

# Wieviel Schlaf?

**Beitrag von „heiiike“ vom 21. Januar 2006 15:41**

ich schlaf auch ganz definitiv zu wenig. mein wecker klingelt um fünf uhr morgens und vor meistens bin ich erst um drei / halb vier etwa zu hause. vor mitternacht schaffe ich es nie ins bett... manchmal auch noch später. nächte mit nur 2-3 stunden schlaf kenne ich leider auch.

powerflower kann ich in allem zustimmen. aber auf 7-8 stunden schlaf, die ich wohl auch gern hätte, werde ich nicht kommen, da bin ich mir ziemlich sicher...