



# Health & Fitness

## German Sentence List

**Master a language  
for free with Ablas**

- ✓ 1500+ words in 7 languages
- ✓ Level up with fun games
- ✓ Browse stories and conversations



| <input checked="" type="checkbox"/> English                                                                                                      | German                                                                                                                                                        |
|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <input type="checkbox"/> Bend at the waist holding a dumbbell in your right hand near the floor, directly under your right shoulder.             | Beugen Sie sich an der Taille und halten Sie eine Hantel in Ihrer rechten Hand in der Nähe des Bodens, direkt unter Ihrer rechten Schulter.                   |
| <input type="checkbox"/> Firstly, start by holding a light dumbbell with both hands, and just let your arms drop down in front of you naturally. | Beginnen Sie zunächst, indem Sie mit beiden Händen eine leichte Hantel halten, und lassen Sie Ihre Arme einfach auf natürliche Weise vor sich herunterfallen. |
| <input type="checkbox"/> He looked around in disapproval at the disaster that remained of the new gym.                                           | Er schaute sich missbilligt um angesichts der Katastrophe, die von der neuen Turnhalle übrig geblieben war.                                                   |
| <input type="checkbox"/> The doctor had taken his time seeing him, but had finally confirmed that Byrne was in excellent health.                 | Der Arzt hatte sich Zeit genommen, ihn zu sehen, aber schließlich bestätigt, dass Byrne bei ausgezeichneter Gesundheit war.                                   |
| <input type="checkbox"/> A personal trainer can teach you how to stay focused and become disciplined.                                            | Ein Personal Trainer kann Ihnen beibringen, wie Sie konzentriert bleiben und diszipliniert werden.                                                            |
| <input type="checkbox"/> He no longer seemed stout, though he still had the appearance of solidity and strength.                                 | Er schien nicht mehr standhaft zu sein, obwohl er immer noch den Anschein von Solidität und Stärke hatte.                                                     |
| <input type="checkbox"/> She leaned back against the wall for a moment, gathering strength to stretch farther.                                   | Sie lehnte sich für einen Moment an die Wand und sammelte Kraft, um sich weiter zu strecken.                                                                  |

| <input checked="" type="checkbox"/> English                                                                         | German                                                                                     |
|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------|
| <input type="checkbox"/> Balashev did not do so at once, but continued to advance along the road at a walking pace. | Balashev tat dies nicht sofort, sondern fuhr im Schrittempo weiter auf der Straße voran.   |
| <input type="checkbox"/> Relaxed stretching prepares your muscles for the period which follows your workout.        | Entspanntes Stretching bereitet Ihre Muskeln auf die Zeit vor, die auf Ihr Training folgt. |