



**Englisch lernen
mit The Grooves** VOL.4

Worüber man so spricht: Freizeit, Sport, Kultur, Wellness



DER POPSTAR UNTER DEN SPRACHKURSEN.

The Grooves ist das erste Sprachlernprogramm, das gute Laune macht.

Lächeln erlaubt!

„Lernen funktioniert am Besten bei guter Laune“, bestätigt auch der renommierte Hirnforscher und Autor wissenschaftlicher Bestseller Prof. Manfred Spitzer. Wenn man lacht oder ein Liedchen pfeift, sendet das Gehirn Impulse aus, die Glückshormone produzieren. Und wer fröhlich ist, ist aufnahmefähiger. Das heißt: Mit The Grooves lernt man gut gelaunt und deshalb schneller und nachhaltiger!

Der unterhaltsame Loop!

The Grooves hat den Unterhaltungswert einer Musik-CD, die man sich gerne mehrmals anhört. Durch die Wiederholungen und die abgeschlossenen kleinen Geschichten bilden sich im Gehirn Gedächtnisspuren. So wird das Gelernte gut abgespeichert.

Sprache + Musik = leichter lernen!

Zwischen Sprache und Musik besteht ein enger Zusammenhang, denn für beides ist dasselbe neuronale Netzwerk im Gehirn zuständig.

Töne und Worte werden ganz einfach miteinander verbunden. Denken Sie nur an das Phänomen des Ohrwurms: Sie hören im Radio ein Lied und können den Refrain und die Melodie noch ewig mitsingen! Werbeslogans prägen sich ein, ohne dass man es will: Mit Musik!

Am Anfang war das Lied!

Dafür gibt es zahllose Beispiele. Die „Songlines“ der Ureinwohner Australiens sind eine Art gesungener Landkarte, mittelalterliche Dichtung wurde von „Mund zu Ohr“ überliefert. Und Kinder merken sich im Zusammenhang mit Melodien ellenlange Texte und komplizierte grammatische Regeln, ohne sie bewusst zu „lernen“.

Fit in Fremdsprachen: Ein Muss!

Das Beherrschen einer oder sogar mehrerer Fremdsprachen ist im Zeitalter der Globalisierung unverzichtbar. Wer beruflich Karriere machen will oder beim Small Talk mit Geschäftspartnern nicht ins Fettnäpfchen treten möchte, kommt nicht darum herum sich sprachlich weiterzubilden.

But don't worry.

Denn jetzt gibt es The Grooves!

Der Popstar unter den Sprachkursen

The Grooves ist ein ganz neues Genre in der Kategorie Sprachlernprogramme. Die einzigartige Mischung aus Hörbuch, Musik und Sprachtrainer verspricht puren Lerngenuss.

The Grooves, das sind der bekannte Schauspieler und Sprecher Dieter Brandecker (u.a. aus der Kult-Serie *Adelheid und ihre Mörder*) und die Verlegerin Eva Brandecker, die 2004 das innovative Konzept auf den Markt brachten. Mit im Team sind erfahrene Texter und Sprachtrainer, die besten Profisprecher und viele internationale Spitzenmusiker.



Musik

Georg Corman (p/org)
Thomas Kukulies (dr/perc)
Markus Wienstroer (g)
Klaus Dapper (sax/ fl)
Guenther Rink (b)
Michael Schürmann (eb)
Konstantin Wienstroer (eb)
Simon Camatta (dr)

Englisch lernen mit The Grooves VOL.4

Worüber man so spricht:
Freizeit, Sport, Kultur, Wellness

TRACKS VOL.4

- 1 HEALTH KICK
- 2 BIKE RIDE
- 3 IT'S A GOAL
- 4 TASTE OF MUSIC
- 5 THE GOT SONG
- 6 BOOKWORMS
- 7 FAMILY MATTERS
- 8 WELLNESS WEEKEND

