die Abfallanalyse eines Spieltags zeigt: Müllvermeidung ist in diesem Verein gelebter Alltag – mit Mehrwegbechern, Verzicht auf Kleinstverpackungen und einer Trikot-Tauschbörse. Haupt- und Ehrenamtliche trennen Wertstoffe eigenständig und bringen sie trotz fehlender Infrastruktur zur Entsorgung. Eine „Pfandtonne“ und ein Wasserhahn mit Sprudel-, Warm- und Kaltwasser unterstreichen den Einsatz. Fazit: Die Motivation ist hoch – es fehlt lediglich an geeigneten Entsorgungsmöglichkeiten vor Ort.

BEST PRACTICES - ABFALLANALYSE IM SPORTVEREIN ERFOLGREICH DURCHFÜHREN

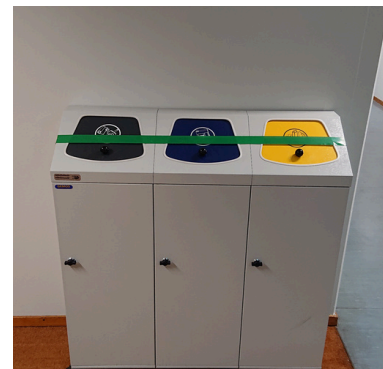


VfB Einheit zu Pankow

Bei einem Spieltag mit rund 160 Teilnehmenden zeigt sich: Der Verein ist auf dem richtigen Weg. Durch die Nutzung eines eigenen Mehrwegbecher- und Geschirrsystems wird bereits aktiv Müll vermieden. Die Abfallanalyse hat jedoch auch Potenziale offengelegt: Eine konsequente Mülltrennung fehlt bisher. Künftig könnten einfache Maßnahmen wie gut platzierte Schilder, mehr Aschenbecher und eine getrennte Bioabfallsammlung Abhilfe schaffen. Auch bei den Servietten besteht Optimierungspotenzial – etwa durch kleinere Formate aus Recyclingmaterial mit weniger Lagen.



TSV Badminton Spandau



Der Verein engagiert sich bereits aktiv für mehr Nachhaltigkeit im Sport – u.a. durch die Teilnahme an der Aktion „Green Serve“ des Badmintonverbands Berlin, bei der gebrauchte Schlägersaiten gesammelt und recycelt werden. Die Halle des Vereins befindet sich in einer Schule, wodurch keine direkten Abfallkosten anfallen – zugleich bietet das gemeinsame Nutzungskonzept großes Potenzial: Mit der Schule könnte eine einheitliche Mülltrennung abgestimmt und unnötige Einzeltonnen entfernt werden. Außerdem wurde deutlich, wieviel Abfälle durch den Umstieg auf Mehrwegbecher oder durch „Bring Your Own“ eingespart werden könnte.

UND JETZT....

ANPFIFF!



Mit diesem Leitfaden habt ihr das nötige Werkzeug in der Hand, um den ersten Schritt in Richtung abfallärmerer Spieltage zu gehen. Ihr wisst jetzt:

- wie ihr eine Bestandsaufnahme vorbereitet
- wie ihr eine Bestandsaufnahme durchführt
- wie ihr aus den Ergebnissen weitere Schritte einleitet
- und wo ihr weitere Unterstützung findet, wenn es mal klemmt.

Wir wünschen euch viel Erfolg beim Umsetzen eurer Abfallanalyse und viel Spaß dabei, Zero Waste Heros zu werden!

KONTAKT

hallo@zeroisthero.de

www.zeroisthero.de

Tel.: +49 177 1756849

Instagram: @zerowasteverein

IMPRESSUM

Herausgeber: Zero Waste Verein

Autorin: Doris Knickmeyer

Lektorat: Katharina Koppenhagen

Grafik: Nina Schleidt

Stand: August 2025

Gefördert durch

