

Deporte en portugués

129 palabras, del nivel inicial al avanzado.

#	PALABRA	TRADUCCIÓN	NIVEL
1	Fazer caminhada A2 <i>/fe'zer kemi'nade/</i>	Dar una caminata	B1-B2
2	Treinar A2 <i>/trej'nar/</i> treinei · treinado	Entrenar	B1-B2
3	Fazer ginásio A2 <i>/fe'zer zi'nazju/</i>	Ir al gimnasio	B1-B2
4	Fazer musculação B1 <i>/fe'zer muʃkule'sěw/</i>	Hacer pesas	B1-B2
5	Praticar pilates B1 <i>/preti'kar pi'latif/</i>	Practicar pilates	B1-B2
6	Jogar andebol A2 <i>/ʒu'gar ẽdi'boʔ/</i>	Jugar al balonmano	B1-B2
7	Jogar xadrez A2 <i>/ʒu'gar ʃe'dref/</i>	Jugar al ajedrez	B1-B2
8	Praticar karaté A2 <i>/preti'kar kere'te/</i>	Practicar kárate	B1-B2
9	Combater o sedentarismo B2 <i>/kõbe'ter u sidẽte'rizmu/</i>	Combatir el sedentarismo	C1
10	Monitorizar os batimentos cardíacos B2 <i>/munituri'zar uʒ beti'mẽtuʃ ker'diekuʃ/</i>	Controlar la frecuencia cardíaca	C1
11	Jogar futebol A1 <i>/ʒu'gar futi'boʔ/</i>	Jugar al fútbol	A1-A2
12	Praticar boxe A2 <i>/preti'kar 'bõksi/</i>	Practicar boxeo	B1-B2
13	Correr na passadeira A2 <i>/ku'ʁer ne pese'dejɾe/</i>	Correr en la cinta	B1-B2
14	Fazer flexão B1 <i>/fe'zer flek'sěw/</i>	Hacer flexiones	B1-B2
15	Fazer agachamento B1 <i>/fe'zer egeʃe'mẽtu/</i>	Hacer sentadillas	B1-B2
16	Fazer prancha B1 <i>/fe'zer 'prẽʃe/</i>	Hacer la plancha	B1-B2
17	Treino de força B1 <i>/'trejnu di 'fõrse/</i> o · pl. os treinos de força	Entrenamiento de fuerza	B1-B2
18	Jogar ao mata B1 <i>/ʒu'gar aw 'mate/</i>	Jugar al balón prisionero	C1
19	Treino anaeróbico B2 <i>/'trejnu enee'ɾõbiku/</i> o · pl. os treinos anaeróbicos	Entrenamiento anaeróbico	C1

#	PALABRA	TRADUCCIÓN	NIVEL
20	Treino intervalado B2 <i>/ˈtrejnu ʔĩrveˈladu/</i> o · pl. os treinos intervalados	Entrenamiento por intervalos	C1
21	Participar num campeonato A2 <i>/pɐrtisiˈpɐr nũ kɛ̃pjuˈnatu/</i>	Participar en un campeonato	B1–B2
22	Perder uma partida A2 <i>/pɨrˈdɐr ˈume pɐrˈtɨdɐ/</i>	Perder un partido	B1–B2
23	Empatar o jogo B1 <i>/ẽpeˈtɐr u ˈʒogu/</i>	Empatar el partido	B1–B2
24	Usar ténis apropriados B1 <i>/uˈzɐr ˈteniz ɐpuˈprjadu/</i>	Llevar zapatillas de deporte adecuadas	B1–B2
25	Ter disciplina B1 <i>/ˈtɛr dʒiˈplɨnɐ/</i>	Tener disciplina	B1–B2
26	Ter foco B1 <i>/ˈtɛr ˈfoku/</i>	Tener foco	B1–B2
27	Manter o ritmo B1 <i>/mẽˈtɛr u ˈɾĩtmu/</i>	Mantener el ritmo	B1–B2
28	Caminhar A2 <i>/kɐmiˈɲɐr/</i> caminhei · caminhado	Caminar	A1–A2
29	Correr A1 <i>/kuˈvɐr/</i> corri · corrido	Correr	A1–A2
30	Perder peso A2 <i>/pɨrˈdɐr ˈpezu/</i>	Adelgazar	A1–A2
31	Saltar A2 <i>/sɐtˈtɐr/</i> saltei · saltado	Saltar	A1–A2
32	Fazer exercício A2 <i>/fɐˈzɛr ɨzĩrˈsisju/</i>	Hacer ejercicio	A1–A2
33	Ir ao ginásio A2 <i>/ˈiɾ aw ʒiˈnazju/</i>	Ir al gimnasio	A1–A2
34	Andar de bicicleta A1 <i>/ẽˈdɐr dɨ bisiˈklete/</i>	Montar en bicicleta	A1–A2
35	Nadar A1 <i>/nɐˈdɐr/</i> nadei · nadado	Nadar	A1–A2
36	Partida A2 <i>/pɐrˈtɨdɐ/</i> a · pl. as partidas	Partido	A1–A2
37	Alongar B1 <i>/elõˈgɐr/</i> alonguei · alongado	Estirar	B1–B2
38	Fazer alongamento B1 <i>/fɐˈzɛr elõgɐˈmẽtu/</i>	Hacer estiramientos	B1–B2
39	Alongar antes do treino B1 <i>/elõˈgɐr ˈẽtɨz du ˈtrejnu/</i>	Estirar antes del entrenamiento	B1–B2

