Sport auf Italienisch

146 Vokabeln, vom Anfänger bis zum Fortgeschrittenen.

#	WORT	ÜBERSETZUNG	NIVEAU
1	**Avversario** B1 /avver'sarjo/ l' · Pl. gli avversari	der Gegner	B1–B2
2	**Tifoso** A2 /ti'fozo/ il · Pl. i tifosi	der Fan	B1–B2
3	**Fischio** B1 /'fiskjo/ il · Pl. i fischi	der Pfiff	B1–B2
4	**Cartellino** B1 /kartel'lino/ il · Pl. i cartellini	die Karte	B1–B2
5	**Tempi supplementari** B1 /'tɛmpi supplemen'tari/ il · Pl. i tempi supplementari	die Verlängerung	B1–B2
6	**Rigore** B1 /ri'gore/ il · Pl. i rigori	der Elfmeter	B1–B2
7	**Pattinaggio** A2 /patti'naddʒo/ il	das Schlittschuhlaufen	B1–B2
8	**Tempo** A1 /'tɛmpo/ il · Pl. i tempi	die Zeit	A1–A2
9	**Fantacalcio** B2 /fanta'kaltʃo/ il	der Fantasy-Fußball	C1
10	**Squadra** A1 /'skwadra/ la · Pl. le squadre	das Team	A1–A2
11	**Equitazione** B1 /ekwitat'tsjone/ l'	das Reiten	B1–B2
12	**Flessione** B1 /fles'sjone/ la · Pl. le flessioni	der Liegestütz	B1–B2
13	**Addominali** B1 /addomi'nali/ l' · Pl. gli addominali	die Bauchmuskeln	B1–B2
14	**Plank** B2 /'plɛnk/ il · Pl. i plank	der Unterarmstütz	B1–B2
15	**Riscaldamento** A2 /riskalda'mento/ il · Pl. i riscaldamenti	das Aufwärmen	B1–B2

#	WORT	ÜBERSETZUNG	NIVEAU
16	**Recupero** B1 /re'kupero/ il · Pl. i recuperi	die Regeneration	B1–B2
17	**Caloria** B1 /kalo'ria/ la · Pl. le calorie	die Kalorie	B1–B2
18	**Sport** A1 /'spɔrt/ lo · Pl. gli sport	der Sport	A1–A2
19	**Palla** A1 /'palla/ la · Pl. le palle	der Ball	A1–A2
20	**Partita** A1 /par'tita/ la · Pl. le partite	die Partie	A1–A2
21	**Vittoria** A2 /vit'tɔrja/ la · Pl. le vittorie	der Sieg	A1–A2
22	**Calcio** A1 /'kaltʃo/ il	der Fußball	A1–A2
23	**Basket** A2 /'basket/ il	der Basketball	A1–A2
24	**Pallavolo** A2 /palla'volo/ la	der Volleyball	A1–A2
25	**Arbitro** B1 /'arbitro/ l' · Pl. gli arbitri	der Schiedsrichter	B1–B2
26	**Pesistica** B2 /pe'zistika/ la	das Gewichtheben	C1
27	**Strappo muscolare** B2 /'strappo musko'lare/ lo · Pl. gli strappi muscolari	der Muskelriss	C1
28	**Controllo antidoping** B2 /kon'trɔllo anti'dɔping/ il · Pl. i controlli antidoping	Dopingkontrolle	C1
29	**Tempo regolamentare** B2 /'tɛmpo regolamen'tare/ il · Pl. i tempi regolamentari	die reguläre Spielzeit	C1
30	**Allenatore** A2 /allena'tore/ l' · Pl. gli allenatori	der Sporttrainer	B1–B2
31	**Allenare** A2 /alle'nare/ ha allenato	Trainieren	B1–B2

