

Warum atmest du bei Belastungen stärker?

Dein Körper verbraucht bei Belastungen mehr Sauerstoff. Der Sauerstoff wird aus der Luft über die Lunge aufgenommen und gelangt von dort ins Blut. Das Herz sorgt dann für den Weitertransport im Körper. Die Lunge arbeitet wie ein Blasebalg. Sie dehnt sich aus und wird wieder zusammengepresst. Diesen Vorgang bezeichnet man als Atmung. Je schneller und tiefer du atmest, desto stärker arbeitet die Lunge und desto mehr Sauerstoff kannst du aufnehmen. Bei Belastungen benötigst du mehr Sauerstoff. Du musst deshalb schneller und tiefer atmen, um mehr Sauerstoff aus der Luft über die Lunge ins Blut aufzunehmen.



Warum atmest du bei Belastungen stärker?

Dein Körper verbraucht bei Belastungen mehr Sauerstoff. Der Sauerstoff wird aus der Luft über die Lunge aufgenommen und gelangt von dort ins Blut. Das Herz sorgt dann für den Weitertransport im Körper. Die Lunge arbeitet wie ein Blasebalg. Sie dehnt sich aus und wird wieder zusammengepresst. Diesen Vorgang bezeichnet man als Atmung. Je schneller und tiefer du atmest, desto stärker arbeitet die Lunge und desto mehr Sauerstoff kannst du aufnehmen. Bei Belastungen benötigst du mehr Sauerstoff. Du musst deshalb schneller und tiefer atmen, um mehr Sauerstoff aus der Luft über die Lunge ins Blut aufzunehmen.



Warum atmest du bei Belastungen stärker?

Dein Körper verbraucht bei Belastungen mehr Sauerstoff. Der Sauerstoff wird aus der Luft über die Lunge aufgenommen und gelangt von dort ins Blut. Das Herz sorgt dann für den Weitertransport im Körper. Die Lunge arbeitet wie ein Blasebalg. Sie dehnt sich aus und wird wieder zusammengepresst. Diesen Vorgang bezeichnet man als Atmung. Je schneller und tiefer du atmest, desto stärker arbeitet die Lunge und desto mehr Sauerstoff kannst du aufnehmen. Bei Belastungen benötigst du mehr Sauerstoff. Du musst deshalb schneller und tiefer atmen, um mehr Sauerstoff aus der Luft über die Lunge ins Blut aufzunehmen.



Warum atmest du bei Belastungen stärker?

Dein Körper verbraucht bei Belastungen mehr Sauerstoff. Der Sauerstoff wird aus der Luft über die Lunge aufgenommen und gelangt von dort ins Blut. Das Herz sorgt dann für den Weitertransport im Körper. Die Lunge arbeitet wie ein Blasebalg. Sie dehnt sich aus und wird wieder zusammengepresst. Diesen Vorgang bezeichnet man als Atmung. Je schneller und tiefer du atmest, desto stärker arbeitet die Lunge und desto mehr Sauerstoff kannst du aufnehmen. Bei Belastungen benötigst du mehr Sauerstoff. Du musst deshalb schneller und tiefer atmen, um mehr Sauerstoff aus der Luft über die Lunge ins Blut aufzunehmen.

