



Wie viel
Wasser verliert
dein Körper durch-
schnittlich beim Sport
pro Stunde durch
Schwitzen?

Antwort auf der
Rückseite

LEITUNGSWASSER UND SPORT EIN PERFEKTES TEAM

Lösung:
durchschnittlich
0,5 – 2 Liter

Je nachdem, welche Sportart du betreibst, wie trainiert du bist, und wie hoch die Außen-temperatur ist, kann die Menge variieren.

ONLINE-PORTAL „TRINKWASSER UND SPORT“

Ob beim Schwimmen, Fußball oder Yoga – Wasser aus dem Hahn ist der ideale Partner beim Sport. Besuche unser Online-Portal **Trinkwasser und Sport** und erfahre, was Leitungswasser zum Durstlöcher Nummer 1 im Sport macht und wie dein Sportverein auf Leitungswasser umsteigen kann.



Mehr Infos auf
atiptap.org/sport



#wasserwende
atiptap.org



Das Projekt ist Teil des Nachhaltigkeitsprogramms der Sportmetropole Berlin zur UEFA EURO 2024. Mit finanzieller Unterstützung des Landes Berlin.