#	PALABRA	TRADUCCIÓN	NIVEL
40	Aquecimento A2 <i>/ekisi'mētu/ o · pl. os aquecimentos</i>	Calentamiento	B1-B2
41	Fazer artes marciais B1 <i>/fe'zer 'artiz mersi'ajf/</i>	Practicar artes marciales	B1-B2
42	Praticar judo A2 <i>/preti'kar 'zudu/</i>	Practicar judo	B1-B2
43	Ser o árbitro B1 <i>/'ser u 'arbitru/</i>	Ser el árbitro	B1-B2
44	Jogar na defesa B1 <i>/ʒu'gar ne di'feze/</i>	Jugar en la defensa	B1-B2
45	Jogar no ataque B1 <i>/ʒu'gar nu e'taki/</i>	Jugar en ataque	B1-B2
46	Ser titular B1 <i>/'ser titu'lar/</i>	Ser titular	B1-B2
47	Melhorar o desempenho B1 <i>/mi'lu'rar u dizê'peɲu/</i>	Mejorar el rendimiento	B1-B2
48	Aumentar a resistência B1 <i>/awmê'tar e ɐizif'têsje/</i>	Aumentar la resistencia física	B1-B2
49	Controlar a respiração B1 <i>/kôtru'lar e ɐĩspire'sẽw/</i>	Controlar la respiración	B1-B2
50	Cuidar da postura B1 <i>/kuj'dar de puʃ'ture/</i>	Cuidar la postura	B1-B2
51	Evitar lesões B1 <i>/ivi'tar li'zõj/</i>	Evitar lesiones	B1-B2
52	Ganhar massa muscular B1 <i>/ge'ɲar 'mase muʃku'lar/</i>	Ganar masa muscular	B1-B2
53	Queimar calorias B1 <i>/kej'mar kelu'rief/</i>	Quemar calorías	B1-B2
54	Manter o corpo em forma A2 <i>/mẽ'ter u 'korpu ẽj 'fôrme/</i>	Mantener el cuerpo en forma	B1-B2
55	Ter equilíbrio B1 <i>/'ter iki'librju/</i>	Tener equilibrio	B1-B2
56	Ter coordenação B1 <i>/'ter kuurdine'sẽw/</i>	Tener coordinación	B1-B2
57	Ter flexibilidade B2 <i>/'ter fliksibili'dadi/</i>	Tener flexibilidad	B1-B2
58	Ter força muscular B1 <i>/'ter 'fôrse muʃku'lar/</i>	Tener fuerza muscular	B1-B2
59	Ultrapassar limites B1 <i>/uʔtrepe'sar li'mitiʃ/</i>	Ir más allá de los límites	B1-B2
60	Superar desafios B1 <i>/supi'rar dize'fiu/</i>	Superar los retos	B1-B2
61	Ser atleta amador B1 <i>/'ser e'tlete eme'dor/</i>	Ser deportista aficionado	B1-B2

