

Die Beurteilung im normal belastenden Bereich (grün) der Last-Handhabungs-Tabellen (LHT) gilt für Heben, Halten, Tragen (HHT) unter zusätzlicher Berücksichtigung der folgenden **GRUNDVORAUSSETZUNGEN**:

1. Im Rahmen der Gefahrenevaluierung sind unter Berücksichtigung des **Standes der Technik günstige ergonomische Ausführungsbedingungen** herzustellen (z.B. annähernd ebener Boden, etc.) und **Unfallgefahren** zu beseitigen.
2. Die Anwendung der Tabellen (LHT) gilt nur für die entsprechend „**qualifizierten und normal leistungsfähigen Personen**“, d.h. für den Einsatz der Arbeitnehmer/innen müssen die Qualifikation sowie die physischen und psychischen Voraussetzungen gemäß § 6 ASchG, § 23 (1) KJBG und § 5 BauV berücksichtigt werden.
3. **Selbstbestimmte Ausführung** der mLH muss möglich sein. D.h., die manipulierende Person kann die Last jederzeit „selbstbestimmt“ absetzen.
4. Eine **Information und Unterweisung** über die gesundheitsgerechte und sichere Manipulation der Lasten sowie der Gefahren bei unsachgemäßer Handhabung muss festgelegt und durchgeführt werden.
5. Bei Lasten mit mehr als 25 kg für Männer und 15 kg für Frauen gelten zusätzlich die Punkte 4., 5. und 6. der Grundvoraussetzungen des belastenden (gelben) Bereiches (jährliche Information und Unterweisung, Pausen oder Tätigkeitswechsel, Maßnahmenprogramm, siehe Seite 2, Tabelle: HHT-GELB/V2).
6. Nicht anzuwenden für werdende und stillende Mütter und Jugendliche (bei Jugendarbeit ist bei Lastmanipulation die Tabelle: HHT-GELB/V2 anzuwenden, siehe Seite 2).

**ANWENDUNG NUR BEI:**

**a) Normalbedingungen**

Die Last-Zeit-Grenzen-Zuordnung (LZG) erfolgt direkt.

- günstige Körperhaltung



**Oberkörper:** gerade, nicht verdreht

**Last:** am Körper oder körpernah

**Position:** Stehen, Hocken

**Anmerkung zur Handhabung:**

Aufnahme der Last und Bewegungsausführung erfolgen bei günstiger Körperhaltung.

- Lufttemperatur max. 25°C
- erwachsene Personen (> 18 Jahre)

**ANWENDUNG NUR BEI FOLGENDEN ERSCHWERENDEN BEDINGUNGEN:**

Wichtig: Trifft mehr als eine der folgenden erschwerenden Bedingungen zu, darf die LZG-Tabelle nicht angewandt werden!

**b) Bei ungünstiger Körperhaltung**

Die LZG-Zuordnung ist um zwei Zeilen nach unten zu verschieben.



- Oberkörper:** 1. leicht geneigt oder/und leicht verdreht, 2. stark geneigt, aber nicht verdreht

**Last:** körperfern

**Position:** Knien, Hocken, Stehen

**Anmerkung zur Handhabung:**

Aufnahme der Last und/oder Bewegungsausführung erfolgen bei ungünstiger Körperhaltung.

**d) Bei belastenden Klimabedingungen**

Die LZG-Zuordnung ist um zwei Zeilen nach unten zu verschieben.

**Einschränkung:**

- max. Last 25 kg (männl.) und 15 kg (weibl.)
- Lufttemperatur 25°C bis 30°C u. normaler Luftfeuchte

**Hitzarbeit:**

Liegt ab 30°C Lufttemperatur und 50 % relativer Luftfeuchtigkeit bei einer Luftgeschwindigkeit von 0,1m/s oder wirkungsgleich vor. Die LZG-Tabelle darf bei Hitzarbeit nicht verwendet werden.

**e) Beim Steigen auf schiefer Ebene**

Die LZG-Zuordnung ist um eine Zeile (max 1°), um zwei Zeilen (max. 10°) und um drei Zeilen (max. 15°) nach unten zu verschieben.

