A

Aufstehzeit

Definition

Helga Peter¹ und Thomas Penzel²

¹Marburg, Deutschland

²Interdisziplinäres Schlafmedizinisches Zentrum, Charité –
Universitätsmedizin Berlin, Berlin, Deutschland

Bezeichnung für die Uhrzeit, zu der eine Person im Anschluss
an das Aufwachen aus dem Bett aufsteht.

Englischer Begriff

arise time