



# Mach den Hauttyp-Check!

Wie viel Sonne verträgt deine Haut?



## Hauttyp 1

Sehr helle Haut, Sommersprossen, helle Augen, rotblondes Haar, keine Bräunung, in kürzester Zeit einen Sonnenbrand

Betty Heidler, Hammerwerferin

~ 5 min  
Eigenschutzzeit  
der Haut



=

**100 min**  
(1h 40)

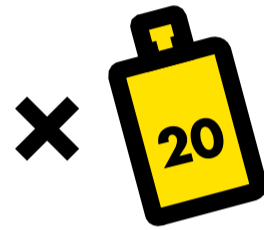


## Hauttyp 2

Helle Haut, oft Sommersprossen, helle Augen, helles Haar, langsame Bräunung, oft Sonnenbrand

Christiane Huth, Ruderin

~ 10 min  
Eigenschutzzeit  
der Haut



=

**200 min**  
(3h 20)



## Hauttyp 3

Leicht bräunliche Haut, helle oder dunkle Augen, braunes Haar, einfache und langsame Bräunung, manchmal Sonnenbrand

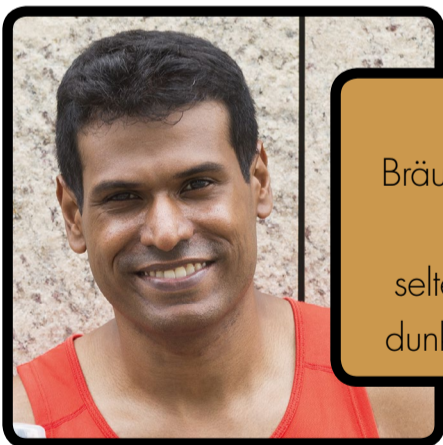
Lothar Leder, Triathlet

~ 20 min  
Eigenschutzzeit  
der Haut



=

**400 min**  
(6h 40)



## Hauttyp 4

Bräunliche, wenig empfindliche Haut, schnelle und tiefe Bräunung, selten Sonnenbrand, dunkle Augen, dunkelbraunes oder schwarzes Haar

~ 30 min  
Eigenschutzzeit  
der Haut



=

**600 min**  
(10h)



## Hauttyp 5

Schwarze, wenig empfindliche Haut, sehr selten Sonnenbrand, schwarze Augen, schwarzes Haar

Kamghe Gaba, Sprinter

~ 60 min  
Eigenschutzzeit  
der Haut



=

**1200 min**  
(20h)