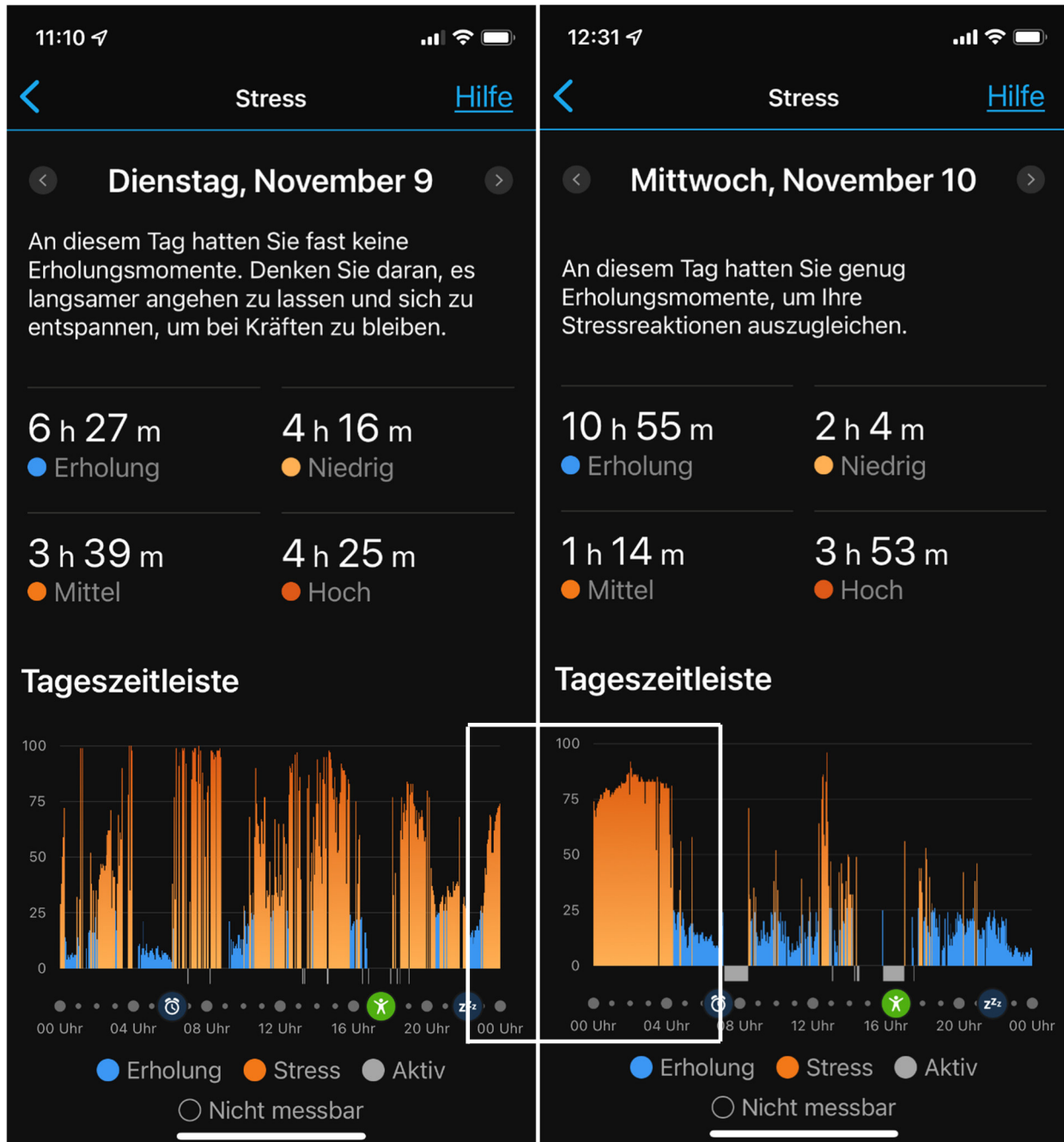
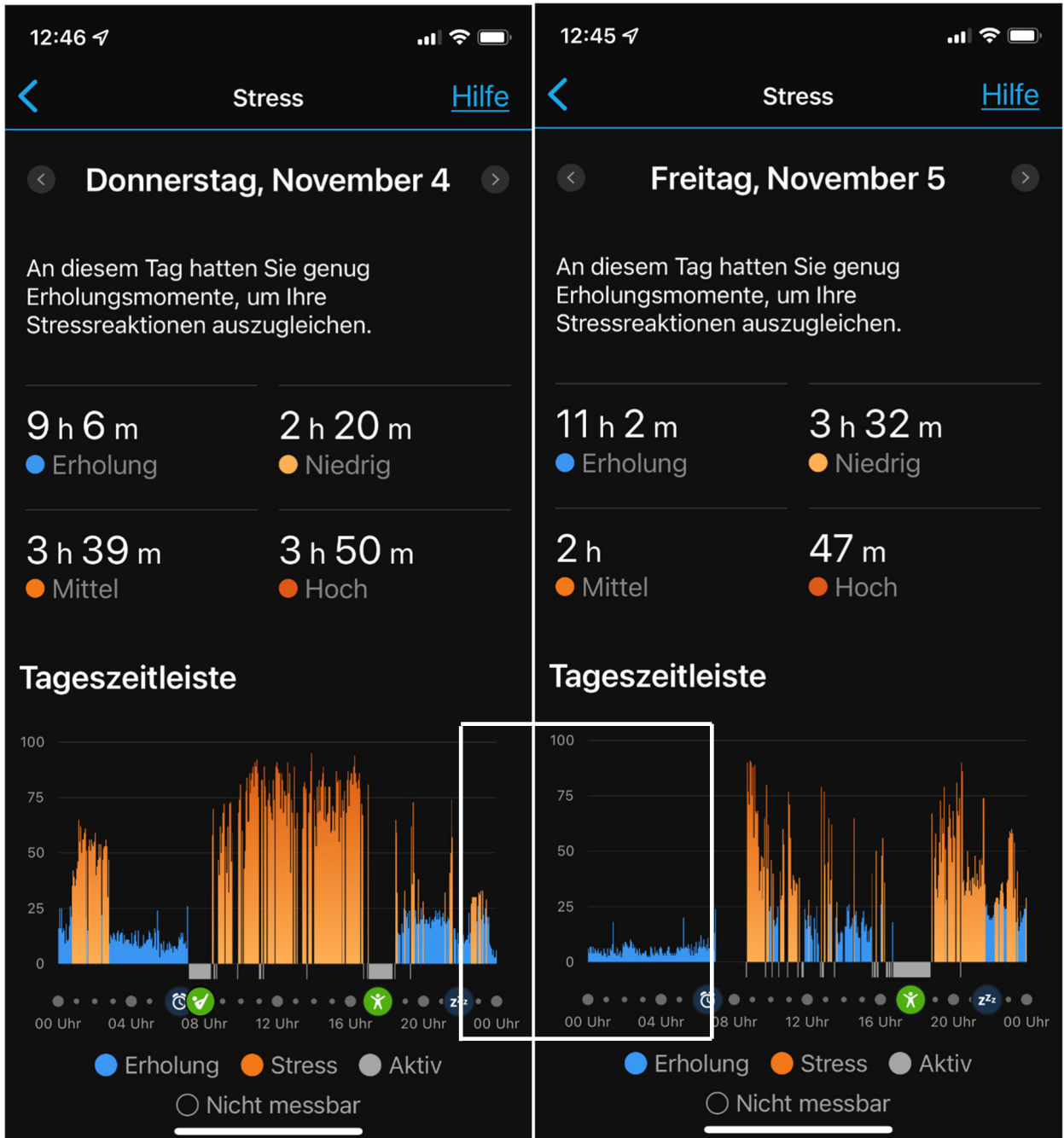


Stressprofil – Herzratenvariabilität (HRV)

Weisses Rechteck = Zeit im Schlaf



Abendessen mit Alkohol: Stresslevel nachts = 55



dinner cancelling: Stresslevel nachts = 4