

PRESSEINFORMATION

Platz 44 von 165:

Düsseldorf Airport landet im Flughafen-Schlafkomfort-Ranking nur im Mittelfeld



Fit Reisen kürt Europas schlaffreundlichste Flughäfen
©EDER_adobe.stock

Frankfurt, 29. Juli 2026. Draußen ist es längst dunkel, der letzte Flieger ist weg, und die Anzeigetafel nennt die Weiterreise erst für den frühen Morgen. Ein verpasster Anschlussflug, ein Nachtflug mit langer Wartezeit oder ein Layover, der sich über Stunden zieht: Für manche Reisende endet der Tag nicht im Hotelbett, sondern auf einer Bank im Terminal, wo das Bett eine Sitzreihe mit Armlehnen ist und

der Weckruf das Reinigungsteam. Wie erholsam so eine unfreiwillige Nacht wird, entscheidet sich weniger am Reiseglück als am Terminal selbst. Der Reiseveranstalter Fit Reisen hat deshalb 165 europäische Flughäfen auf ihren Schlafkomfort untersucht, von Ruhezonen über Schlafkabinen bis hin zu Duschen. Bewertet wurden 23 Kriterien in sechs Kategorien: Betrieb und Zugang, Schlafmöglichkeiten, Hygiene und Versorgung, Sicherheit, Konnektivität und Zusatzkomfort. Das Ergebnis: Nur ein einziger Flughafen erreicht die volle Punktzahl. *Amsterdam Airport Schiphol* sichert sich mit 100 von 100 Punkten den Spitzenplatz, nur knapp dahinter landet mit dem *Frankfurt Airport* ein deutscher Vertreter.

Spoiler vorab: Der **Düsseldorf Airport**, einer der meistfrequentierten Passagierflughäfen Deutschlands, landet im europaweiten Ranking der schlaffreundlichsten Flughäfen nur auf Rang 44 von 165. Der Grund liegt im Nachtbetrieb: Sobald der Verkehr ruht, schließt der Sicherheitsbereich, Ruhezonen und Schlafkabinen fehlen.

Das vollständige Ranking mit allen 165 Flughäfen finden Interessierte [hier](#). Die fünf Spitzenreiter sowie die deutschen Standorte im Detail stellen wir im Folgenden vor.

Die wichtigsten Erkenntnisse im Überblick:

- **Volle Punktzahl für Amsterdam:** *Amsterdam Airport Schiphol* erreicht als einziger Flughafen im Ranking alle 100 von 100 möglichen Punkten und ist damit nach jedem erfassten Kriterium schlaffreundlich, von der 24-Stunden-Öffnung bis zum Spa.
- **Drehkreuze schlafen besser:** Große Drehkreuz-Flughäfen erreichen im Schnitt 86,2 von 100 Punkten, reine Ziel- und Herkunftsflughäfen nur 39,2 Punkte. 15 der 19 Bestplatzierten sind Hubs. Ein deutliches Zeichen, wie stark internationales Transferaufkommen den Ausbau von Ruhezonen, Lounges und Schlafkabinen antreibt.
- **Die Hälfte ist bestenfalls Mittelmaß:** Der Median über alle untersuchten Flughäfen liegt bei nur 41,0 Punkten. Die Hälfte der europäischen Flughäfen bietet also höchstens durchschnittlichen Schlafkomfort.
- **Ein großer Name schützt nicht:** Dass Bekanntheit keinen Komfort garantiert, zeigt Rom. Während der Flughafen *Fiumicino* auf Rang 13 klettert, fällt der Stadtflughafen *Ciampino* auf Platz 99 zurück, weil er nachts schließt. Auch *Paris-Charles-de-Gaulle* rutscht trotz Top-Ausstattung wegen gehäufte Diebstahlmeldungen auf Rang 17.
- **Premium-Komfort bleibt die Ausnahme:** Nachts nutzbare Duschen bieten nur 6,1 Prozent aller Flughäfen (10 Standorte), Schlafkabinen 14,5 Prozent (24 Standorte), ausgewiesene Ruhezonen 17 Prozent (28 Standorte).
- **Deutschland: starke Spitze, dünnes Mittelfeld:** *Frankfurt* holt Platz 2, doch nach *München* (13. Platz) und *Köln/Bonn* (16. Platz) fällt das Feld deutlich ab. Selbst *Düsseldorf*, der größte Flughafen Nordrhein-Westfalens, kommt nur auf Rang 44, während *Dortmund* das Tabellenende aller 165 Flughäfen teilt. Im Schnitt liegen die deutschen Standorte mit 42,4 Punkten fast exakt im europäischen Mittel.
- **Der Nachtbetrieb entscheidet alles:** Der stärkste Hebel ist die simple Frage, ob ein Flughafen nachts geöffnet ist und Schlafen duldet. Rund um die 40-Punkte-

