

A2.30 Huiswerk / oefeningen

A2.30 Zadanie domowe / Ćwiczenia

<https://holenderski.colanguage.pl/program/a2/30>



Oefening 1:

Gespreksoefening

Instructie:

1. Sport je? Zo ja, wat doe je? (Czy ćwiczysz? Jeśli tak, co robisz?)
2. Hoe neem je beweging op in je dagelijks leven? (Jak włączasz ćwiczenia do swojego codziennego życia?)
3. Voel je je meestal moe of vol energie na het sporten? (Czy zwykle czujesz się zmęczony czy pełen energii po ćwiczeniach?)



.....

.....

.....

.....

Przykładowe zwroty:

Ik doe elke dag yoga. Ik doe ook stretchoefeningen.

Codziennie uprawiam jogę. Robię także rozciąganie.

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

Podnoszę ciężary na siłowni trzy razy w tygodniu. Lubię to, ponieważ sprawia, że czuję się silny.

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

Chodzę do biura zamiast jeździć samochodem.

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

Mam basen, więc każdego ranka pływam przez pół godziny.

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

Zawsze czuję się dobrze po jakimś rodzaju ćwiczeń. Daje mi to energię.

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

Czuję się zmęczony po treningu. Zwykle kładę się spać wcześniej w taki dzień.

...

