

A2.31.3 Cultura: La revolución del fitness al aire libre en las ciudades de España

A2.31.3 Kultura: Rewolucja fitnessu na świeżym powietrzu w miastach Hiszpanii

🔗 <https://hiszpanski.colanguage.pl/kultura/revolucion-del-fitness-al-aire-libre>

Descubre cómo el fitness al aire libre se ha vuelto popular en las ciudades españolas. Texto sencillo y divertido para estudiantes de español A2.

En las ciudades de España el **fitness** al aire libre es muy popular. Muchas personas entrenan en parques y plazas. Hay grupos que hacen **ejercicios** juntos. Se organizan clases de **yoga** y entrenamientos con pesas. A la gente le gusta estar **fuerte** y en forma. Esta revolución comenzó hace unos años. Ahora forma parte de la vida diaria. Las ciudades tienen más zonas verdes para **entrenar**. La gente disfruta de la naturaleza mientras hace ejercicio. Es un estilo de vida saludable. Además los gobiernos locales hacen la promoción de la cultura de ejercicio y del **bienestar**. Los lugares populares para practicar deportes son los parques de Madrid y Sevilla o las playas de Valencia y Barcelona.

Odkryj, jak fitness na świeżym powietrzu stał się popularny w hiszpańskich miastach. Prost tekst i zabawny dla uczniów hiszpańskiego A2.

*W miastach Hiszpanii **fitness** na świeżym powietrzu jest bardzo popularny. Wiele osób trenuje w parkach i na placach. Są grupy, które wykonują **ćwiczenia** razem. Organizowane są zajęcia z **jogi** i treningi z ciężarami. Ludzie lubią być **silni** i w dobrej formie. Ta rewolucja rozpoczęła się kilka lat temu. Teraz stała się częścią codziennego życia. Miasta mają więcej zielonych stref do **treningu**. Ludzie cieszą się naturą podczas ćwiczeń. To zdrowy styl życia. Ponadto lokalne władze promują kulturę ćwiczeń i **dobrostanu**. Popularne miejsca do uprawiania sportów to parki w Madrycie i Sewilli oraz plaże w Walencji i Barcelonie.*

A2.31.3 La revolución del fitness al aire libre en las ciudades de España

A2.31.3 Rewolucja fitness na świeżym powietrzu w miastach Hiszpanii

<https://hiszpanski.colanguage.pl/kultura/revolucion-del-fitness-al-aire-libre>



Ejercicio 1:

Preguntas de debate

Instrucción: Debatir las preguntas después de escuchar el audio o leer el texto.

1. ¿Qué hacen las personas en España en los parques y plazas?
2. ¿Qué lugares son populares para hacer ejercicio en España?
3. ¿Por qué está bien hacer ejercicio al aire libre?
4. ¿Qué deportes puedes practicar al aire libre?