

# Ramadan und Sport

**Beitrag von „MrsPace“ vom 11. Mai 2019 06:54**

Einer meiner Schüler geht auch während des Ramadan sechs Mal die Woche ins Fitnessstudio. Ganz freiwillig. Außerdem wird sich nach Sonnenuntergang und vor Sonnenaufgang der Bauch vollgeschlagen. Das sollte doch dann für den Tag reichen... Das man nichts trinken darf, das finde ich echt unmöglich... Aber gut, man sucht es sich ja selbst aus.