Sprecherinnen

Birgit-Karla Krause
Kathleen Renish

Sprecher

Dieter Brandecker
Matthew Rouse
Tom Zahner

The Grooves Lernmaterial

CD + Heft

Voraussetzungen

- Grundwortschatz oder Schulenglisch

Inhalte

- Alltags- und Geschäftsendlich
- Small Talk für alle Lebenslagen

Vorteile

- Vokabeln werden im Zusammenhang gelernt (colloquial learning)
- Redewendungen und Idioms als Schlüssel zum Erwerb der Fremdsprache
- passives Wissen wird aktiviert
- Aussprache wird automatisch mitgelernt
- zuhören und gleichzeitig lernen: jederzeit und überall
- lernen mit Musik: entspannend, motivierend
- kein Lernstress, kein Vokabelpauken



1 HEALTH KICK

I'm just back from (my) holidays.
As usual, I ate too much.
I've **put on** a little **weight**.
I've **gained** some **weight**.
to gain (put on) weight
Now I'm on a **health kick**.
A good start is half the battle.
I've **joined** a fitness centre*.

I train first thing every morning.
Just to play it safe, I've **hired** a personal
trainer.
to play it safe
a wise move (Brit.)
a smart move (Am.)
He won't accept any **lame excuses**.
unfortunately
He **advises** me on nutrition.
I'll act on his **advice**.
to act on
He helps me getting to grips with the
various machines.
to get to grips with
to come to grips with

Ich bin gerade aus dem Urlaub zurück.
Wie immer habe ich zu viel gegessen.
Ich habe ein bisschen **zugenommen**.
Ich habe ein bisschen **zugenommen**.
zunehmen
Jetzt bin ich auf dem **Gesundheitstrip**.
Frisch gewagt ist halb gewonnen.
Ich bin **Mitglied** in einem Fitnessclub
geworden.

Ich trainiere jeden Morgen.
Um ganz sicher zu gehen, **habe** ich einen
eigenen Trainer **engagiert**.
auf Nummer Sicher gehen
ein kluger Schachzug

Er akzeptiert keine **faulen Ausreden**.
leider
Er **berät** mich in Sachen Ernährung.
Ich werde seinen **Rat** befolgen.
befolgen, sich danach richten
Er hilft mir mit den verschiedenen
Fitnessgeräten.
etwas in den Griff bekommen

Endurance training really burns the
calories.
It can be **exhausting**.
muscle-ache

to limber oneself up
Just a few lifts with heavy weights **to
build up muscles**.
Before I finish I take a dip in the pool.

Then into the sauna.
Just enough time for some juice at the
bar.
And it's off to work.
I'm ready to take on the world.

Mit **Ausdauertraining** verbrennt man
wirklich viele Kalorien.
Es kann sehr **anstrengend** sein.
Muskelkater **

sich aufwärmen
Nur wenige Wiederholungen mit hohen
Gewichten **für den Muskelaufbau**.
Zum Abschluss, springe ich kurz ins
Schwimmbecken.

Dann geht's in die Sauna.
Gerade noch genug Zeit für einen Saft an
der Bar.
Und ab zur Arbeit.
Ich könnte Bäume ausreißen.

* centre (Brit.), center (Am.) - Zentrum

** hangover - Kater (durch übermäßigen Alkoholgenuss)



2 BIKE RIDE

Do you fancy a bike ride?
How about a spin on the bike?
a spin
I'm afraid I've got a **flat**.
My tire is flat as a pancake.
Want me to take a look?
Shall I have a look?
That's no good.
Looks like it's going to need a **patch**.

Do you have one **handy**?
to have it handy
Done! It's all set now.
Thanks, you were just the person
I needed!

Are we going far?
I'm really **out of shape**.
We'll take it easy.

Ready for lunch?
I'm **famished**.
to be famished
I've really **worked up** an appetite!

Hast du Lust Rad zu fahren?
Wie wäre es mit einer Fahrradtour?
eine Spritztour
Ich fürchte, ich habe einen **Platten**.
Mein Reifen ist platt wie eine Flunder.
Soll ich mal nachsehen?
Soll ich mal nachsehen?
Das sieht nicht gut aus.
Es sieht so aus, als könnte er **einen
Flicken** brauchen.

Hast du einen **zur Hand**?
zur Hand haben
Fertig! Alles in Ordnung.
Danke, du bist wie gerufen gekommen!

Ist es weit weg?
Ich bin **nicht sehr fit**.
Wir lassen uns Zeit.

Hast du Hunger?
Ich bin halb **verhungert**.
ausgehungert sein, halb verhungert sein
Ich **habe** richtig Appetit **bekommen**!

to work up
That's **quite** a spread!
Can you **pass me** the knife?

