



1. Körperliches Signal für Flüssigkeitsmangel.
2. Stoffe, die über Schweiß und Urin verloren gehen.
3. Welches Getränk (ohne Koffein) enthält 13 Stück Zucker pro Glas?
4. Was ist kein Durstlöscher sondern ein Lebensmittel?
5. Welche Getränke enthalten 5 bis 6 % Alkohol und sind daher für Kinder und Jugendliche ungeeignet?
6. Trinken der Durst kommt!
7. Durch was verlierst du viel Flüssigkeit über die Haut?
8. Was beeinträchtigt deine Konzentrations- und Leistungsfähigkeit?
9. Mineralstoff, der in vielen Mineralwässern enthalten ist und für ein optimales Zusammenspiel von Nerven und Muskeln sorgt.
10. Was scheidest du über die Nieren aus?
11. Welches Getränk ist ein guter Durstlöscher und enthält Mineralien?
12. Ausscheidungsorgan für Flüssigkeiten.
13. Größtes Ausscheidungsorgan für Wasser.
14. Wie nennt man ein Gemisch aus Saft und Wasser?
15. Wasserreiches Gemüse, rot
16. flüssiges Nebenprodukt der Käseherstellung (enthält kein Fett aber viele Vitamine u. Mineralstoffe)



Lösung

3 ▶ LIMONADE

8 ▼ WASSER

10 ▼ HAUT

11 ▶ MINERALWASSER

15 ▶ TOMATE

16 ▼ MCKOLK

7 ▼ SCHORLE

14 ▶ SCHORLE

4 ▼ MINERALWASSER

12 ▼ ZITRUS

9 ▶ MAGNESIUM

2 ▶ MINERALIEN

6 ▶ BEVOR

5 ▼ TRINKEN NICHT

LÖSUNG:

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12
T	R	I	N	K	E	N	N	I	C	H	T
13	14	15	16	17	18	19	20	21			
V	E	R	G	E	S	S	E	N			