#	WORT	ÜBERSETZUNG	NIVEAU
32	**Allenarsi** A2 /alle'narsi/ è allenato	trainieren	B1–B2
33	**Fisioterapia** B2 /fizjotera'pia/ la	die Physiotherapie	B1–B2
34	**Forza** A2 /'fɔrtsa/ la · Pl. le forze	die Kraft	A1–A2
35	**Gioco** A1 /'dʒɔko/ il · Pl. i giochi	das Spiel	A1–A2
36	**Corsa** A2 /'korsa/ la	das Laufen	A1–A2
37	**Sconfitta** B1 /skon'fitta/ la · Pl. le sconfitte	die Niederlage	B1–B2
38	**Pareggio** B1 /pa'reddʒo/ il · Pl. i pareggi	das Unentschieden	B1–B2
39	**Maratona** B1 /mara'tona/ la · Pl. le maratone	der Marathon	B1–B2
40	**Tapis roulant** B1 /ta,pi ru'lan/ il · Pl. i tapis roulant	das Laufband	B1–B2
41	**Cyclette** B1 /si'klɛt/ la · Pl. le cyclette	der Heimtrainer	B1–B2
42	**Proteine** B1 /prote'ine/ la · Pl. le proteine	die Proteine	B1–B2
43	**Carboidrati** B1 /karboi'drati/ il · Pl. i carboidrati	die Kohlenhydrate	B1–B2
44	**Integratore** B1 /integra'tore/ l' · Pl. gli integratori	das Nahrungsergänzungsmittel	B1–B2
45	**Infortunio** B1 /infor'tunjo/ l' · Pl. gli infortuni	die Verletzung	B1–B2
46	**Distorsione** B2 /distor'sjone/ la · Pl. le distorsioni	die Verstauchung	B1–B2
47	**Campionato** A2 /kampjo'nato/ il · Pl. i campionati	die Meisterschaft	B1–B2

#	WORT	ÜBERSETZUNG	NIVEAU
48	**Torneo** B1 /tor'nɛo/ il · Pl. i tornei	das Turnier	B1–B2
49	**Classifica** B1 /klas'sifika/ la · Pl. le classifiche	die Tabelle	B1–B2
50	**Defaticamento** B2 /defatika'mento/ il	das Auslaufen	C1
51	**Ipertrofia** C1 /ipertro'fia/ l'	die Hypertrophie	C1
52	**Calisthenics** C1 /kali'stɛniks/ il	das Körpergewichtstraining	C1
53	**HIIT** C1 /'it/ l'	HIIT	C1
54	**Ultramaratona** B2 /ˌultramara'tona/ l' · Pl. le ultramaratone	der Ultramarathon	C1
55	**Tennis** A1 /'tɛnnis/ il	das Tennis	A1–A2
56	**Nuoto** A2 /'nwɔto/ il	das Schwimmen	A1–A2
57	**Sci** A2 /ʃi/ lo	das Skifahren	A1–A2
58	**Palestra** A1 /pa'lɛstra/ la · Pl. le palestre	das Fitnessstudio	A1–A2
59	**Massaggio** A2 /mas'saddʒo/ il · Pl. i massaggi	die Massage	A1–A2
60	**Allenamento** A2 /allena'mento/ l' · Pl. gli allenamenti	das Training	A1–A2
61	**Punto** A1 /'punto/ il · Pl. i punti	der Punkt	A1–A2
62	**BCAA** C1 /ˌbi ˌtʃi ˌa 'a/ i	BCAA	C1
63	**Periodizzazione** C1 /periodiddzat'tsjone/ la · Pl. le periodizzazioni	die Periodisierung	C1

#	WORT	ÜBERSETZUNG	NIVEAU
64	**Sovraccarico progressivo** C1 /sovrak'kariko progres'sivo/ il · Pl. i sovraccarichi progressivi	die progressive Belastungssteigerung	C1
65	**VO2 max** C1 /'vu 'ɔ 'due 'maks/ il	VO2 max	C1
66	**Soglia lattato** C1 /'sɔʎʎa lat'tato/ la · Pl. le soglie lattato	Laktatschwelle	C1
67	**Pliometria** C1 /pliome'tria/ la	die Plyometrie	C1
68	**Stabilità del core** B2 /stabili'ta del 'kɔr/ la	die Rumpfstabilität	C1
69	**Punteggio** A2 /pun'teddʒo/ il · Pl. i punteggi	die Punktzahl	B1–B2
70	**Trofeo** B1 /tro'fɛo/ il · Pl. i trofei	die Trophäe	B1–B2
71	**Podio** B1 /'pɔdjo/ il · Pl. i podi	das Podium	B1–B2
72	**Resistenza** B1 /rezis'tɛntsa/ la	die Ausdauer	B1–B2
73	**Campo** A2 /'kampo/ il · Pl. i campi	das Feld	A1–A2
74	**Agilità** B2 /adʒili'ta/ l'	die Agilität	B1–B2
75	**Atleta** A2 /a'tlɛta/ l' · Pl. gli atleti / le atlete	der Athlet	A1–A2
76	**Flessibilità** B2 /flessibili'ta/ la	die Flexibilität	B1–B2
77	**Equilibrio** B1 /ekwi'librjo/ l' · Pl. gli equilibri	das Gleichgewicht	B1–B2
78	**Velocità** A2 /velotʃi'ta/ la · Pl. le velocità	die Geschwindigkeit	A1–A2
79	**Immersioni** B1 /immer'sjoni/ l' · Pl. le immersioni	das Tauchen	B1–B2

