

A1.40.1 An additional unit

Un'unità aggiuntiva



- Warum kann Joggen ein Problem sein?
 - Weil man dabei keine Kalorien verbrennt.
 - Weil man dabei das Knie immer wieder belastet.
 - Weil Schwimmen für die Knie schlecht ist.
 - Weil Fußball nur im Winter geht.
- Welche Bewegung ist sehr gut für die Gelenke?
 - Joggen
 - Tennis
 - Krafttraining
 - Schwimmen

1-b 2-d

2. Leggi il dialogo e rispondi alle domande.

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

Lara fa la prima unità con il suo personal trainer e chiede consigli per dimagrire

- Jan:** Das war super, Lara. Mach weiter so! *(È stato fantastico, Lara. Continua così!)*
- Lara:** Dankeschön. Was kann ich zusätzlich zu unseren Einheiten machen? *(Grazie. Cosa posso fare in aggiunta alle nostre sessioni?)*
- Jan:** Du kannst auch einmal pro Woche schwimmen gehen. *(Puoi anche andare a nuotare una volta a settimana.)*
- Lara:** Schwimmen mag ich leider gar nicht. Was empfiehlst du sonst? *(Purtroppo il nuoto non mi piace per niente. Cos'altro mi consigli?)*
- Jan:** Hast du als Kind Sport gemacht? *(Da bambina facevi sport?)*
- Lara:** Bis ich 18 war, habe ich sehr viel Tennis gespielt. Wieso fragst du? *(Fino ai 18 anni ho giocato moltissimo a tennis. Perché me lo chiedi?)*
- Jan:** Sportarten, die du als Kind gemacht hast, sind oft am besten. *(Gli sport che facevi da bambino sono spesso i migliori.)*
- Lara:** Machst du die Sportart, die du als Kind gemacht hast, immer noch? *(Pratichi ancora lo sport che facevi da bambino?)*
- Jan:** Ja, ich spiele immer noch Basketball. *(Sì, gioco ancora a basket.)*
- Lara:** Dann schau mal, ob ich meinen Tennisschläger noch habe. *(Allora vedo un po' se ho ancora la mia racchetta da tennis.)*
- Jan:** Perfekt! *(Perfetto!)*

- Welchen Sport empfiehlt Jan Lara zusätzlich? *(Quale sport consiglia Jan a Lara in aggiunta?)*
 - Boxen
 - Fußball
 - Schwimmen
 - Tanzen

2. Welchen Sport hat Lara früher viel gemacht? (*Quale sport praticava molto Lara in passato?*)

a. Leichtathletik

b. Karate

c. Tennis

d. Turnen

1-c 2-c

3. Sei nuovo in palestra e questa settimana vorresti partecipare a un corso.

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

URL: Fitness Kurse

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