**Einschränkung:**

- max. Last 25 kg (männl.) und 15 kg (weibl.)

**f) Beim Steigen von Stiegen**

Die LZG-Zuordnung ist um zwei Zeilen nach unten zu verschieben.

**Einschränkung:**

- das Lastgewicht soll symmetrisch zur Körperachse und dicht am Körperschwerpunkt angeordnet werden (Rucksack),
- es darf keine steilere Steigung als bei Normstiegen (35° Gesamtsteigung lt. § 4 ASchG) auftreten,
- das getragene Maximalgewicht beträgt bei Frauen und Männern 10 kg,
- es wird eine minimale Schrittfrequenz von 100 Schritten pro Minute empfohlen,
- max. Steigdauer: 60 Minuten mind. Erholungszeit: 150 % der erlaubten Steigdauer, max. Steigzeit (durchgehend): 7 Minuten daher mind. Erholungszeit: 10,5 Minuten

**LAST-ZEIT-GRENZEN (LZG-TABELLE) – Normal belastender Bereich (grün)**

Personen (> 18 Jahre)		Last-Zeit-Zuordnung	Zeit		
Männer	Frauen		Frequenz f [1/d]	Dauer t [min]	Weg s [km]
Last [kg]			normale/erschwerende Bedingungen		
≤ 5	≤ 3		bis 2000	bis 480	bis 32
> 5 bis 10	> 3 bis 5		bis 1000	bis 240	bis 16
> 10 bis 20	> 5 bis 10		bis 500	bis 120	bis 8
> 20 bis 30	> 10 bis 15		bis 200	bis 60	bis 4
> 30 bis 40	> 15 bis 25	<ul style="list-style-type: none"> <li>• ungünstige Körperhaltung</li> <li>• belastende Klimabedingungen</li> <li>• max. 10° Steigen auf schiefer Ebene</li> <li>• Steigen von Stiegen</li> </ul>	bis 100	bis 30	bis 2
		max. 15° Steigen auf schiefer Ebene	Achtung: Im Zweifelsfall ist jener Zeitparameter zu nehmen, der die ungünstigere Beurteilung ergibt!		

Für Lasthandhabung im gelben Bereich ist die **Tabelle: HHT-GELB/V2** anzuwenden.

Die Beurteilung im belastenden Bereich (gelb) der Last-Handhabungs-Tabellen (LHT) gilt für Heben, Halten, Tragen (HHT) unter zusätzlicher Berücksichtigung der folgenden **GRUNDVORAUSSETZUNGEN**:

1. Im Rahmen der Gefahrenevaluierung sind unter Berücksichtigung des **Standes der Technik günstige ergonomische Ausführungsbedingungen** herzustellen (z.B. annähernd ebener Boden, etc.) und **Unfallgefahren** zu beseitigen.
2. Die Anwendung der Tabellen (LHT) gilt nur für die entsprechend „**qualifizierten und normal leistungsfähigen Personen**“, d.h. für den Einsatz der Arbeitnehmer/innen müssen die Qualifikation sowie die physischen und psychischen Voraussetzungen gemäß § 6 ASchG, § 23 (1) KJBG und § 5 BauV berücksichtigt werden. Eine **Ausnahme** bildet hier die zulässige erschwerende Bedingung **c) die Jugendarbeit**.
3. **Selbstbestimmte Ausführung** der mLH muss möglich sein. D.h., die manipulierende Person kann die Last jederzeit „selbstbestimmt“ absetzen.
4. Eine **jährliche Information** und **Unterweisung** über die gesundheitsgerechte und sichere Manipulation der Lasten sowie der Gefahren bei unsachgemäßer Handhabung muss festgelegt und durchgeführt werden.
5. **Pausen** oder **Tätigkeitswechsel** müssen in Abhängigkeit von der Belastung im Rahmen der Gefahrenevaluierung festgelegt sein.
6. Im Rahmen der Gefahrenevaluierung ist ein **Maßnahmenprogramm** festzulegen mit dem Ziel, die **Belastung** so zu senken, dass der grüne Bereich der LHT erreicht wird. Ist dies auf Grund der Art der Tätigkeit nicht möglich, ist mLH im gelben Bereich der LHT dann zulässig, wenn zusätzlich der Tageslastumsatz für Männer 10 t, für Frauen 7,5 t nicht überschreitet.
7. Nicht anzuwenden für werdende und stillende Mütter.

