听录音，根据对话内容填空：

1. 今天太极拳老师比平时 教了半个小时，所以安妮比平时 回来了一会儿，安妮的同屋美爱今天不去吃晚饭了,因为最近她的体重 了不少，她想 。

安妮的 很好，美爱很 她。安妮告诉美爱， 身材不能只 节食，因为节食影响 。要想保持身材，就应该多运动。美爱很 ，不爱运动。安妮让她从明天开始，不要睡懒觉了，比平时 起床一个小时，跟她去操场跑步。美爱 了。

1. 美爱从开始跑步到现在，快两个月了。她减肥的 不错。现在她 苗条，也越来越 了。她觉得自己现在越来越能吃，也越来越 吃了。她特别爱吃中国菜，但是以前很少吃，因为吃多了容易长胖。现在她不 了，经常吃中国菜。

虽然天气越来越冷，早上起来跑步越来越 了，但是安妮让美爱必须 锻炼。要是不跑步的话，可以换成 运动，像打羽毛球、打乒乓球、游泳 。