

## A1.40.1 An additional unit

### Une unité supplémentaire



1. Warum kann Joggen ein Problem sein?
  - a. Weil Fußball nur im Winter geht.
  - b. Weil Schwimmen für die Knie schlecht ist.
  - 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. Krafttraining
  - b. Joggen
  - c. Schwimmen
  - d. Tennis

### 1-d 2-c

## 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? *(Quel sport Jan recommande-t-il à Lara en plus ?)*
  - a. Tanzen
  - b. Schwimmen
  - c. Fußball
  - d. Boxen

2. Welchen Sport hat Lara früher viel gemacht? (*Quel sport Lara faisait-elle beaucoup auparavant ?*)

- a. Karate
- b. Turnen
- c. Leichtathletik
- d. Tennis

**1-b 2-d**

**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