Ouch – I've cut **myself**!
Do you have a **Band-Aid***?
Thanks, you've thought of **everything**.
You are a regular knight in shining
armour!**

Shall we **get going** again?

to get going
Sometimes I just need a **little push** ...

... to **get myself into gear**.
What a **glorious** day!

entwickeln, sich steigern
Das ist ein **richtiges Festmahl**!
Kannst du **mir** das Messer **reichen**?

Aua – ich habe **mich** geschnitten!
Hast du ein **Pflaster**?
Danke, du hast wirklich an **alles** gedacht!
Du bist ein echter Retter in der Not!

Sollen wir uns wieder **auf** den Weg
machen?
in Schwung kommen
Manchmal brauche ich nur **einen kleinen
Anstoß**, ...
... um **in die Gänge** zu **kommen**.
Was für ein **herrlicher** Tag!

* plaster (Brit.), Band-Aid (Am.) – Pflaster
Band-Aid ist ein Markenzeichen und wird deshalb großgeschrieben.
**armor (Am.), armour (Brit.) – die (Ritter-)Rüstung



3 IT'S A GOAL

Welcome to the Championship Cup's semi-final ...
... between United and City.
The players are coming **onto the pitch**.
And there's the **kick-off**. kick-off
United's **striker** passes to a **midfielder**.
Peckham **intercepting** well. *
He's the best **skipper** they've (ever) had.
Pratt tries a shot. **
O'Neil – fantastic **save!**
The score is still nil nil.

Look at that **bicycle kick!**
Rodriguez **moves in**.
centre-forward
That looks like a foul.
Yellow card?
Definitely a yellow card!
No, I don't believe it ... the **referee** is
showing him the **red card!**
It's a **sending-off**.
The referee has sent him off.
That's a catastrophe for City, they're
down to ten men!
42nd minute ... Pratt shoots again.

Herzlich Willkommen zum Halbfinale des
Meisterschafts-Pokals ...
... zwischen United und City.
Die Spieler kommen **aufs Spielfeld**.
Und das Spiel beginnt. Anstoß. Anpfiff
Der **Stürmer** passt zum **Mittelfeldspieler**.
Peckham **fängt** den Ball gut **ab**.
Er ist bislang ihr bester **Kapitän**.
Pratt versucht zu schießen.
O'Neil hat fantastisch **gehalten!**
Der Spielstand ist immer noch null
zu null.
Guck dir diesen **Fallrückzieher** an!
Rodriguez **greift an**.
Mittelstürmer
Das sieht aus wie ein Foul.
Gelbe Karte?
Eindeutig eine Gelbe Karte!
Ich glaub's einfach nicht ... der
Schiedsrichter zeigt ihm die **Rote Karte!**
Platzverweis.

Eine Katastrophe für City, sie haben
nur noch zehn Spieler!
42. Minute ... Pratt schießt erneut.

And it's a goal! He scored a goal.
And the fans are singing ...
One nil to United as they go into the
halftime break.
City will need to **equalize!**
Throw-in, Ferrero gets it.
It's a **header** ... the keeper misses it ...
It's in the net! **One all!**
Free kick, great tackle there by City's
defender.
Peckham dives in there ... and he's down!

That was an obvious **dive!**
No, it's a **bad injury**.
There'll be a break in play.
Regan is coming on as a **substitute**.
A Goal! No, he's **offside**.
Penalty! That must be a penalty.
No, the referee waves: **play on**.

And there goes the **final whistle** and it's
still one all.
They're going into **extra time** ...
... in this exciting **semi-final**.
Hopefully, it won't go to a **penalty shoot
out**.

Tor! Er hat ein Tor geschossen.
Eins zu null für United zu Beginn der
Halbzeitpause.
City muss **ausgleichen!**
Einwurf, Ferrero kriegt den Ball.
Kopfball ... der **Torwart** hält nicht ...
Er ist im Netz! **Eins zu eins! Gleichstand!**
Freistoß, toller Angriff vom
City-**Verteidiger**.
Peckham geht dazwischen ... und da liegt
er am Boden!
Das war eine **Schwalbe**, eindeutig!
Eine **schwere Verletzung**.
Spielunterbrechung.
Regan wird **eingewechselt**.
Ein Tor! Nein, er ist **abseits**.
Strafstoß! Das muss ein Strafstoß sein.
Aber der Schiedsrichter lässt
weitspielen.
Und da ertönt der **Schlußpfiff** und es
steht **immer noch eins zu eins**.
Sie gehen in die **Verlängerung** ...
... in diesem spannenden **Halbfinale**.
Hoffentlich kommt es nicht zum **Elfmeter-
schießen**.

