

A2.30 Huiswerk / oefeningen

A2.30 Compiti / esercizi

<https://olandesecolinguait/programma/a2/30>

Oefening 1: Gespreksoefening

Instructie:

1. Sport je? Zo ja, wat doe je? (*Fai esercizio fisico? Se sì, cosa fai?*)
2. Hoe neem je beweging op in je dagelijks leven? (*Come includi l'esercizio nella tua vita quotidiana?*)
3. Voel je je meestal moe of vol energie na het sporten? (*Di solito ti senti stanco o pieno di energia dopo aver fatto esercizio fisico?*)



.....

.....

.....

.....

Esempi di frasi:

Ik doe elke dag yoga. Ik doe ook stretchoefeningen.

Faccio yoga ogni giorno. Faccio anche stretching.

Ik hef drie keer per week gewichten in de sportschool. Ik vind het leuk omdat het me sterk laat voelen.

Sollevo pesi in palestra tre volte a settimana. Mi piace perché mi fa sentire forte.

Ik loop naar mijn kantoor in plaats van de auto te nemen.

Vado a piedi al mio ufficio invece di prendere la macchina.

Ik heb een zwembad, dus zwem ik elke ochtend een half uur.

Ho una piscina, quindi ogni mattina nuoto per mezz'ora.

Ik voel me altijd goed na het doen van wat voor soort oefening dan ook. Het geeft me energie.

Mi sento sempre bene dopo aver fatto un po' di esercizio fisico. Mi dà energia.

Ik voel me moe na het sporten. Meestal ga ik vroeg naar bed op zo'n dag.

Mi sento stanco dopo l'allenamento. Di solito vado a letto presto in una giornata del genere.

...

