

## **Sport**

En général, le sport est l'une des activités de loisirs les plus populaires. La pratique d'un sport présente de nombreux avantages : elle permet de rester en forme, tant physiquement que mentalement. On peut également rencontrer de nouvelles personnes et se faire de nouveaux amis en pratiquant du sport, ce qui est très agréable.

Personnellement, je préfère les sports individuels aux sports d'équipe ou aux activités de groupe. En hiver ou par temps froid, j'aime rester à l'intérieur et faire du yoga, du Pilates ou aller à la salle de musculation. La seule activité de plein air que je pratique en hiver est le patinage sur glace, même si je ne suis pas très douée pour cela. En été, j'aime aller à la piscine et faire des randonnées en montagne.

Je n'ai jamais vraiment apprécié de regarder les matchs de sport à la télévision ou assister à des événements sportives publiques. Je comprends que certaines personnes puissent aimer cela, mais ce n'est pas vraiment ma tasse de thé.

Merci Kristine, très bien !