

## Um die Erde laufen



DEUTSCH-TO-GO.DE

Wenn man am Äquator einmal um die Erde gehen würde, dann wären das rund 40.000 Kilometer. Das ist wirklich ganz schön lang! Was glauben Sie, geht der Mensch im Laufe seines Lebens einmal um die Erde?

Und ob! Und zwar nicht nur einmal!

Menschen gehen im Durchschnitt 5.000 Schritte am Tag. Das zeigen Smartphone-Daten aus mehr als hundert Ländern. Da ein Schritt ungefähr 0,8 Meter beträgt, sind das am Tag vier Kilometer.

Das bedeutet: Am Ende eines 80-jährigen Lebens ist ein Mensch fast dreimal am Äquator um die Erde gelaufen!

Und wenn Sie pro Tag mehr gehen, sagen wir mal 7.000 Schritte, dann schaffen Sie das sogar viermal!

Hätten Sie das gedacht?

Übrigens, unsere Füße leisten dabei wirklich

Schwerstarbeit: Bei jedem Schritt sind 20 Muskeln,

26 Knochen, 33 Gelenke und über 100 Bänder beteiligt.

(134 Wörter)

*(Ingrid Plank für [www.deutsch-to-go.de](http://www.deutsch-to-go.de) – in Anlehnung an: <https://www.galileo.tv/gesundheit/ich-geh-dann-mal-10-000-schritte-pro-tag-und-du-bleibst-fit/> - <https://www.tuev-nord-group.com/de/newsroom/news/details/article/wie-viele-schritte-sollte-man-am-tag-gehen/> - „10.000 Schritte pro Tag? Ich geh dann mal ...“, <https://www.galileo.tv/gesundheit/ich-geh-dann-mal-10-000-schritte-pro-tag-und-du-bleibst-fit/> - Seitenaufruf 10022023)*