

## A1.40.1 An additional unit

Een extra eenheid



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

1-a 2-c

### 2. Lees de dialoog en beantwoord de vragen.

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

*Lara heeft de eerste sessie met haar personal trainer en vraagt om tips om af te vallen*

- Jan:** Das war super, Lara. Mach weiter so! *(Dat was super, Lara. Ga zo door!)*
- Lara:** Dankeschön. Was kann ich zusätzlich zu unseren Einheiten machen? *(Dank je wel. Wat kan ik naast onze sessies nog meer doen?)*
- Jan:** Du kannst auch einmal pro Woche schwimmen gehen. *(Je kunt ook één keer per week gaan zwemmen.)*
- Lara:** Schwimmen mag ich leider gar nicht. Was empfiehlst du sonst? *(Zwemmen vind ik helaas helemaal niet leuk. Wat raad je anders aan?)*
- Jan:** Hast du als Kind Sport gemacht? *(Heb je als kind aan sport gedaan?)*
- Lara:** Bis ich 18 war, habe ich sehr viel Tennis gespielt. Wieso fragst du? *(Tot ik 18 was, heb ik heel veel tennis gespeeld. Waarom vraag je dat?)*
- Jan:** Sportarten, die du als Kind gemacht hast, sind oft am besten. *(Sporten die je als kind hebt gedaan, zijn vaak het beste.)*
- Lara:** Machst du die Sportart, die du als Kind gemacht hast, immer noch? *(Doe je de sport die je als kind deed nog steeds?)*
- Jan:** Ja, ich spiele immer noch Basketball. *(Ja, ik speel nog steeds basketbal.)*
- Lara:** Dann schau mal, ob ich meinen Tennisschläger noch habe. *(Dan ga ik eens kijken of ik mijn tennisracket nog heb.)*
- Jan:** Perfekt! *(Perfect!)*

1. Welchen Sport empfiehlt Jan Lara zusätzlich? *(Welke sport raadt Jan Lara daarnaast aan?)*
  - a. Tanzen
  - b. Fußball
  - c. Boxen
  - d. Schwimmen

2. Welchen Sport hat Lara früher viel gemacht? *(Welke sport deed Lara vroeger veel?)*

a. Turnen

b. Karate

c. Leichtathletik

d. Tennis

**1-d 2-d**

### **3. Je bent nieuw in de sportschool en je wilt deze week aan een les deelnemen.**

**Taak:** Wählen Sie ein Kursformat aus und schreiben Sie den Namen.

**URL:** Fitness Kurse

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