



Der BARMER Body Check

Aktionstag am Montag, 10. August 2026

Die Zahl auf der Waage wird leider viel zu oft als Indikator für körperliche Gesundheit und Fitness gesehen. Doch egal, ob die Waage der beste Freund oder größte Feind ist – es gibt aussagekräftigere Methoden, um zu sehen, was im Körper vor sich geht. Eine davon ist es, die Körperzusammensetzung zu ermitteln.

Mit dem **BARMER Body Check*** erfährst Du in ca. 15 Minuten, wie sich Dein Körper zusammensetzt und was Du tun kannst, wenn Du daran arbeiten möchtest.

- Body-Mass-Index (BMI)
- Körperfettanteil
- Viszeraler Fettanteil
- Gesamtkörperwasser
- Muskelmasse
- Grundumsatz

Du hast Interesse? Melde Dich direkt über die [Homepage des Unisports](#) kostenlos an und sichere Dir Deinen persönlichen Termin.

Datum:
10.08.2026

Ort:
Universität Hohenheim –
Seminarraum Sportanlage
Egilolfstr. 47
70599 Stuttgart

Zeit:
13:00 – 18:00 Uhr
www.uni-hohenheim.de/unisport

barmer.de

* Die Messung ist nicht geeignet für Schwangere, oder Personen mit medizinischen Implantaten (z.B. Herzschrittmacher)

BARMER