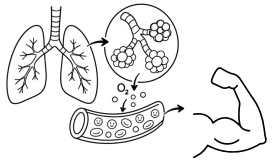
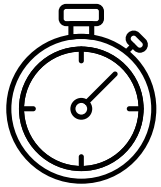
Sauerstoff - Der Treibstoff für unseren Körper



Der Sauerstoff aus der Atemluft geht in der Lunge ins Blut über. Dadurch wird unser ganzen Körper mit Energie versorgt.

Atemfrequenz - Wie oft atmen wir?



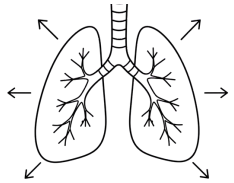
Unsere Atemfrequenz zeigt uns, wie oft wir in einer Minute atmen. Um sie zu messen, zählen wir unsere Atemzüge in 60 Sekunden.

Bewegung - Jetzt braucht der Körper mehr



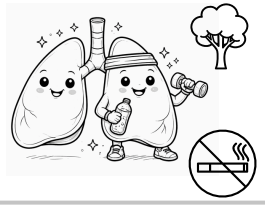
Bei Bewegung brauchen unsere Muskeln mehr Energie und Sauerstoff. Deshalb atmen wir schneller und tiefer bei Bewegung.

Unser Atemvolumen - Die Lunge macht Platz



Unsere Lunge kann sich ausdehnen und dadurch mehr Luft aufnehmen. Bei einem tiefen Atemzug ist das Atemvolumen größer als bei einem normalen Atemzug.

Unsere Lunge - Das tut ihr gut



Damit unsere Lunge gesund und stark bleibt, brauchen wir Bewegung und frische Luft. Rauchen und Abgase schaden ihr.

Sauerstoff - Der Treibstoff für unseren Körper

Der Sauerstoff aus der Atemluft geht in der Lunge ins Blut über. Dadurch wird unser ganzen Körper mit Energie versorgt.

Atemfrequenz - Wie oft atmen wir?

Unsere Atemfrequenz zeigt uns, wie oft wir in einer Minute atmen. Um sie zu messen, zählen wir unsere Atemzüge in 60 Sekunden.

Bewegung - Jetzt braucht der Körper mehr

Bei Bewegung brauchen unsere Muskeln mehr Energie und Sauerstoff. Deshalb atmen wir schneller und tiefer bei Bewegung.

Unser Atemvolumen - Die Lunge macht Platz

Unsere Lunge kann sich ausdehnen und dadurch mehr Luft aufnehmen. Bei einem tiefen Atemzug ist das Atemvolumen größer als bei einem normalen Atemzug.

Unsere Lunge - Das tut ihr gut

Damit unsere Lunge gesund und stark bleibt, brauchen wir Bewegung und frische Luft. Rauchen und Abgase schaden ihr.