

## **Wieviel Schlaf?**

**Beitrag von „Dudelhuhn“ vom 21. Januar 2006 15:04**

6.5 Stunden Schlaf reichen mir auch. Ich schlafe meistens von ca. 0 Uhr bis 6.30 Uhr, aber am Wochenende dafür auch mal viel länger. Mittagsschlaf mache ich eigentlich nie, aber das könnte sich ändern, wenn ich fertig bin und 6 Stunden durchunterrichten muß.