* Peckham ist ein Londoner Stadtteil

** Radioreportage in einem Monty Python-Sketch in der alle Spieler „Pratt“ heißen



4 TASTE OF MUSIC*

Komposition: Georg Corman

I like **all kinds** of music.

But it's **seasonal**.

seasonal

In autumn it's **mostly** easy listening.

the autumn, the fall *

But I **detest** elevator music.

to detest

It really gets on my nerves.

And those **telephone tunes** when you are "on hold"!

They're so **repetitive**.

repetitive

A real pain in the neck!

A lot of pop music is just a **marketing ploy**.

You can't say that about the classics.

So you **prefer** serious music **to** light music?

to prefer

Ich mag alle **Musikrichtungen**.

Ich mag alle **Arten** von Musik.

Es hängt aber von der Jahreszeit ab.

jahreszeitlich bedingt

Im Herbst ist es **meistens** Unterhaltungsmusik.

der Herbst

Aber ich **verabscheue** Aufzugsmusik.

hassen, verabscheuen

Sie nervt mich total.

Und diese **Telefonmelodien** in der Warteschleife.

Sie **wiederholen sich** ständig.

sich wiederholen, monoton

Echt ätzend!

Bei der Popmusik geht es oft nur um **Marketingtricks**.

Das kann man von der Klassik **nicht behaupten**.

Dir **gefällt** ernste Musik also **besser** als Unterhaltungsmusik?

bevorzugen

I'd put it this way ...

... I have a **preference for** good music over bad music! ***

a preference

In winter I like it cosy.

Soft jazz and blues **set the mood**.

But spring is when I like to dance.

So it's disco, rock, and pop.

And summer, well **that has to be** Latin: samba and salsa!

My girlfriend just **can't get enough of** Techno.

I guess you just have to **grin and bear it**.

Just **chill-out** to a groovy song!

Ich würde mal so sagen ...

... ich **mag** gute Musik **lieber als** schlechte!

eine Vorliebe

Im Winter mag ich es gemütlich.

Soft Jazz und Blues **schaffen** eine schöne **Atmosphäre**.

Aber im Frühling habe ich Lust zu tanzen.

Dann ist Disko, Rock und Pop angesagt.

Und im Sommer, **müssen es** lateinamerikanische Rhythmen **sein**: Samba und Salsa!

Meine Freundin kann von Techno gar **nicht genug bekommen**.

Ich denke, da musst du wohl **gute Miene zum bösen Spiel machen**.

Entspann dich einfach mit 'nem coolen Song!

* taste of (in) music - Musikgeschmack

**the fall (Am.), the autumn (Brit.) - der Herbst

*** The composer Kurt Weill once said, "I have never acknowledged the difference between 'serious' music and 'light' music. There is only good music and bad music."



5 THE GOT SONG

Hi, can I get you a drink?
A pint of bitter, thanks.*

Here you are.
Cheers mate! Great song, eh?

Rocking Richie, I've got all his albums.
How long has he been a **rocker**?
At least 30 years. He got **his first break**
at 17.

He got 5 number ones **in quick**
succession.

But he soon **got into trouble**.
He got his girlfriend pregnant.

He got **addicted** to drugs.
He got arrested for **possession**.

He got sent to prison for two years.
Eventually he got out of jail.

eventually
He got back on track ...
... and got filthy rich.

Hallo, kann ich dir einen ausgeben?
Danke, ich nehme ein großes, dunkles
Bier.
Bitte schön.
Danke Kumpel! Tolles Lied, oder?

Rocking Richie, ich habe alle seine CDs.
Wie lange ist er schon **Rock-Musiker**?
Mindestens 30 Jahre. Mit 17 gelang ihm
der **Durchbruch**.

