

# Das sind eure Sitzdaten

Wie viele Stunden am Tag *sitzt* ihr?



n = 3928



44.1%  
*8h oder  
mehr*



*weniger  
als 8h*  
55.9%

n = 3928

\* Negative körperliche Effekte einer Sitzzeit von 8h oder mehr können nicht mehr durch Bewegung ausgeglichen werden