

## B1-Text- SPORT

Fügen Sie die Zahlen 1-10 der untenstehenden verschiedenen Wortarten (in ihrer korrekten Form) ein.

Regelmäßige Bewegung ist \_\_\_\_\_ für unsere Gesundheit. Wenn wir Sport \_\_\_\_\_, bleiben wir fit und fühlen uns oft ruhiger. Natürlich kann sich jeder für eine Sportart entscheiden, die er oder sie mag. Jeder wählt dann aus, worin er oder sie \_\_\_\_\_ sein möchte wie zum Beispiel Radfahren, Schifahren oder Tennis. \_\_\_\_\_ kann eine Sportart wählen, die ihm oder ihr \_\_\_\_\_.

Sport hat viele Vorteile. Er fördert das Herz-Kreislauf-System, kräftigt die Muskeln und trägt zur \_\_\_\_\_ bei. Außerdem unterstützen wir durch regelmäßige Bewegung das Immunsystem und können dadurch auch Krankheiten \_\_\_\_\_.

Da nicht nur die körperliche, sondern auch die geistige Gesundheit von Sport profitiert, fühlen sich viele Menschen nach dem Training \_\_\_\_\_ gelaunt und gelassener.

\_\_\_\_\_ besonders stressige Arbeitstage leichter \_\_\_\_\_ sind, befürworten Mediziner und Wissenschaftler, mindestens zweimal pro Woche Sport zu machen.

Stressreduktion – 1

besser – 2

vorbeugen – 3

aushalten – 4

wichtig – 5

gefallen – 6

jeder – 7

damit – 8

treiben – 9

aktiv – 10