

A1.40.1 An additional unit

Une unité supplémentaire



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

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

2. Lisez le dialogue et répondez aux questions.

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

Lara a sa première séance avec son entraîneur personnel et demande des conseils pour perdre du poids

- Jan:** Das war super, Lara. Mach weiter so! *(C'était super, Lara. Continue comme ça !)*
- Lara:** Dankeschön. Was kann ich zusätzlich zu unseren Einheiten machen? *(Merci. Qu'est-ce que je peux faire en plus de nos séances ?)*
- Jan:** Du kannst auch einmal pro Woche schwimmen gehen. *(Tu peux aussi aller nager une fois par semaine.)*
- Lara:** Schwimmen mag ich leider gar nicht. Was empfiehlst du sonst? *(Malheureusement, je n'aime pas du tout la natation. Qu'est-ce que tu me recommandes d'autre ?)*
- Jan:** Hast du als Kind Sport gemacht? *(Tu faisais du sport quand tu étais enfant ?)*
- Lara:** Bis ich 18 war, habe ich sehr viel Tennis gespielt. Wieso fragst du? *(Jusqu'à mes 18 ans, j'ai beaucoup joué au tennis. Pourquoi tu demandes ?)*
- Jan:** Sportarten, die du als Kind gemacht hast, sind oft am besten. *(Les sports que tu pratiquais enfant sont souvent les meilleurs.)*
- Lara:** Machst du die Sportart, die du als Kind gemacht hast, immer noch? *(Tu pratiques encore le sport que tu faisais enfant ?)*
- Jan:** Ja, ich spiele immer noch Basketball. *(Oui, je joue toujours au basket.)*
- Lara:** Dann schaue ich mal, ob ich meinen Tennisschläger noch habe. *(Alors je vais voir si j'ai encore ma raquette de tennis.)*

Jan: Perfekt!

(Parfait !)

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

1-b 2-b

3. Vous êtes nouveau dans la salle de sport et vous souhaitez participer à un cours cette semaine.

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

URL: Fitness Kurse

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