

Koblenz im Februar: Wetter, Gesundheit und pollenfreies Atmen!

Erfahren Sie die aktuelle Wettervorhersage und Biowetter-Informationen für Koblenz am 1. Februar 2025 – Pollenflug und Empfehlungen.



Heute, am 1. Februar 2025, präsentiert sich das Wetter in Koblenz mit klarem Himmel und milden Temperaturen. Während die Morgenwerte bei etwa -1 °C starten, klettern die Temperaturen tagsüber auf angenehme 5 °C , bevor sie in der Nacht wieder auf 0 °C sinken. Der Wind weht schwach mit Geschwindigkeiten von bis zu 8 km/h . Das UV-Licht ist mit einem Index von 1,11 heute niedrig, was für die meisten Menschen unbedenklich sein sollte. Der Sonnenaufgang erfolgt um 08:02 Uhr und der Sonnenuntergang um 17:02 Uhr, was die Tageslichtstunden optimal für Aktivitäten im Freien gestaltet. So [news.de](https://www.news.de) berichtet über die aktuelle Wetterlage.

Für morgen wird eine ähnliche Wetterlage prognostiziert. Die

Temperaturen werden sich morgens ebenfalls auf 0 °C belaufen und tagsüber bis auf 5 °C steigen, wobei am Abend wieder die Nullgrenze erreicht wird. Ein paar vereinzelt Wolken sind möglich, jedoch bleiben Niederschläge aus. Auch der Wind wird sich weiter schwach mit bis zu 4 km/h zeigen und der UV-Index bleibt mit 1,08 weiterhin auf einem niedrigen Niveau.

Biowetter und Gesundheit

Das Biowetter für heute zeigt einige interessante Aspekte. Viele Menschen werden möglicherweise mit Herz-Kreislaufbeschwerden und einem allgemein beeinträchtigten Befinden zu kämpfen haben. Besondere Hinweise gibt es für:

- ☐☐ Herz-Kreislaufbeschwerden (hypoton)
- ☐☐ Kreislaufbeschwerden (Mattigkeit, Schwindel)
- ☐☐ Kopfschmerzanfälligkeit
- ☐☐ Herz-Kreislaufbeschwerden (hyperton)
- ☐☐ Angina pectoris
- ☐☐ Entzündliches Rheuma
- ☐☐ Degeneratives Rheuma
- ☐☐ Asthma
- ☐☐ psychisch-geistige Leistungsfähigkeit
- ☐☐ Schmerzempfindlichkeit
- ☐☐ Kopfschmerzen und Migräne
- ☐☐ Schlafqualität
- ☐☐ Konzentrations- und Leistungsfähigkeit
- ☐☐ Reizbarkeit und motorische Unruhe
- ☐☐ Bereitschaft zu Depressionen

Vormittags ist mit schwachen Kältereizen zu rechnen, während der Nachmittag ohne thermische Belastung verläuft. Für diejenigen, die wetterfühliger sind, wird empfohlen, Zeit im Freien zu verbringen, um die Abwehrkräfte zu stärken, so [wetter.com](https://www.wetter.com).

Pollenflug in Koblenz

Ein weiterer wichtiger Aspekt für Allergiker ist der Pollenflug.

Heute gibt es in Koblenz eine beruhigende Situation für Allergiker: Der Pollenflug ist insgesamt gering. Es wird keine Belastung durch Erle, Birke, Roggen, Beifuß, Gräser, Esche oder Ambrosia erwartet. Lediglich die Hasel zeigt eine geringe Belastung, die als □□ (mild) eingestuft wird. Damit haben Allergiker heute relativ gute Bedingungen, um sich im Freien zu bewegen und aktiv zu sein.

Für detailliertere Informationen zu Wetter, Biowetter und gesundheitlichen Aspekten können Interessierte **wetter.com** besuchen.

Details	
Quellen	<ul style="list-style-type: none">• www.news.de• www.wetter.com

Besuchen Sie uns auf: aktuelle-nachrichten.net