

# Hej Sarah! När tränar du?

---

## Intervjun

---

Intervjun är skriven för det här läromedlet. Svaren bygger på sådant Sarah Sjöström har sagt och gjort på riktigt.

Det är morgon. Vi är i en simhall i Stockholm. Sarah Sjöström är klar med träningen.

**Reportern:** Hej Sarah! När tränar du?

**Sarah:** Jag simmar varje morgon, måndag till lördag. Två dagar simmar jag också på eftermiddagen.

**Reportern:** Tränar du bara i vattnet?

**Sarah:** Nej. Jag går till gymmet tre gånger i veckan. Där blir jag stark.

**Reportern:** Du är mycket snabb. Hur snabb?

**Sarah:** Jag har tre världsrekord. På 50 meter frisim är mitt rekord under 24 sekunder.

**Reportern:** Vad äter du?

**Sarah:** Jag äter mycket mat med protein. Ibland äter jag pizza eller choklad. Det är gott!

**Reportern:** Du har en liten son. Vad heter han?

**Sarah:** Han heter Adrian. Han är nio månader.

**Reportern:** Vill du tävla mer?

**Sarah:** Ja! Jag tränar varje dag. Jag vill tävla och vinna igen.

**Reportern:** Tack, Sarah! Lycka till!

**Sarah:** Tack!

## Ordlista

---

ORD	FÖRKLARING
en simhall	ett hus med en stor bassäng där man simmar
träna	öva många gånger för att bli bättre
ett gym	en plats där man tränar med vikter
ett världsrekord	den bästa tiden i hela världen
frisim	det snabbaste simsättet
protein	något i mat, till exempel kött och ägg, som gör kroppen stark
tävla	försöka vinna mot andra

---

## Läsförståelsefrågor

---

1. När simmar Sarah?
  1. varje morgon, måndag till lördag
  2. bara på söndagar
  3. på natten
2. Hur ofta går hon till gymmet?
  1. varje dag
  2. tre gånger i veckan
  3. aldrig
3. Hur många världsrekord har Sarah?
  1. ett
  2. två
  3. tre
4. Vad heter Sarahs son?
  1. Johan
  2. Erik
  3. Adrian
5. Vad äter Sarah ibland? Skriv en mening.

## Diskussionsfrågor

---

- Tränar du? Vad gör du då?
- Vad äter du för att må bra?
- **Skriv (3 meningar):** Skriv om en sport eller en aktivitet som du tycker om.