

A1.40.1 An additional unit

Una unidad adicional



1. Warum kann Joggen ein Problem sein?
 - a. Weil Schwimmen für die Knie schlecht ist.
 - b. Weil Fußball nur im Winter geht.
 - c. Weil man dabei keine Kalorien verbrennt.
 - d. Weil man dabei das Knie immer wieder belastet.
2. Welche Bewegung ist sehr gut für die Gelenke?
 - a. Joggen
 - b. Schwimmen
 - c. Krafttraining
 - d. Tennis
3. Warum sind Fußball und Tennis besser als immer nur Joggen?
 - a. Weil man dabei keine Gelenke hat.
 - b. Weil man dabei nie müde wird.
 - c. Weil man dabei Abwechslung hat.
 - d. Weil man dafür kein Training braucht.
4. Was empfiehlt die Person am Ende?
 - a. Krafttraining
 - b. Schwimmen
 - c. Fußball
 - d. Joggen

1-d 2-b 3-c 4-a

2. Lee el diálogo y responde a las preguntas.

Lara hat die erste Einheit mit ihrem Personaltrainer und fragt nach Tipps zum Abnehmen

Lara tiene la primera sesión con su entrenador personal y pregunta por consejos para adelgazar

- Jan:** Das war super, Lara. Mach weiter so! *(¡Eso estuvo genial, Lara! ¡Sigue así!)*
- Lara:** Dankeschön. Was kann ich zusätzlich zu unseren Einheiten machen? *(Gracias. ¿Qué puedo hacer además de nuestras sesiones?)*
- Jan:** Du kannst auch einmal pro Woche schwimmen gehen. *(También puedes ir a nadar una vez por semana.)*
- Lara:** Schwimmen mag ich leider gar nicht. Was empfiehlst du sonst? *(Por desgracia, no me gusta nada nadar. ¿Qué me recomiendas si no?)*
- Jan:** Hast du als Kind Sport gemacht? *(¿Hacías deporte de niña?)*
- Lara:** Bis ich 18 war, habe ich sehr viel Tennis gespielt. Wieso fragst du? *(Hasta que cumplí 18, jugué muchísimo al tenis. ¿Por qué lo preguntas?)*
- Jan:** Sportarten, die du als Kind gemacht hast, sind oft am besten. *(Los deportes que practicabas de niña suelen ser los mejores.)*
- Lara:** Machst du die Sportart, die du als Kind gemacht hast, immer noch? *(¿Sigues practicando el deporte que hacías de niño?)*
- Jan:** Ja, ich spiele immer noch Basketball. *(Sí, todavía juego al baloncesto.)*
- Lara:** Dann schaue ich mal, ob ich meinen Tennisschläger noch habe. *(Entonces voy a ver si todavía tengo mi raqueta de tenis.)*

Jan: Perfekt!

(¡Perfecto!)

1. Welchen Sport empfiehlt Jan Lara zusätzlich?
 - a. Boxen
 - b. Fußball
 - c. Schwimmen
 - d. Tanzen
2. Welchen Sport hat Lara früher viel gemacht?
 - a. Leichtathletik
 - b. Karate
 - c. Turnen
 - d. Tennis

1-c 2-d

3. Es nuevo en el gimnasio y quiere participar en un curso esta semana.

Task: Wählen Sie ein Kursformat aus und schreiben Sie den Namen.

URL: Fitness Kurse

Use in your answer: Kursprogramm / Kurse / Anfänger / Fortgeschrittene / Trainer / CYCLING Kurse