

En mi opinión creo que llevo una vida bastante sana, también creo que mi dieta es equilibrada. Para el desayuno no suelo comer nada pero suelo beber leche. Para el almuerzo en el instituto como una bocadillo y agua sin gas. Para la cena tengo cosas diferentes. Dos veces a la semana los martes y los jueves voy a las artes marciales mixtas con mi hermano porque me gusta mantenerme en forma y es diversión. Los sábados y los domingos estoy enganchado a la tele viendo Xfactor, porque es bastante bueno, también voy en Facebook tanto como puedo. es importante hacer ejercicio cinco veces a la semana para mantenerme en forma. No fumo porque es malo para la salud y muy peligroso. Sin embargo en comparación con la Isla de Man hay pocos fumadores aquí. De vez en cuando bebo el alcohol porque es aburrido lo contrario. El octubre pasado fui a Murcia en el sur de España estuve en un botellón donde emborrachó un joven. También se puede encontrar los en la Isla de Man. En mi opinión creo que estos botellones son buenos a veces. En mi opinión, la droga dura es más peligrosa que la droga blanda por ejemplo heroína es más malo que el porro. En resumen llevo una vida sana. Debo hacer más deporte en el instituto y relajarme más.

In my opinion I think I lead a fairly healthy life, I also think my diet is balanced. For breakfast I eat anything but not usually drink milk. For lunch at school I have a sandwich and water (no gas). For dinner I have different things. Twice a week on Tuesdays and Thursdays I mixed martial arts with my brother because I like to keep fit and is fun. On Saturdays and Sundays I'm hooked to the TV watching Xfactor, because it's pretty good, I'm on Facebook too much as I can. Is important to exercise five times a week to stay fit. I do not smoke because it is unhealthy and very dangerous. However appear in person in the Isle of Man there are few smokers here. Occasionally I drink alcohol because otherwise it's boring. Last October I went to Murcia in southern Spain was in a bottle where a young drunk. You can also find in the Isle of Man, in my opinion I think these bottles are good sometimes. In my opinion, the hard drug is more dangerous than soft drugs such as heroin is worse than the joint. In short lead a healthy life. I do more sports in high school and relax more.