

Ergänzen Sie die Endungen.

- 1 Nimm für den Entspannungskurs bequemer ____ (a) Kleidung mit als das letzt ____ (b) Mal. Es geht hier nicht darum, wer am schnellst ____ (c) läuft, wer am höchst ____ (d) springt, sondern wie man sich am best ____ (e) entspannt.

- 2 Im Kurs „Fit durch den Winter“ bekommen wir die neuest ____ (a) Tipps, um die dunkelst ____ (b) Jahreszeit besser zu erleben. Ich weiß jetzt schon, was sie uns raten werden: regelmäßiger ____ (c) Bewegung und gesünder ____ (d) Ernährung!