Er hatte 5 Nummer-Eins-Hits **direkt**
hintereinander.

Aber bald **bekam er Ärger**.
Seine Freundin wurde von ihm
schwanger.

Er wurde drogen**abhängig**.
Er wurde wegen **Drogenbesitzes**
festgenommen.

Er kam zwei Jahre ins Gefängnis.
Schließlich wurde er aus dem Gefängnis
entlassen.
schließlich, irgendwann
Er kam wieder auf den richtigen Weg ...
... und wurde steinreich.

According to the **tabloids** ...**
... he got **involved** in a scandal.
involved
He **claimed** he got **framed**.

to claim
to frame somebody

But, you know, there's no smoke without
fire!

Anyway, the matter went **to court**.
Rocking Richie got **even** richer ...
... and started his come-back career.

Thanks, I'm glad I got **the low-down!**
low-down

Laut Aussagen der **Klatsch-Presse** ...
... wurde er in einen Skandal **verwickelt**.
verwickelt, hineingezogen
Er **behauptete**, man habe ihm das nur
angehängt.

behaupten
jemandem etwas anhängen

Aber weißt du, wo Rauch ist, ist auch
Feuer!
Auf jeden Fall kam die Sache **vor Gericht**.
Rocking Richie wurde **sogar** noch reicher ...
... und startete sein Comeback.

Danke für die **Zusammenfassung!**
Fakten, Tatsachen, Information

* Ein britisches „Pint“ = 568ml, „lager“ ist helles und „bitter“ ist dunkles Bier.

** Tabloid – sprüchlich Ausdruck für Drogen in komprimierter Form = Tablette.
Der Begriff wurde für die Klatschpresse übernommen, die mit ihrem kleineren
Format ebenfalls kompakte und verkürzte Informationen bietet.



GRAMMATIK-GEHEIMNISSE

To get, got, got, gotten*

To get ist ein vielseitiges und sehr nützliches Verb – ob allein oder kombiniert. Alleine bedeutet zu get: bekommen, werden, bringen, holen, erhalten, kriegen, verstehen und vieles mehr ...

It's getting cold and dark.	Es wird kalt und dunkel.
I got five emails.	Ich habe fünf E-mails bekommen.
Get me a coffee, will you?	Holen Sie mir bitte einen Kaffee?
I'm sorry, I just don't get it.	Es tut mir leid, ich verstehe es einfach nicht.

Es kann mehrere Bedeutungen haben:

1. Etwas besitzen: Schumi has got lots of cars. Schumi besitzt viele Autos.
2. Etwas dabei haben: Have you got a pen? Hast du einen Stift?
3. Eigenschaften, um jemanden zu beschreiben: She's got dark hair, green eyes and a lovely smile. Sie hat dunkles Haar, grüne Augen und ein bezauberndes Lächeln.

Weitere Kombinationen ergeben schöne und nützliche Redewendungen, hier sind nur einige davon ...

Get away from it all. Get well soon! Get ready!	Dem Alltag entfliehen. Gute Besserung! Mach dich fertig!
Let's get together on Tuesday. I got to know my mother-in-law and we get along really well. I'll get back to you with that information asap. (as soon as possible)	Sollen wir uns am Dienstag treffen? Ich habe meine Schwiegermutter kennen gelernt und wir verstehen uns sehr gut. Ich melde mich wieder mit den Informationen so bald wie möglich.
Get in touch with Peter Blake. I got stuck in traffic. Excuse me, how do I get to the airport?	Setz' dich bitte mit Peter Blake in Verbindung. Ich bin in einem Stau stecken geblieben. Entschuldigung, wie komme ich zum Flughafen?

Now do you get the picture?

Verstehen Sie jetzt?

6 BOOKWORMS*

I need a **good read** for my holiday.

Nothing light and frothy.

No chick lit.

Something with **substance**.

Something I can sink my teeth into.

So it's **non-fiction** you'll be wanting?

Do you have a certain genre **in mind**?

to have something in mind

Audiobooks are really coming in.

to be coming in

contemporary **novels**

History, politics, serious memoirs ...

autobiographies?

That sort of thing.

Or serious **fiction** ... real literature?

By a master of the craft.

I'm a bit **suspicious** of best sellers.