Marke verläuft eine klare Trennlinie: Wer nachts schließt, rutscht fast automatisch ins hintere Feld.

Die Top 5: Wo Europa am besten schläft

Platz 1: Amsterdam Airport Schiphol, Niederlande (100,0 Punkte)

Amsterdam Airport Schiphol sichert sich als einziger Flughafen im Ranking die volle Punktzahl und ist damit der schlaffreundlichste Airport Europas. Das große Drehkreuz ist rund um die Uhr geöffnet und Ticketinhaber dürfen den Sicherheitsbereich auch nachts nutzen. Für echte Ruhe sorgen ausgewiesene Ruhezonen wie der *Holland Boulevard* und die Bereiche zwischen den Gates E und F, dazu Sitzbänke ohne Armlehnen und sogar Feldbetten für gestrandete Passagiere. Wer lieber richtig schläft, bucht eine der *GoSleep*-Kapseln oder eine Nacht im Transithotel *YOTELAIR* beziehungsweise *Mercure* direkt im Sicherheitsbereich, alternativ liegen die Hotels *Sheraton* und *Hilton* in Terminalnähe. Duschen, durchgehend geöffnete Gastronomie und Schließfächer runden das Angebot ab. Unbegrenztes WLAN, nächtliche Busverbindungen und ein *XpresSpa* für die Massage zwischendurch machen Schiphol zum Rundum-Paket für jede Wartezeit.

Platz 2: Frankfurt Airport, Deutschland (96,7 Punkte)

Frankfurt Airport verpasst die Höchstpunktzahl nur knapp und sichert sich mit 96,7 von 100 Punkten Platz 2, direkt hinter *Amsterdam*. Als größtes deutsches Drehkreuz ist der Flughafen durchgehend geöffnet, auch nachts dürfen Ticketinhaber im Sicherheitsbereich bleiben. Für die schnelle Pause laden Ruhezonen und Ruhesessel im Transitbereich ein, etwa dort, wo die Concourses A, B und C zusammentreffen. Wer ungestörter schlafen möchte, mietet eine der stundenweise buchbaren *NapCabs*-Schlafkabinen im Sicherheitsbereich von Terminal 1 oder eine der 59 Kammern des Transithotels *My Cloud* im Bereich Z, jeweils mit eigener Dusche. Direkt an Terminal 1 angebunden ist zudem das *Sheraton*, das *Hilton* liegt im benachbarten Gebäude *The Squire*. Rund um die Uhr geöffnete Shops und Cafés, Trinkwasserspender, Schließfächer und unbegrenztes WLAN ergänzen das Angebot. Einzig eine nachts frei nutzbare Dusche fehlt im Vergleich zu *Amsterdam*, ein kleiner Minuspunkt in einem sonst nahezu perfekten Gesamtbild.

Platz 3: İstanbul Airport, Türkei (95,7 Punkte)