#	WORT	ÜBERSETZUNG	NIVEAU
80	**Porta** A2 /ˈpɔrta/ la · Pl. le porte	das Tor	A1–A2
81	**Rete** A2 /ˈrete/ la · Pl. le reti	das Netz	A1–A2
82	**Gol** A2 /ˈgɔl/ il · Pl. i gol	der Treffer	A1–A2
83	**Gara** A2 /ˈgara/ la · Pl. le gare	der Wettbewerb	A1–A2
84	**Match** B1 /mɛtʃ/ il · Pl. i match	der Wettkampf	A1–A2
85	**Pubblico** A2 /ˈpubbliko/ il · Pl. i pubblici	das Publikum	A1–A2
86	**Primo tempo** A2 /ˈprimo ˈtɛmpo/ il · Pl. i primi tempi	Erste Hälfte	A1–A2
87	**Certificato medico** B1 /tʃertifiˈkato ˈmɛdiko/ il · Pl. i certificati medici	das ärztliche Attest	B1–B2
88	**Tattica** B2 /ˈtattika/ la · Pl. le tattiche	die Taktik	B1–B2
89	**Propriocezione** C2 /proprjotʃetˈtsjone/ la	die Propriozeption	C1
90	**Duathlon** C1 /ˈduatlon/ il	der Duathlon	C1
91	**Skyrunning** C1 /ˈskairanning/ lo	Skyrunning	C1
92	**Via ferrata** B2 /ˈvia ferˈrata/ la · Pl. le vie ferrate	der Klettersteig	C1
93	**Slackline** B2 /ˈzlɛklain/ la · Pl. le slackline	die Slackline	C1
94	**Apnea dinamica** C1 /apˈnɛa diˈnamika/ l'	Dynamische Apnoe	C1
95	**Planata in tuta alare** C1 /plaˈnata in ˈtuta aˈlare/ la · Pl. le planate in tuta alare	der Wingsuit-Flug	C1

#	WORT	ÜBERSETZUNG	NIVEAU
96	**Secondo tempo** A2 /seˈkondo ˈtɛmpo/ il · Pl. i secondi tempi	Zweite Hälfte	A1–A2
97	**Ping pong** A2 /ˌpiŋ ˈpɔŋ/ il	das Tischtennis	A1–A2
98	**Ciclismo** A2 /tʃiˈklizmo/ il	das Radfahren	A1–A2
99	**Snowboard** A2 /ˈznɔbɔrd/ lo	Snowboarden	A1–A2
100	**Ginnastica** A2 /dʒinˈnastika/ la	die Gymnastik	A1–A2
101	**Judo** A2 /ˈdʒudo/ il	Judo	A1–A2
102	**Karate** A2 /kaˈrate/ il	das Karate	A1–A2
103	**Classifica mensile** B1 /klasˈsifika menˈsile/ la · Pl. le classifiche mensili	Monatliche Rangliste	B1–B2
104	**Boxe** B1 /ˈbɔks/ la	das Boxen	A1–A2
105	**Rugby** A2 /ˈrɛgbi/ il	das Rugby	A1–A2
106	**Golf** A2 /ˈgɔlf/ il	das Golf	A1–A2
107	**Cardio** B1 /ˈkardjo/ il	das Cardiotraining	A1–A2
108	**Step** B1 /stɛp/ lo · Pl. gli step	das Step-Board	A1–A2
109	**Squat** B1 /ˈskwɔt/ lo · Pl. gli squat	die Kniebeuge	A1–A2
110	**Stretching** B1 /ˈstrɛttʃiŋg/ lo	die Dehnung	A1–A2
111	**Record** B1 /ˈrɛkord/ il · Pl. i record	der Rekord	A1–A2

