

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?

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 2: Traduce y usa en una oración

Instrucción: Traduce y di la palabra en voz alta. Usa la palabra en una oración.

1. Yoga

.....

2. Fuerte

.....

3. Ejercicios

.....

4. Bienestar

.....

5. Entrenar

.....

6. Fitness

.....

Solutions:

1. Yoga 2. Strong 3. Exercises 4. Well-being 5. To train 6. Fitness