

## Lesson 033 – Show Notes

---

### Exercice et Entraînement – Exercise and Working Out

#### Vocabulary :

To exercise/to work out – exercer

To train – s'entraîner

To play sports – jouer aux sports

(voir Lesson 020 pour une liste des sports communs)

To gain weight – grossir

To lose weight – maigrir/perdre du poids

A pound – une livre

(abbr : lb/lbs)

To jog – faire du jogging

To run – courir

To lift weights – faire des haltères

Weight training – la musculation

To go for a walk – faire une promenade

To go to the gym – aller au gymnase

#### Examples :

He exercises 5 times a week.

I want to lose 15 lbs.

She plays soccer every weekend.

We go to the gym together twice a week.

They work out too much.