#	WORT	ÜBERSETZUNG	NIVEAU
112	**Medaglia** A2 /me'daʎʎa/ la · Pl. le medaglie	die Medaille	A1–A2
113	**Coppa** A2 /'kɔppa/ la · Pl. le coppe	der Pokal	A1–A2
114	**Idratazione** B2 /idratat'tsjone/ l'	die Flüssigkeitszufuhr	B1–B2
115	**Fair play** B2 /fɛr 'plɛi/ il	Faires Spiel	B1–B2
116	**Doping** B2 /'dɔping/ il	das Doping	B1–B2
117	**Strategia** B1 /strate'dʒia/ la · Pl. le strategie	die Strategie	B1–B2
118	**Frequenza cardiaca** B2 /fre'kwɛntsa kar'diaka/ la · Pl. le frequenze cardiache	die Herzfrequenz	B1–B2
119	**Coordinazione** B2 /koordinat'tsjone/ la	die Koordination	B1–B2
120	**Preparazione atletica** B2 /preparat'tsjone a'tlɛtika/ la	Sportliche Vorbereitung	B1–B2
121	**Tiro con l'arco** B1 /'tiro kon 'larko/ il	das Bogenschießen	B1–B2
122	**Bodybuilding** B2 /ˌbɔdi'bilding/ il	das Bodybuilding	B1–B2
123	**Manubrio** B1 /ma'nubrjo/ il · Pl. i manubri	die Kurzhantel	B1–B2
124	**Bilanciere** B1 /bilan'tʃɛre/ il · Pl. i bilancieri	die Langhantel	B1–B2
125	**Kettlebell** B2 /'kɛttəlbɛl/ la · Pl. le kettlebell	Kettlebell	B1–B2
126	**Panca** A2 /'panka/ la · Pl. le panche	die Hantelbank	B1–B2
127	**Affondi** B2 /af'fondi/ l' · Pl. gli affondi	die Ausfallschritte	B1–B2

#	WORT	ÜBERSETZUNG	NIVEAU
128	**Ellittica** B2 /el'littika/ l' · Pl. le ellittiche	der Crosstrainer	B1–B2
129	**Creatina** C1 /krea'tina/ la	das Kreatin	B1–B2
130	**Tendinite** B2 /tendi'nite/ la · Pl. le tendiniti	die Sehnenentzündung	B1–B2
131	**Crossfit** B1 /'krɔsfit/ il	Crossfit	B1–B2
132	**Gara a tappe** B2 /'gara a t'tappe/ la · Pl. le gare a tappe	das Etappenrennen	B1–B2
133	**Triathlon** B2 /'triatlon/ il · Pl. i triathlon	der Triathlon	B1–B2
134	**Ironman** B2 /'aironmɛn/ l'	der Ironman	B1–B2
135	**Trail running** B2 /'trɛil 'ranniŋ/ il	das Trailrunning	B1–B2
136	**Proteine whey** B2 /prote'ine 'wɛi/ la · Pl. le proteine whey	das Molkenprotein	B1–B2
137	**Allenamento funzionale** B2 /allena'mento funtsjo'nale/ l' · Pl. gli allenamenti funzionali	Funktionstraining	B1–B2
138	**Interval training** B2 /'interval 'trɛiniŋg/ l'	das Intervalltraining	B1–B2
139	**Circuit training** B2 /'sɛrkit 'trɛiniŋg/ il	das Zirkeltraining	B1–B2
140	**Windsurf** B1 /'windsɛrf/ il	das Windsurfen	B1–B2
141	**Kitesurf** B2 /'kait͡ʃsɛrf/ il	das Kitesurfen	B1–B2
142	**Arrampicata sportiva** B1 /arrampi'kata spor'tiva/ l'	das Sportklettern	B1–B2
143	**Bouldering** C1 /'bɔldering/ il	das Bouldern	B1–B2

#	WORT	ÜBERSETZUNG	NIVEAU
144	**Corsa di orientamento** B2 /'korsa di orjenta'mento/ la · Pl. le corse di orientamento	die Orientierung	B1–B2
145	**Paracadutismo** B1 /parakadu'tizmo/ il	das Fallschirmspringen	B1–B2
146	**E-sport** B2 /i 'spɔrt/ l' · Pl. gli e-sport	der E-Sport	B1–B2

Alle Wörter anhören und kostenlos üben: https://languageminute.com/de/learn/it/topic/167-sport-auf-italienisch
Italian Minute: https://apps.apple.com/app/id6749542639