

Je m'appelle Claudia, je fais de l'athlétisme au club d'athlétisme Sada. Je fais ce sport 5 heures par semaine. Je l'aime et je le recommande.

Avantages : j'ai une meilleure santé et aussi une meilleure vie sociale.

Depuis que je cours je me sens mieux.



Nous sommes Carlos et Teo, nous faisons du canoë au club Cabanas KDM et nous nous y amusons bien.

Le canoë est une bonne activité car c'est un sport qui peut être pratiqué avec des amis et dans lequel on utilise tout le corps et on développe les muscles des bras et des jambes.

