

A1.40.1 An additional unit

Uma unidade adicional



1. Warum kann Joggen ein Problem sein?
 - a. Weil Fußball nur im Winter geht.
 - b. Weil man dabei keine Kalorien verbrennt.
 - c. Weil man dabei das Knie immer wieder belastet.
 - 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-c 2-c

2. Leia o diálogo e responda às perguntas.

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

Lara tem a primeira sessão com o seu personal trainer e pergunta por dicas para emagrecer

- Jan:** Das war super, Lara. Mach weiter so! *(Foi ótimo, Lara. Continue assim!)*
- Lara:** Dankeschön. Was kann ich zusätzlich zu unseren Einheiten machen? *(Obrigada. O que posso fazer além das nossas sessões?)*
- Jan:** Du kannst auch einmal pro Woche schwimmen gehen. *(Você também pode nadar uma vez por semana.)*
- Lara:** Schwimmen mag ich leider gar nicht. Was empfiehlst du sonst? *(Infelizmente, eu não gosto nada de nadar. O que você recomenda então?)*
- Jan:** Hast du als Kind Sport gemacht? *(Você praticava esportes quando era criança?)*
- Lara:** Bis ich 18 war, habe ich sehr viel Tennis gespielt. Wieso fragst du? *(Até eu completar 18 anos, eu jogava muito tênis. Por que você pergunta?)*
- Jan:** Sportarten, die du als Kind gemacht hast, sind oft am besten. *(Esportes que você praticava quando era criança muitas vezes são os melhores.)*
- Lara:** Machst du die Sportart, die du als Kind gemacht hast, immer noch? *(Você ainda pratica o esporte que fazia quando era criança?)*
- Jan:** Ja, ich spiele immer noch Basketball. *(Sim, eu ainda jogo basquete.)*
- Lara:** Dann schaue ich mal, ob ich meinen Tennisschläger noch habe. *(Então vou ver se ainda tenho minha raquete de tênis.)*
- Jan:** Perfekt! *(Perfeito!)*

1. Welchen Sport empfiehlt Jan Lara zusätzlich? *(Qual esporte Jan recomenda para Lara como complemento?)*
 - a. Fußball
 - b. Tanzen
 - c. Schwimmen
 - d. Boxen

2. Welchen Sport hat Lara früher viel gemacht? (*Qual esporte Lara praticava muito antes?*)

a. Tennis

b. Leichtathletik

c. Karate

d. Turnen

1-c 2-a

3. Você é novo na academia e quer participar de uma aula esta semana.

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

URL: Fitness Kurse

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