

Translate the Dialogue from German to English

Was machst du, um dich nach einem anstrengenden Arbeitstag zu entspannen?

Normalerweise mache ich gar nichts nach dem Arbeiten und schaue fern, aber ich habe in letzter Zeit über Meditation nachgedacht. Hast du das schon mal ausprobiert?

Ja, ich mache zweimal die Woche Yoga. Es hilft mir wirklich, runterzukommen und zu entspannen.

Wie lange machst du das schon?

Seit etwas mehr als einem Jahr. Es ist nicht nur Meditation, aber du könntest nächste Woche mit mir mitkommen, wenn du es ausprobieren möchtest?

Ich bin mir nicht sicher, ob ich mit anderen Leuten Yoga machen will.

Das ist okay. Sag mir Bescheid, wenn du deine
Meinung änderst.

Mach ich! Vielleicht fange ich erstmal mit kurzen
Spaziergängen am Strand an.

Das hört sich auch gut an. Ich würde den Südstrand
empfehlen!



[Listen to the Dialogue](#)



[Practice the Dialogue Online](#)



[All Learning Content Related to this Topic](#)

Solutions: What do you like to do to relax after a hard day at work? / Usually I do nothing after work and watch TV, but I have recently been thinking about meditation. Have you ever tried it? / Yes, I do Yoga twice a week. It really helps me to calm down and relax. / How long have you been doing that? / A little more than a year now. It's not all meditation, but you could come with me next week, if you would like to try it? / I'm not sure if I would like to do Yoga with other people. / That's ok. Let me know if you change your mind. / Will do! Maybe for now I'll just start with some short walks on the beach. / That sounds great too. You should try South Beach!