A1.40.1 An additional unit

An additional unit
Exercises: https://app.colanguage.com/german/dialogues/sportarten

1. Watch the video and recognize the vocabulary. Then answer the questions below.

Video: https://www.youtube.com/watch?v=_ZLPdXXPj6A&t=199s&start=231&end=300

Joggen	*(Jogging)*	**Fußball**	*(Soccer)*
Die Bewegung	*(Exercise)*	**Tennis**	*(Tennis)*
Schwimmen	*(Swimming)*	**Das Krafttraining**	*(Strength training)*

2. Read the dialogue and answer the questions.

Lara hat die erste Einheit mit ihrem Personaltrainer hinter sich und redet mit ihm darüber, welche Empfehlungen er für sie hat Gewicht zu verlieren…

Lara has finished the first session with her personal trainer and is talking with him about the recommendations he has for her to lose weight…

Jan:	Das war super, Lara. Mach weiter so!	*(That was great, Lara. Keep it up!)*
Lara:	Danke schön. Aber was kann ich noch zusätzlich zu unseren Einheiten machen?	*(Thank you very much. But what else can I do besides our sessions?)*
Jan:	Krafttraining ist auf jeden Fall die Grundlage. Du könntest auch einmal pro Woche schwimmen gehen.	*(Strength training is definitely the foundation. You could also try swimming once a week.)*
Lara:	Schwimmen mag ich leider nicht. Was kannst du mir sonst empfehlen?	*(Unfortunately, I don't like swimming. What else can you recommend?)*
Jan:	Hast du als Kind Sport gemacht?	*(Did you play any sports as a child?)*
Lara:	Bis ich 18 war, habe ich viel Tennis gespielt. Warum fragst du?	*(Until I was 18, I played a lot of tennis. Why do you ask?)*
Jan:	Sportarten, die man als Kind gemacht hat, sind oft gut. Ich habe früher zum Beispiel Basketball und Boxen gemacht.	*(Sports you played as a child are often good to continue. For example, I used to play basketball and box.)*
Lara:	Machst du das heute noch?	*(Do you still do those today?)*
Jan:	Ja, genau. Beides macht mir immer noch Spaß und trainiert meine Ausdauer.	*(Yes, exactly. I still enjoy both and they help improve my endurance.)*
Lara:	Okay, ich verstehe. Dann schaue ich mal, ob ich meinen Tennisschläger noch habe.	*(Okay, I understand. Then I'll check if I still have my tennis racket.)*
Jan:	Das ist sehr gut. Mach das zusätzlich zu unseren Einheiten ein- bis zweimal pro Woche!	*(That's very good. Do that in addition to our sessions once or twice a week!)*

3. Choose the correct answer.

1. Welche Sportart schlägt Jan Lara zuerst vor?
   (Which sport does Jan suggest to Lara first?)

   ☐ Krafttraining ☐ Schwimmen
   ☐ Tennis ☐ Basketball

2. Welche Sportart mag Lara nicht gern?
   (Which sport does Lara not like?)
   - ☐ Boxen
   - ☐ Schwimmen
   - ☐ Tennis
   - ☐ Basketball
3. Welche Sportarten hat Jan als Kind gemacht?
   (Which sports did Jan do as a child?)
   - ☐ Fußball und Laufen
   - ☐ Tennis und Schwimmen
   - ☐ Basketball und Boxen
   - ☐ Karate und Turnen
4. Was soll Lara zusätzlich zu den Einheiten machen?
   (What should Lara do in addition to the training sessions?)
   - ☐ Jeden Tag joggen
   - ☐ Zweimal pro Woche Fahrrad fahren
   - ☐ Einmal in der Woche tanzen
   - ☐ Ein bis zwei Mal pro Woche Tennis spielen

Solutions:

***1**. Krafttraining/Strength training **2**. Schwimmen/Swimming **3**. Basketball und Boxen/Basketball and boxing **4**. Ein bis zwei Mal pro Woche Tennis spielen/Play tennis once or twice a week*

4. Answer the questions and correct with your teacher.

1. Welche Sportarten machen Sie in Ihrer Freizeit, und wie oft trainieren Sie?
   (What sports do you do in your free time, and how often do you train?)
2. Haben Sie als Kind regelmäßig eine Sportart gemacht? Erzählen Sie kurz davon.
   (Did you regularly play any sports as a child? Briefly tell us about it.)
3. Wie wichtig ist Ihnen regelmäßige Bewegung oder Sport im Alltag? Warum?
   (How important is regular exercise or being active to you in daily life? Why?)
4. Welche neuen Sportarten könnten Sie sich vorstellen, um fit zu bleiben, und warum?
   (Are there any new sports you could imagine trying to stay fit? Why?)

_____

_____

_____