Ich brauche ein **gutes Buch** für den Urlaub.

Nichts Seichtes.

Keine Frauenromane.

Lieber etwas **Anspruchsvolles**.

Etwas, in das ich mich vollkommen

vertiefen kann.

Sie möchten also **Sachbücher**?

Denken Sie **an** ein bestimmtes Genre?

an etwas denken, im Sinn haben

Hörbücher sind stark im Kommen.

im Kommen sein, in Mode kommen

zeitgenössische **Romane**

Geschichte, Politik, ernsthafte Memoiren

... Autobiographien?

Ja, so etwas in der Art..

Oder seriöse **Belletristik** ... große

Literatur?

Von einem Meister seines Faches.

Was Bestseller angeht, bin ich etwas

misstrauisch.

They're mostly just cash cows.

cash cows

I may have **just the thing**.

Are you familiar with Goscinnny? **

A legend of **classical** French **literature**,

isn't he?

A **prolific** writer.

History, geography, adventure ...

... and cracking good **tales**.

I think you'll like this one.

Asterix and Obelix?

Meistens soll damit nur Geld verdient werden.

Goldesel

Ich habe vielleicht **genau das Richtige**.

Ist Ihnen Goscinnny ein Begriff?

Ein Legende der **klassischen**

französischen **Literatur**, oder?

Ein **produktiver** Schriftsteller.

Geschichte, Erdkunde, Abenteuer ...

... und großartige **Erzählungen**.

Ich glaube, dieses wird Ihnen gut gefallen.

Asterix und Obelix?

* bookworm – Bücherwurm

** René Goscinnny – einer der bekanntesten Comic-Autoren
(Lucky Luke, Asterix, Der kleine Nick u.v.a.)



7 FAMILY MATTERS

I haven't seen you around lately!
I've been house sitting for my parents.

In a manner of speaking.
They're **giving** my sister-in-law **a hand**
with the new baby.
to give a hand

I must have **missed a chapter!**
I'm really out of the loop.
The first one must be **quite big** (by) now.

Yes, he's just **about to start** school.
to be about to do something

The little one's in nursery school.*
They've really got their hands full!
It keeps them on their toes!
Your brother's a doctor, isn't he?
That's right, they both are.
My sister-in-law's on **maternity leave**.

But she's keeping **her hand in**.

Lange nicht gesehen!
Ich habe auf das Haus meiner Eltern
aufgepasst.
Sozusagen.
Sie sind zu meiner Schwägerin gefahren,
um ihr mit dem neuen Baby zu **helfen**.
helfen

Ich muss da wohl **etwas verpasst** haben!
Ich bin wirklich nicht auf dem Laufenden.
Das Erste muss jetzt schon **recht groß**
sein.

Ja, er **wird bald** eingeschult.
etwas tun wollen, im Begriff sein etwas zu
tun

Die Kleine besucht den Kindergarten.
Sie haben wirklich alle Hände voll zu tun!
Das hält sie echt auf Trab!
Dein Bruder ist Arzt, oder?
Richtig, sie sind beide Ärzte.
Meine Schwägerin nimmt gerade
Erziehungsurlaub.
Aber sie versucht **einen Fuß in der Tür**
zu behalten.

How did your brother **end up** in
New Zealand?
He went there for an **exchange year**.
He had a one-year **internship**.
After finishing his **doctoral thesis** ...
... he got a **post-doc fellowship**.
doctoral thesis, dissertation
post-doc fellowship, research fellowship
He met his wife at the hospital.
Of course he did.

And the rest is history.
And they lived happily ever after!

Wie ist dein Bruder in Neuseeland
gelandet?
Er ging rüber für ein **Austauschjahr**.
Er machte ein einjähriges **Praktikum**.
Nach Beendigung seiner **Doktorarbeit** ...
... bekam er ein **Forschungsstipendium**.
Doktorarbeit, Dissertation
Forschungsstipendium
Er lernte seine Frau im Krankenhaus
kennen. Na klar.

Und der Rest ist (schon) Geschichte.
Und wenn sie nicht gestorben sind, dann
leben sie noch heute!

* Kindergarten – wird auch mit *kindergarten* (englisch ausgesprochen) übersetzt,
dabei handelt es sich jedoch meist um eine Vorschule für 5 bis 6-jährige.



