

1. Hablando: Encuesta de fitness. Traduzca las preguntas (A). página 38
 - ¿Tienes un programa de ejercicio habitual? ¿cada cuanto ejercitas?
 - ¿Has ido al gimnasio? ¿Cada cuanto vas? ¿Qué haces ahí?
 - ¿Practicas algún deporte? ¿Cuáles? ¿cada cuanto los practicas?
 - ¿has tomado largas caminatas? ¿Cada cuánto? ¿A dónde vas?
 - ¿Qué más haces para mantenerte en forma?

2. Escriba sobre sus actividades favoritas (A). página 39
I like to go to the gym, i usually workout Mondays, Wednesdays, and Fridays, I went late afternoon after I complete all my chores. I also love horse riding but I can only do it on Saturdays or Mondays in the morning. I also like dancing ballet I do it every day on the afternoon.

3. (A) complete las preguntas. Utilice Con qué frecuencia, cuánto tiempo, qué tan bien, qué tan bueno. Página 40
 - A: How Good are you at volleyball?
 - A: how long do you spend online?
 - Hoe often do you play cards?
 - How well do you type?

4. Lectura: traducir el artículo “Quiz de salud y fitness”. Adivina tu puntuación de salud y estado físico de 0 (muy poco saludable) a 55 (muy saludable). Página 41

¿Cuantas meriendas te comes cada día? 3 meriendas

¿Que tan seguido comes a tus horas? Usualmente

¿Cuantas frutas y vegetales comes durante el día? None

cuanta comida chatarra consumes? El promedio

tomas vitaminas? A veces

cada cuanto ejercitas o haces deporte? 3 veces a la semana

cual describe tu progema de ejercicio? Ya sea pesas o cardio

cuan importante es tu programa para ti? No muy importante

cual describe mejor tu peso? 3kg de mi peso ideal

cada cuanto tienes examen físico? Una vez al año

cada cuanto tienes un buen sueño? nunca