

# **Referendariat trotz erhöhtem BMI?**

**Beitrag von „MrsPace“ vom 10. März 2021 16:23**

Also wenn ich mir einige (auch junge!) verbeamtete Kolleginnen so anschau... Dann kann der BMI einfach kein Ausschlusskriterium mehr sein.

Bin allerdings in BaWü.

Viel an der frischen Luft bewegen, jeden Tag Sport, ein Ruhetag, am Wochende Meal-Prep damit man nicht überisst unter der Woche, Alkohol/Süßigkeiten sollten die absolute Ausnahme sein, geregelte Essenszeiten. Du wirst sehen wie die Kilos purzeln.