

Cuento: Hábitos del deporte

Verhaal: Sportgewoonten

🔊 <https://app.colanguage.com/nl/spaans/kortverhalen/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.

Verhaal over Laura, een gedisciplineerde atleet die goede sportgewoonten heeft.

Elke dag volgt Laura een routine om zich als sporter te verbeteren.

Als ze vroeg moet opstaan, doet ze dat met discipline.

Wanneer ze hardloopt, is ze constant en wil ze verbeteren, ook al is ze moe.

Ze is geduldig en herhaalt elke oefening tot het goed is.

Laura weet dat ze, als ze wilskracht heeft, beter zal trainen.

Bovendien blijft ze altijd goed gehumeurd, ook al zijn de trainingen zwaar.

Als ze deze gewoonten behoudt, is elke dag een kans om vooruit te komen.

Aan het einde van de dag voelt ze zich tevreden omdat ze zich inspant en haar doelen volgt.

Laura weet dat als ze haar motivatie behoudt, ze haar doelen zal bereiken.

Daarom wil ze consequent zijn om haar toekomst als atleet voor te bereiden.

Hábitos del deporte

Sportgewoontes

<https://app.colanguage.com/nl/spaans/kortverhalen/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?

.....

