

Ruhepuls Normalwerte

Der Ruhepuls sagt aus, wie oft unser Herz in einer Minute schlagen muss, um den Körper mit ausreichend Blut zu versorgen. Ein normaler Puls ist abhängig vom Alter und bei jedem unterschiedlich.

Senioren



80-85
Schläge pro Min.

Erwachsene



60-80
Schläge pro Min.

Kinder



85-90
Schläge pro Min.

Kleinkinder



100-120
Schläge pro Min.

Babies



ca. 140
Schläge pro Min.