**ANWENDUNG NUR BEI:**

**a) Normalbedingungen**

Die Last-Zeit-Grenzen-Zuordnung (LZG) erfolgt direkt.

- günstige Körperhaltung



**Oberkörper:** gerade, nicht verdreht  
**Last:** am Körper oder körpernah  
**Position:** Stehen, Hocken

**Anmerkung zur Handhabung:** Aufnahme der Last und Bewegungsausführung erfolgen bei günstiger Körperhaltung.

- Lufttemperatur max. 25°C
- erwachsene Personen

**ANWENDUNG NUR BEI FOLGENDEN ERSCHWERENDEN BEDINGUNGEN:**

Wichtig: Trifft mehr als eine der folgenden erschwerenden Bedingungen zu, darf die LZG-Tabelle nicht angewandt werden!

**b) Bei ungünstiger Körperhaltung**

Die LZG-Zuordnung ist um zwei Zeilen nach unten zu verschieben.



**Oberkörper:** 1. leicht geneigt oder/und leicht verdreht, 2. stark geneigt, aber nicht verdreht  
**Last:** körperfern  
**Position:** Knien, Hocken, Stehen

**Anmerkung zur Handhabung:** Aufnahme der Last und/oder Bewegungsausführung erfolgen bei ungünstiger Körperhaltung.

**c) Bei Jugendarbeit**

Jugendarbeit gilt für Jugendliche von 14\*) bis 18 Jahren. Die LZG-Zuordnung ist um drei Zeilen nach unten zu verschieben.

**Einschränkung:**

- Die max. Last für männl. Jugendliche beträgt 20 kg\*) und für weibl. Jugendliche 10 kg\*). Falls die Jugendlichen älter als 16 Jahre sind, können 25 kg bzw. 15 kg verwendet werden.
- Vor Beginn der Beschäftigung Jugendlicher bzw. bei Änderung der Arbeitsbedingungen sind die bestehenden Gefahren zu ermitteln (Grundsätze der Gefahrenverhütung). Dabei sind insbesondere die Körperkraft, Alter und Stand der Ausbildung und die Unterweisung der Jugendli-

chen zu berücksichtigen. Jährliche Untersuchung gem. § 132a ASVG.

\*) Für die ausnahmsweise Beschäftigung von Kindern ab dem 13. bis 15. Lebensjahr oder bis zur späteren Beendigung der Schulpflicht gilt: Lasten, die ohne mechanische Hilfsmittel bewegt oder befördert werden, dürfen nicht mehr als ein Fünftel des Körpergewichts des Kindes betragen.

**LAST-ZEIT-GRENZEN (LZG-TABELLE) – Belastender Bereich (gelb)**

Personen (Jugendliche und Erwachsene)		Last-Zeit-Zuordnung	Zeit		
Männer	Frauen		Frequenz f [1/d]	Dauer t [min]	Weg s [km]
Last [kg]			<b>normale/erschwerende Bedingungen</b>		
≤ 5	≤ 3		> 2000	> 480	> 32
> 5 bis 10	> 3 bis 5		bis 2000	bis 480	bis 32
> 10 bis 20	> 5 bis 10		bis 1000	bis 240	bis 16
> 20 bis 30	> 10 bis 15		bis 500	bis 120	bis 8
> 30 bis 40	> 15 bis 25		bis 200	bis 60	bis 4
> 40	> 25	bis 10	bis 5	bis 0,3	
Lasthandhabung im orangen Bereich kann mittels LHT nicht beurteilt werden.			Achtung: Im Zweifelsfall ist jener Zeitparameter zu nehmen, der die ungünstigere Beurteilung ergibt!		