Le Foot et la Francophonie

Listen to Riyad Mahrez talk about how he stays healthy – fill in the gaps as you listen

|  |
| --- |
| Pour garder la forme, je m’entraîne \_\_\_\_ fois par semaine. Je fais beaucoup de musculation et j’adore la \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ aussi. Je promène mon chien trois fois par semaine, il adore courir dans le \_\_\_\_\_ !Normalement, je me couche vers onze \_\_\_\_\_\_\_\_ parce que j’ai besoin de huit heures de sommeil. Je ne \_\_\_\_\_ pas car c’est très mauvais pour la santé.J’aime manger sainement. Normalement, je mange des fruits tels que des \_\_\_\_\_\_\_ et des pommes tous les jours. Je mange aussi un sandwich au poulet ou au fromage. Normalement, le soir, je mange du \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ ou du jambon avec de la salade ou du riz. Parfois, je mange des petits pois ou des pâtes. Cependant, j’adore aussi les bonbons et le chocolat, c’est \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ !  |

cinq délicieux fume heures natation

oranges parc poisson

Now answer the questions in English

1) How often does Riyad train?

2) Name 2 of the 3 activities he mentions in paragraph 1.

3) What time does he go to bed, and why?

4) What fruits does he eat?

5) What does he normally eat in the evening?