

A1.40.1 An additional unit

Eine zusätzliche Einheit



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

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

2. Read the dialogue and answer the questions.

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

Lara has her first session with her personal trainer and asks for tips on losing weight

- Jan:** Das war super, Lara. Mach weiter so! *(That was great, Lara. Keep it up!)*
- Lara:** Dankeschön. Was kann ich zusätzlich zu unseren Einheiten machen? *(Thank you. What can I do in addition to our sessions?)*
- Jan:** Du kannst auch einmal pro Woche schwimmen gehen. *(You can also go swimming once a week.)*
- Lara:** Schwimmen mag ich leider gar nicht. Was empfiehlst du sonst? *(Unfortunately, I don't like swimming at all. What else do you recommend?)*
- Jan:** Hast du als Kind Sport gemacht? *(Did you play sports as a child?)*
- Lara:** Bis ich 18 war, habe ich sehr viel Tennis gespielt. Wieso fragst du? *(Until I was 18, I played a lot of tennis. Why do you ask?)*
- Jan:** Sportarten, die du als Kind gemacht hast, sind oft am besten. *(Sports you did as a child are often the best.)*
- Lara:** Machst du die Sportart, die du als Kind gemacht hast, immer noch? *(Do you still do the sport you did as a child?)*
- Jan:** Ja, ich spiele immer noch Basketball. *(Yes, I still play basketball.)*
- Lara:** Dann schaue ich mal, ob ich meinen Tennisschläger noch habe. *(Then I'll see if I still have my tennis racket.)*

Jan: Perfekt!

(Perfect!)

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

1-c 2-a

3. You are new at the gym and would like to take a class this week.

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