

WISSEN

## Fitnessstest - wie fit sind Sie?

**Ein gutes Körpergefühl ist wichtig und hilft gesund zu bleiben. Spielen Sie jetzt mit beim IN FORM Fitnessstest.**

Sie wollten schon immer wissen, ob Sie sich gesund und ausgewogen ernähren oder ausreichend Sport treiben? Machen Sie den IN FORM Fitnessstest und finden Sie es heraus!

Beantworten Sie einfach alle neun Fragen. Klicken Sie, die für Sie am ehesten zutreffenden Antwortmöglichkeiten an. Mehrfachnennungen sind nicht möglich.

**Test starten**

Link zur Webseite:

<https://in-form.de/wissen/fitnessstest/>