Istanbul Airport folgt auf Platz 3 mit 95,7 Punkten und zählt zu den wichtigsten Drehkreuzen zwischen Europa und Asien. Der Mega-Hub ist rund um die Uhr geöffnet, Reisende dürfen den Sicherheitsbereich auch über Nacht nutzen und dort schlafen. Kostenlos zugänglich sind sechs sogenannte *NapZones* mit reihenweise Ruhesesseln samt Steckdosen. Besonders beliebt sind die Liegen mit bambusartigen Sichtschutzwänden auf der oberen Ebene bei den Gates E1 und E2. Wer mehr Privatsphäre möchte, bucht eine der rund 25 *iGA-Sleepod*-Kabinen nahe den D-Gates oder ein Zimmer im Transithotel *YOTELAIR* im internationalen Transitbereich, das sich ohne Einreise erreichen lässt. Dazu kommen die *IGA Lounge* mit Ruhemöglichkeit, Duschen im *Ambassador Spa*, durchgehend geöffnete Shops und Cafés sowie unbegrenztes WLAN und Steckdosen an den Sitzen. Klassische armlehnenfreie Sitzreihen zum Ausstrecken fehlen zwar, dafür punktet *Istanbul* mit Fitnessraum, Beauty-Salon und Wellnessbereich.

Platz 4: Warsaw Chopin Airport, Polen (94,0 Punkte)

Warsaw Chopin Airport landet mit 94,0 Punkten auf einem starken vierten Rang und ist damit bester Vertreter Osteuropas. *Warschaus* Drehkreuz bleibt rund um die Uhr geöffnet und duldet Übernachtungen im Sicherheitsbereich. Wer nur kurz die Augen zumachen will, legt sich auf die armlehnenfreien Bänke hinter der Kontrolle. Für die längere Nacht stehen seit 2023 *GoSleep*-Kabinen und gleich drei Lounges mit Ruhemöglichkeit bereit. Direkt gegenüber des Terminals warten mit dem *Courtyard* und dem *Renaissance* zwei Hotels in Laufweite. Anders als viele Mitbewerber bietet *Warschau* zudem nachts nutzbare Duschen, dazu Trinkwasserspender, einen 24-Stunden-Shop, nachts geöffnete Cafés und rund um die Uhr zugängliche Schließfächer. Unbegrenztes WLAN, Steckdosen und der Nachtbus N32 bringen Reisende auch spät noch ins Zentrum, Fitnessraum und Wellnessbereich sorgen für Abwechslung. Zum Podest fehlt allein ein Transithotel direkt hinter der Sicherheitskontrolle und ein Beauty-Salon.

Platz 5: Helsinki Vantaa Airport, Finnland (90,7 Punkte)

Helsinki Vantaa Airport komplettiert mit 90,7 Punkten die Top 5 und gilt als ruhiger Musterschüler Skandinaviens. Der Flughafen ist durchgehend geöffnet und erlaubt das Verweilen im Sicherheitsbereich über Nacht. Herzstück ist der jederzeit kostenlos zugängliche *Maja Living Room*, ein ruhiger Rückzugsbereich mit gemütlicher Bestuhlung. Wer ungestörter schlafen möchte, bucht eine der *GoSleep*- oder *GLO*-Kabinen. Dazu kommen armlehnenfreie Bänke, gepolsterte Liegesessel und eine Lounge mit

Ruhemöglichkeit sowie ein Hotel in Laufweite. Für die Versorgung stehen Trinkwasserspender, ein 24-Stunden-Shop, nachts geöffnete Cafés und Schließfächer bereit. Reichlich Steckdosen, unbegrenztes WLAN und eine nächtliche ÖPNV-Anbindung halten Reisende verbunden, Beauty-Salon und Spa bieten das gewisse Extra. Nachts nutzbare Duschen, einen Fitnessraum und ein Transithotel sucht man am finnischen Drehkreuz allerdings vergebens.

Die Plätze dahinter

Hinter den Top 5 bleibt das Niveau zunächst hoch. *London Gatwick* und *London Heathrow* teilen sich mit je 89,8 Punkten Rang 6, gefolgt vom *Kopenhagen Airport* und dem *Flughafen Stockholm-Arlanda* (je 88,1) sowie dem *Václav-Havel-Flughafen Prag* (87,4). Auch der *Flughafen Zürich* (86,7), der *Flughafen Barcelona-El Prat* (86,4), *Rom-Fiumicino* (85,7) und der *Flughafen Wien* (84,0) mischen vorne mit. Gemeinsam ist der Spitzengruppe ein Muster: rund um die Uhr geöffnet, mit echter Schlafinfrastruktur und einem sicheren Umfeld. Fehlt eine dieser Zutaten, geht es schnell bergab, wie die zahlreichen Flughäfen zeigen, die trotz guter Ausstattung an der nächtlichen Schließung scheitern.

