

Cuento: Hábitos del deporte

Racconto: Abitudini sportive

🔊 <https://app.colanguage.com/it/spagnolo/racconti-brevi/habitos-del-deporte>

Historia sobre Laura, una atleta disciplinada que tiene buenos hábitos deportivos.

Cada día, Laura sigue una rutina para mejorar como deportista.

Si tiene que levantarse temprano, lo hace con disciplina.

Cuando corre, es constante y tiene ganas de mejorar, aunque esté cansada.

Es paciente y repite cada ejercicio hasta hacerlo bien.

Laura sabe que, si tiene fuerza de voluntad, entrenará mejor.

Además, siempre mantiene buen humor aunque los entrenamientos sean duros.

Si mantiene estos hábitos, cada día es una oportunidad para avanzar.

Al final del día, se siente satisfecha por esforzarse y seguir sus metas.

Laura sabe que si mantiene su motivación, conseguirá sus objetivos.

Por eso, quiere ser constante para preparar su futuro como atleta.

Storia su Laura, un'atleta disciplinata che ha buone abitudini sportive.

Ogni giorno, Laura segue una routine per migliorare come sportiva.

Se deve svegliarsi presto, lo fa con disciplina.

Quando corre, è costante e ha voglia di migliorare, anche se è stanca.

È paziente e ripete ogni esercizio fino a farlo bene.

Laura sa che, se ha forza di volontà, si allenerà meglio.

Inoltre, mantiene sempre buon umore anche se gli allenamenti sono duri.

Se mantiene queste abitudini, ogni giorno è un'opportunità per andare avanti.

Alla fine della giornata, si sente soddisfatta per essersi impegnata e per aver seguito i suoi obiettivi.

Laura sa che se mantiene la sua motivazione, raggiungerà i suoi traguardi.

Per questo vuole essere costante per preparare il suo futuro come atleta.

Hábitos del deporte

Abitudini sportive

<https://app.colanguage.com/it/spagnolo/racconti-brevi/habitos-del-deporte>



Ejercicio 1:

Preguntas de debate

Instrucción: Debatir las preguntas después de escuchar el audio o leer el texto.

1. ¿Qué hace Laura cada día para ser una buena atleta?

.....

2. ¿Por qué Laura se siente feliz al final del día?

.....

3. ¿Cuál es el objetivo de Laura al seguir sus buenos hábitos?

.....

4. ¿Crees que eres una persona disciplinada? ¿Por qué?

.....

5. ¿Qué hábitos piensas son importantes para lograr tus objetivos en el deporte o en el trabajo?

.....