#	PALABRA	TRADUCCIÓN	NIVEL
62	Ser atleta profissional B1 <i>/ˈsɐɐ ɐˈtlɐtɐ pɾufɨʃjʊˈnal/</i>	Ser atleta profesional	B1–B2
63	Assistir a uma partida A2 <i>/əsɨʃˈtɨɾ ɐ ˈume pɐɾˈtɨdɐ/</i>	Ver un partido	A1–A2
64	Sentir disposição B1 <i>/sɛ̃ˈtɨɾ dɨʃpɯzɨˈsɛw̃/</i>	Sentirse con energía	B1–B2
65	Seguir uma rotina de treinos B1 <i>/sɨˈgɨɾ ˈume kuˈtɨnɐ dɨ ˈtɾɛjnuʃ/</i>	Seguir una rutina de entrenamiento	B1–B2
66	Ter um personal trainer B1 <i>/tɐɾ ù ˈpɛɾsənɐl ˈtɾɛjnɐɾ/</i>	Tener un entrenador personal	B1–B2
67	Seguir um plano de treino B1 <i>/sɨˈgɨɾ ù ˈplɐnu dɨ ˈtɾɛjnu/</i>	Seguir un plan de entrenamiento	B1–B2
68	Usar aplicação de treinos B1 <i>/uˈzɐɾ ɐplɨkɐˈsɛw̃ dɨ ˈtɾɛjnuʃ/</i>	Usar una aplicación de entrenamiento	B1–B2
69	Ter metas B1 <i>/ˈtɐɾ ˈmɛtɐʃ/</i>	Tener objetivos	B1–B2
70	Respirar fundo A2 <i>/ʁɨʃpɨˈɾɐɾ ˈfũdu/</i>	Respirar hondo	A1–A2
71	Subir escadas A1 <i>/suˈbɨɾ ɨʃˈkadɐʃ/</i>	Subir escaleras	A1–A2
72	Fazer yoga A2 <i>/fɐˈzɐɾ ˈjɔɡɐ/</i>	Hacer yoga	A1–A2
73	Jogar voleibol A2 <i>/ʒuˈɡɐɾ vuˌlɛjˈbɔʎ/</i>	Jugar al voleibol	A1–A2
74	Jogar basquetebol A2 <i>/ʒuˈɡɐɾ bɐʃkɨtɨˈbɔʎ/</i>	Jugar al baloncesto	A1–A2
75	Jogar ténis A1 <i>/ʒuˈɡɐɾ ˈtɛnɨʃ/</i>	Jugar al tenis	A1–A2
76	Jogar pingue-pongue A2 <i>/ʒuˈɡɐɾ ˌpĩɡɨˈpõɡɨ/</i>	Jugar al ping-pong	A1–A2
77	Manter a motivação B1 <i>/mɛ̃ˈtɐɾ ɐ mutɨvɐˈsɛw̃/</i>	Mantener la motivación	B1–B2
78	Sentir-se realizado B2 <i>/sɛ̃ˈtɨɾ sɨ ʁɨˌlɨˈzadu/</i>	Sentirse realizado	B1–B2
79	Competir em torneios B1 <i>/kõpɨˈtɨɾ ɐ̃j tɯɾˈnɛjuʃ/</i>	Competir en torneos	B1–B2
80	Participar em maratonas B1 <i>/pɐɾtɨsɨˈpɐɾ ɐ̃j mɐɾɐˈtõnɐʃ/</i>	Participar en maratones	B1–B2
81	Subir ao pódio B1 <i>/suˈbɨɾ aw ˈpõdju/</i>	Subir al podio	B1–B2
82	Representar uma equipa B1 <i>/ʁɨˌpɾɨzɛ̃ˈtɐɾ ˈume ɨˈkɨpɐ/</i>	Representar a un equipo	B1–B2
83	Vestir a camisola A2 <i>/vɨʃˈtɨɾ ɐ kemɨˈzɔʎɐ/</i>	Ponerse la camiseta	B1–B2

#	PALABRA	TRADUCCIÓN	NIVEL
84	Praticar desporto ao ar livre A2 <i>/preti'kar diʃ'portu aw 'ar 'livɾi/</i>	Practicar deportes al aire libre	B1-B2
85	Ter espírito desportivo B2 <i>/'ter iʃ'pɪritu diʃpur'tivu/</i>	Tener espíritu deportivo	B1-B2
86	Respeitar o adversário B1 <i>/ʁiʃpej'tar u edvɨr'sarju/</i>	Respetar al adversario	B1-B2
87	Jogar com fair play B1 <i>/ʒu'gar kõ ,fɛɾ 'plej/</i>	Jugar limpio	B1-B2
88	Aplaudir o esforço B2 <i>/eplew'ðɨr u iʃ'forsu/</i>	Aplaudir el esfuerzo	B1-B2
89	Aprender com a derrota B1 <i>/eprẽ'der kõ e ði'ʁotɐ/</i>	Aprender de la derrota	B1-B2
90	Viver o desporto B1 <i>/vi'veɾ u diʃ'portu/</i>	Vivir el deporte	B1-B2
91	Pedalar A2 <i>/pide'lar/</i> pedalei · pedalado	Pedalear	A1-A2
92	Fazer natação A2 <i>/fe'zer nete'sẽw/</i>	Practicar natación	A1-A2
93	Jogar golfe A2 <i>/ʒu'gar 'gɔʔfi/</i>	Jugar al golf	A1-A2
94	Levantar peso A2 <i>/livẽ'tar 'pezu/</i>	Levantar pesas	A1-A2
95	Fazer parte de uma equipa A2 <i>/fe'zer 'parti di 'ume i'kipe/</i>	Formar parte de un equipo	A1-A2
96	Defender B1 <i>/dĩfẽ'der/</i> defendi · defendido	Defender	A1-A2
97	Vestir o uniforme A2 <i>/viʃ'tɨɾ u uni'fɔɾmi/</i>	Ponerse el uniforme	A1-A2
98	Beber água durante o treino A2 <i>/bi'ber 'agwe du'rẽti u 'trejnu/</i>	Beber agua durante el entrenamiento	A1-A2
99	Usar capacete A2 <i>/u'zar kepe'seti/</i>	Llevar casco	A1-A2
100	Ter uma vida ativa B1 <i>/ter 'ume 'vide e'tive/</i>	Llevar una vida activa	A1-A2
101	Saltar à corda A2 <i>/seʔ'tar a 'kɔɾde/</i>	Saltar a la cuerda	A1-A2
102	Ganhar uma partida A2 <i>/ge'ɲar 'ume per'tide/</i>	Ganar un partido	A1-A2
103	Ganhar medalha A2 <i>/ge'ɲar mi'ðaxe/</i>	Ganar una medalla	A1-A2
104	Marcar golo A2 <i>/mer'kar 'gɔlu/</i>	Marcar un gol	A1-A2
105	Marcar ponto A2 <i>/mer'kar 'põtu/</i>	Marcar un punto	A1-A2