Fokus Deutschland:

Drei Große, dann wird die Luft dünn

Für die deutschen Flughäfen liest sich das Ranking wie ein Bergprofil mit steilem Abfall. An der Spitze überzeugt das Trio aus *Frankfurt* (Platz 2), *München* (Platz 13) und *Köln/Bonn* (Platz 16): Alle drei sind nachts geöffnet, dulden Schlafende und bieten Schlafkabinen. Danach geht es spürbar bergab. *Berlin* folgt erst auf Rang 29, weil im Terminal zwar Pods, eine Lounge und eine 24-Stunden-Versorgung vorhanden sind, ausgewiesene Ruhezonen und Liegesessel aber fehlen. Der nächste Standort, *Nürnberg*, taucht sogar erst auf Platz 42 auf. Besonders auffällig ist *Düsseldorf*: Einer der meistfrequentierten Passagierflughäfen Deutschlands erreicht nur Rang 44 mit 63,8 Punkten und landet damit trotz seiner Größe weit abgeschlagen. Der Grund ist typisch fürs deutsche Mittelfeld: Sobald der letzte Flieger weg ist, schließt der Sicherheitsbereich. Wer strandet, wartet vor der Kontrolle auf Bänken, immerhin mit Lounge, Café und WLAN, aber ohne Ruhezone, Schlafkabine oder nächtlichen Zugang zum Gate. Ähnlich ergeht es *Hamburg* (Platz 54) und *Stuttgart* (Platz 57), die solide versorgt sind, hinter der Kontrolle aber kaum Schlafinfrastruktur bieten. Ganz am Ende der 165 Flughäfen wird es dann ungemütlich: *Dortmund* teilt sich mit *Saarbrücken* und *Kassel* den letzten Platz mit je 13,3 Punkten. In Dortmund ist praktisch kein nächtliches

Schlaf-Angebot dokumentiert, Übernachten im Terminal ist keine Option. Im Schnitt kommen die deutschen Flughäfen auf 42,4 Punkte und liegen damit fast exakt im europäischen Mittel von 44,9.

Wo Deutschland punktet, und wo es verschläft

Ganz ohne Stärken ist Deutschland nicht. Bei einem Kriterium liegt das Land sogar klar vorn: Ein fußläufig erreichbares Hotel gibt es an 19 der 25 deutschen Flughäfen (76 Prozent), im übrigen Europa nur an gut jedem zweiten. Auch nachts geöffnete Cafés an 9 von 25 Flughäfen und für Fluggäste zugängliche Fitnessräume an 6 der 25 Flughäfen sind hierzulande überdurchschnittlich verbreitet. Die deutsche Devise lautet also eher Komfort im Hotel nebenan als im Terminal. Denn dort zeigen sich die Schwächen. Einen Trinkwasserspender haben nur 7 der 25 Flughäfen (28 Prozent), unbegrenztes WLAN gut die Hälfte (13 von 25), eine Pay-per-use-Lounge mit Ruhemöglichkeit lediglich 9. Nachts im Sicherheitsbereich bleiben dürfen Reisende an gerade einmal 4 Standorten. Und eine nachts nutzbare Dusche? An keinem einzigen deutschen Flughafen.

Warum der Schlafkomfort am Flughafen zählt

Ungeplante Nächte am Flughafen sind längst kein Randphänomen. Verspätungen, gestrichene Anschlüsse und früh gebuchte Verbindungen sorgen regelmäßig dafür, dass Reisende zwischen Check-in und Boarding festsitzen. Ob daraus eine erholsame Pause oder ein Rückenschmerz-Marathon wird, hängt maßgeblich davon ab, ob ein Flughafen nachts überhaupt geöffnet bleibt und ob er mehr zu bieten hat als eine Bank mit Armlehne. Genau an dieser Frage trennt sich im Ranking die Spitze vom Rest.

Das vollständige Ranking mit allen 165 Flughäfen sowie die Deutschland-Übersicht finden Interessierte [hier](#). Wer für die nächste Reise viel Entspannung sucht, findet bei Fit Reisen passende [Wellnessurlaub-Angebote](#) in Europa, Asien, Afrika und der Karibik.

