

## Capítulo 2

la frente	<i>forehead</i>
el cuello	<i>neck</i>
el hombro	<i>shoulder</i>
el pecho	<i>chest</i>
la muñeca	<i>wrist</i>
el tobillo	<i>ankle</i>
el dedo del pie	<i>toe</i>
el gimnasio	<i>gym(nasium)</i>
el buzo	<i>sweat suit,</i> <i>warm-ups</i>
el casco	<i>helmet</i>
las rodilleras	<i>kneepads</i>
los ejercicios	<i>exercises</i>
las planchas	<i>push-ups</i>
las pesas	<i>weights</i>
el movimiento	<i>movement</i>
la respiración	<i>breathing</i>
el monopatín	<i>skateboard</i>
el jogging	<i>jogging</i>
el/la corredor(a)	<i>runner</i>
una carrera	<i>race</i>
de relevos	<i>relay race</i>
a campo traviesa	<i>cross-country race</i>
de larga distancia	<i>long-distance race</i>
una vuelta	<i>lap</i>
un maratón	<i>marathon</i>
estirarse	<i>to stretch</i>
patinar	<i>to skate, to go</i> <i>skating</i>
en línea	<i>in-line</i>

## Vocabulary V2.1

practicar yoga	<i>to do yoga</i>
descansar	<i>to rest</i>
liberar	<i>to free, to rid</i>
una herida	<i>wound, injury</i>
hinchado(a)	<i>swollen</i>
cortarse	<i>to cut oneself</i>
torcerse	<i>to sprain, to twist</i>
caerse	<i>to fall</i>
romperse, quebrarse	<i>to break</i>
doler	<i>to ache, to hurt</i>
hacerse daño	<i>to hurt oneself</i>
la ambulancia	<i>ambulance</i>
el/la socorrista	<i>paramedic</i>
la camilla	<i>stretcher</i>
la sala de emergencia	<i>emergency room</i>
la silla de ruedas	<i>wheelchair</i>
andar con muletas	<i>to walk on crutches</i>
el/la cirujano(a)	<i>orthopedic surgeon</i>
ortopédico(a)	
el/la enfermero(a)	<i>nurse</i>
una radiografía	<i>X ray</i>
un yeso	<i>cast</i>
un hueso	<i>bone</i>
los puntos, las suturas	<i>stitches</i>
una venda	<i>bandage</i>
reducir, acomodar	<i>to set (bone)</i>
el espíritu	<i>mind, spirit</i>
la tensión	<i>tension, stress</i>
lento(a)	<i>slow</i>

## Capítulo 2

la frente  
el cuello  
el hombro  
el pecho  
la muñeca  
el tobillo  
el dedo del pie  
el gimnasio  
el buzo  
el casco  
las rodilleras  
los ejercicios  
las planchas  
las pesas  
el movimiento  
la respiración  
el monopatín  
el jogging  
el/la corredor(a)  
una carrera  
de relevos  
a campo traviesa  
de larga distancia  
una vuelta  
un maratón  
estirarse  
patinar  
  
en línea

## Vocabulary V2.1

practicar yoga  
descansar  
liberar  
una herida  
hinchado(a)  
cortarse  
torcerse  
caerse  
romperse, quebrarse  
doler  
hacerse daño  
la ambulancia  
el/la socorrista  
la camilla  
la sala de emergencia  
la silla de ruedas  
andar con muletas  
el/la cirujano(a)  
ortopédico(a)  
el/la enfermero(a)  
una radiografía  
un yeso  
un hueso  
los puntos, las suturas  
una venda  
reducir, acomodar  
el espíritu  
la tensión  
lento(a)