#	PALABRA	TRADUCCIÓN	NIVEL
106	Usar proteção A2 <i>/u'zar prute'sẽw/</i>	Utilizar la protección	A1-A2
107	Usar luvas A2 <i>/u'zar 'luve/</i>	Llevar guantes	A1-A2
108	Usar relógio desportivo A2 <i>/u'zar ʁi'ɔʒju dɨʃpur'tivu/</i>	Llevar un reloj deportivo	A1-A2
109	Celebrar a vitória A2 <i>/silɨ'brar e vi'tɔɾje/</i>	Celebrar la victoria	A1-A2
110	Libertar endorfina B2 <i>/libɨr'tar ẽdur'fine/</i>	Liberar endorfinas	B1-B2
111	Medir o desempenho B2 <i>/mɨ'dir u dizẽ'peɲu/</i>	Medir el rendimiento	B1-B2
112	Praticar taekwondo B1 <i>/preti'kar tɛ'kwõdu/</i>	Practicar taekwondo	B1-B2
113	Fazer capoeira B1 <i>/fe'zer kepu'ejeɾe/</i>	Hacer capoeira	B1-B2
114	Usar halteres B1 <i>/u'zar aɫ'tɛɾɨf/</i>	Usar mancuernas	B1-B2
115	Usar barra B1 <i>/u'zar 'bavɐ/</i>	Usar la barra	B1-B2
116	Usar elíptico B1 <i>/u'zar i'liptiku/</i>	Utilizar una bicicleta elíptica	B1-B2
117	Fazer circuito B1 <i>/fe'zer sɨr'kuʒtu/</i>	Hacer un circuito de entrenamiento	B1-B2
118	Arrefecimento B2 <i>/ɐɾɨfɨsi'mẽtu/</i> o · pl. os arrefecimentos	Vuelta a la calma	B1-B2
119	Praticar jiu-jitsu B1 <i>/preti'kar ʒiw'ʒitsu/</i>	Practicar jiu-jitsu	B1-B2
120	Usar bicicleta estática B1 <i>/u'zar bisi'kleɾe ɨ'tatike/</i>	Usar una bicicleta estática	B1-B2
121	Usar o stepper B1 <i>/u'zar u 'stɛpɐɾ/</i>	Usar una escaladora	B1-B2
122	Apitar o jogo B2 <i>/ɛpi'tar u 'ʒoɣu/</i>	Arbitrar el partido	B1-B2
123	Fazer treino de resistência B2 <i>/fe'zer 'trejnu dɨ ʁizɨf'tẽsje/</i>	Hacer entrenamiento de resistencia	B1-B2
124	Treino de velocidade B1 <i>/'trejnu dɨ vilusi'dadi/</i> o · pl. os treinos de velocidade	Entrenamiento de velocidad	B1-B2
125	Treino de agilidade B2 <i>/'trejnu dɨ ɛʒili'dadi/</i> o · pl. os treinos de agilidade	Entrenamiento de agilidad	B1-B2
126	Treino aeróbico B2 <i>/'trejnu ɐɛ'ɾɔbiku/</i> o · pl. os treinos aeróbicos	Entrenamiento aeróbico	B1-B2

#	PALABRA	TRADUCCIÓN	NIVEL
127	Correr a estafeta B1 <i>/ku'ɐr e iʃte'fɛtɐ/</i>	Correr en relevos	B1-B2
128	Usar joelheira B1 <i>/u'zar ʒue'ʎejɾɐ/</i>	Llevar una rodillera	B1-B2
129	Fazer triatlo B1 <i>/fe'zer tri'atlu/</i>	Hacer triatlón	B1-B2

Escucha todas las palabras y practícalas gratis: <https://languageminute.com/es/learn/pt/topic/223-deporte>

Portuguese Minute: <https://apps.apple.com/app/id6749543191>