Methodik

Für das Ranking hat Fit Reisen 165 europäische Flughäfen auf ihren Schlaf- und Übernachtungskomfort untersucht. Bewertet wurden 23 Ja-/Nein-Kriterien in sechs Kategorien: Betrieb und Zugang (25 Punkte), Schlafmöglichkeiten (30 Punkte), Hygiene und Versorgung (20 Punkte), Sicherheit (10 Punkte), Konnektivität (10 Punkte) und Zusatzkomfort (5 Punkte). Je Kategorie zählt der Anteil erfüllter Kriterien multipliziert mit

dem Kategoriegewicht, in Summe maximal 100 Punkte. Grundlage waren die Guides von sleepinginairports.net sowie ergänzende Web-Recherchen. Die Einteilung in Drehkreuze (Hub) und reine Ziel- und Herkunftsflughäfen (O&D) dient nur der Einordnung und fließt nicht in die Punktzahl ein. Stand der Erhebung war der Juli 2026.

Hinweis für JournalistInnen: Die interaktive Landingpage bietet weiterführende Visualisierungen, Karten und Zusatzinformationen, die Sie für Ihre Berichterstattung gerne nutzen und verlinken dürfen. Für weitere Fragen, Materialien oder Zitate steht Ihnen Fit Reisen jederzeit zur Verfügung. Wir freuen uns, wenn Sie Fit Reisen (www.fitreisen.de) als Quelle nennen, damit die Herkunft der Daten für Ihre LeserInnen nachvollziehbar bleibt.

Über Fit Reisen

Die Fit Reisen Group mit Sitz in Frankfurt am Main, Hamburg und München ist die Nr. 1 für weltweite Gesundheits- und Wellnessreisen. Seit 50 Jahren steht das Unternehmen für die Kombination aus gesundem Urlaub und attraktiven Schönheits-, Entspannungs- und Freizeitangeboten. Neben Fit Reisen gehören auch die internationale Marke SpaDreams, Yoga Escapes, aytour, Lotus Travel und das Reisegutschein-Portal tripz.de zur Unternehmensgruppe. Heute bietet der Spezialist über 10.000 unterschiedliche Kur-, Gesundheits-, Beauty-, Ayurveda-, Yoga-, Detox- und Wellness-Arrangements an. Das Portfolio umfasst 1.500 Hotels und 400 Destinationen in 50 Ländern. Bereits mehrfach wurden das vielfältige Angebot, die langjährige Expertise und der individuelle Service ausgezeichnet: In 2014 als „Innovativster Veranstalter im Gesundheitstourismus“, in 2016 mit dem „Typo3 Website of the Year Award“ sowie „Typo3 Tourism Award“, von n-tv in 2017, 2018 und 2019 als „Deutschlands bestes Online-Portal Wellnessreisen“ sowie 2020, 2021 und 2022 vom Technikmagazin CHIP als „Leading Shop“ im Bereich „Reise“. Fit Reisen ist Mitglied des Tourismusverbands Pacific Asia Travel Association (PATA), der Arbeitsgemeinschaft Europäischer Reiseunternehmen (AER) und des Quality in Health Prevention e.V. (Quhep).

Bilder und Grafiken zu dieser Pressemitteilung, neuen Katalogen, besonderen Hotels und diversen Trendthemen sowie Firmenlogo und Fotos der Geschäftsführung finden Sie unter: www.fitreisen.de/group/de/presse

Bitte beachten Sie: Das Ihnen überlassene Bildmaterial darf nur unter Nennung des entsprechenden Copyrights sowie in Verbindung mit Reisen von Fit Reisen GmbH genutzt werden. Copyright (wenn nicht anders angegeben): ©fitreisen.de. Weitere Bildquellen entnehmen Sie bitte aus der jeweiligen Bildunterschrift. Eine Verwendung darüber hinaus bedarf der vorherigen, schriftlichen Genehmigung. Die Weitergabe des Bildmaterials an Dritte ist untersagt. Die vollständigen Nutzungsbedingungen lesen Sie [hier](#).