

# Cuento: Hábitos del deporte

## Geschichte: Sportgewohnheiten

🔊 <https://app.colanguage.com/de/spanisch/kurzgeschichte/habitos-del-deporte>

*La historia de Laura, una atleta disciplinada que tiene buenos hábitos deportivos.*

Cada día, Laura sigue una rutina para mejorar como deportista.

Si tiene que levantarse temprano, lo hace con disciplina.

Cuando corre, es constante y tiene ganas de mejorar, aunque esté cansada.

Es paciente y repite cada ejercicio hasta hacerlo bien.

Laura sabe que, si tiene fuerza de voluntad, entrenará mejor.

Además, siempre mantiene buen humor aunque los entrenamientos sean duros.

Si mantiene estos hábitos, cada día es una oportunidad para avanzar.

Al final del día, se siente satisfecha por esforzarse y seguir sus metas.

Laura sabe que si mantiene su motivación, conseguirá sus objetivos.

Por eso, quiere ser constante para preparar su futuro como atleta.

---

*Die Geschichte von Laura, einer disziplinierten Athletin, die gute Sportgewohnheiten hat.*

*Jeden Tag folgt Laura einer Routine, um sich als Sportlerin zu verbessern.*

*Wenn sie früh aufstehen muss, tut sie es diszipliniert.*

*Wenn sie läuft, ist sie beständig und motiviert sich, sich zu verbessern, auch wenn sie müde ist.*

*Sie ist geduldig und wiederholt jede Übung, bis sie sie richtig macht.*

*Laura weiß, dass sie mit Willenskraft besser trainieren wird.*

*Außerdem behält sie immer gute Laune, auch wenn das Training hart ist.*

*Wenn sie diese Gewohnheiten beibehält, ist jeder Tag eine Gelegenheit, Fortschritte zu machen.*

*Am Ende des Tages fühlt sie sich zufrieden, weil sie sich angestrengt und ihre Ziele verfolgt hat.*

*Laura weiß, dass sie ihre Motivation behält und ihre Ziele erreichen wird.*

*Deshalb möchte sie beständig sein, um ihre Zukunft als Athletin vorzubereiten.*

# Hábitos del deporte

## Sportgewohnheiten

<https://app.colanguage.com/de/spanisch/kurzgeschichte/habitos-del-deporte>



### Ejercicio 1:

### Preguntas de debate

**Instrucción:** Debatir las preguntas después de escuchar el audio o leer el texto.

1. ¿Qué hace Laura cada día para ser una buena atleta?

.....

2. ¿Por qué Laura se siente feliz al final del día?

.....

3. ¿Cuál es el objetivo de Laura al seguir sus buenos hábitos?

.....

4. ¿Crees que eres una persona disciplinada? ¿Por qué?

.....

5. ¿Qué hábitos piensas son importantes para lograr tus objetivos en el deporte o en el trabajo?

.....

