

# A2.45.4 Cultura: La revolución del fitness al aire libre en las ciudades de España

## A2.45.4 Culture: The outdoor fitness revolution in the cities of Spain

   <https://learnspanish.colanguage.es/culture/revolucion-del-fitness-al-aire-libre>

*Descubre cómo el fitness al aire libre se ha vuelto popular en las ciudades españolas. Un 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.

---

*Discover how outdoor fitness has become popular in Spanish cities. A simple and fun text for A2 Spanish students.*

*In the cities of Spain, outdoor **fitness** is very popular. Many people work out in parks and squares. There are groups that do **exercises** together. **Yoga** classes and weight training sessions are organised. People like to be **strong** and fit. This revolution began a few years ago. Now it is part of daily life. Cities have more green spaces for **training**. People enjoy nature while exercising. It is a healthy lifestyle. Additionally, local governments promote the culture of exercise and **well-being**. Popular places for practising sports are the parks in Madrid and Seville or the beaches of Valencia and Barcelona.*

# A2.45.4 La revolución del fitness al aire libre en las ciudades de España

## A2.45.4 The outdoor fitness revolution in Spain's cities

   <https://learnspanish.colanguage.es/culture/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?