8 WELLNESS WEEKEND

Well, I've decided to really **spoil myself**.

I've **booked** a weekend in a wellness resort.

That sounds **extravagant**.

Yes, it'll be a **real treat!**

Does your **health insurance** pay for it?

No, but it will be **worth** every penny to be worthwhile

What kind of meals do they have?

Purely vegetarian and very **wholesome**.

They use only **organic foods**.

Oh, that sounds very **healthy!**

How will you **spend** your **time**?

Well, there is **plenty on offer**.

You'll be **spoilt for choice**.

In the mornings, I can take a yoga class.

After breakfast, I could **indulge** in a massage.

to indulge in

Ich habe mich entschlossen, **mich** mal richtig **verwöhnen** zu lassen.

Ich habe ein Wochenende in einem Wellness-Hotel **gebucht**.

Das klingt **extravagant**.

Ja, das wird **etwas ganz Besonderes!**

Zahlt das die **Krankenkasse**?

Nein, aber jeder einzelne Cent **lohnt sich!** sich lohnen

Und wie ist das Essen?

Rein vegetarisch und sehr **gesund**.

Die kochen nur mit **Bioprodukten**.

Oh, das klingt ja sehr **gesund!**

Wie wirst du dir die **Zeit vertreiben**?

Na ja, es gibt **sehr viele Angebote**.

Du wirst die **Qual der Wahl** haben.

Morgens kann ich an einem Yoga-Kurs teilnehmen.

Nach dem Frühstück könnte ich mir eine Massage **gönnen**.

sich etwas gönnen

I'll bet after that **you'll be on cloud nine!**

There would still be time for a **mudpack**

To cap it all off ...

... a rub-down with oils and creams.

I end my day with a **nice soak in the tub**.

to soak

I'm really **going to enjoy** my wellness weekend.

Sounds like heaven!

Yes, it will do me the world of good!

Ich wette, danach fühlst du dich **wie auf Wolke Sieben!**

Dann wäre noch Zeit für eine **Schlammpackung**

Um noch eins drauf zu setzen ...

... ein Körperpeeling mit Ölen und Cremes.

Ich beende meinen Tag mit einem **schönen Wannabad**.

durchweichen

Ich **werde** mein Wellness-Wochenende wirklich **genießen**.

Das klingt wirklich himmlisch!

Ja, das wird mir unendlich gut tun!





VOL.1

Büro, Büro
Drop me a line

Small talk
There's no way
around it

Tom, Dick & Harry
Coole Sprüche



VOL.2

It needs doing
Das Ding mit
dem ing

Small talk
Den Nagel auf den
Kopf treffen

Was wäre wenn?
Would've, could've,
should've



VOL.3

Reisefieber
Travelling the world

Small talk
To be on the ball

Money to burn
Es geht um Geld



VOL.4

Worüber man so spricht:
Freizeit, Sport, Kultur,
Wellness



VOL.5

Übers Flirten
und andere schöne
Dinge



VOL.6

Worüber man so spricht:
Business, Urlaub, Politik,
Humor



TRACKS VOL.4

- 1 **HEALTH KICK** 8:20
- 2 **BIKE RIDE** 7:58
- 3 **IT'S A GOAL** 8:56
- 4 **TASTE OF MUSIC** 7:11
- 5 **THE GOT SONG** 6:38
- 6 **BOOKWORMS** 7:30
- 7 **FAMILY MATTERS** 7:00
- 8 **WELLNESS WEEKEND** 7:55

Konzeption und Design Axel Schult, Gerhard Schmal **Fotografie** Tania Reinicke **StandOut.de** **Haare & Make-up** Gabriele Kloppert **Styling & Models** **StandOut.de** **Ton** Jens Schroeder at NEXT-Studios, Gerald Neumann at Elrond's House **Musikmastering** Volker Sternemann & Gerald Neumann at bini's digital solutions **Endmastering** Michael Schwabe at monoposto **Produktion** Eva Brandecker **Text** Lucy Honey, Elizabeth Hormann, Breandáin O'Shea **Lektorat** Victoria Dieckmann **Special thanks to** Jane Pine at Rotznasen & Kamikaze, Georg Corman, Valerie Kohlmetz, Christiane Rothuber