

Hopp

Artist: Øyet

1-2-3 – 1-2-3 – 1-2-3 – 1-2-3

H O P P – hopp!

Kom og se hva vi leker med.

Hopp med det tauet du har,

alle sammen bli med,

det er lett som 1-2-3.

Det spiller ingen rolle om du hopper langt,

som en frosk, eller tungt som en elefant.

Det er bare viktig at du er med.

Til høyre og venstre, opp og ned.

Lag en ring. Står du utenfor må du bli med inn.

Slipp fantasien fri. Ingen regler her. Det er bare vi.

Du kjenner pulsen banke. Det er bra for kropp og tanke.

For vi gjør dette sammen.

Alle er med, ingen detter sammen.

1-2-3 – Kom igjen, hopp og sprett.

1-2-3 – Vi gjør det sammen, opp og ned.

1-2-3 – Rist på rumpa, gjør et hopp. Det føles så bra når vi rører på vår kropp.

Det går. Hopp i sirkel, hopp i mønster.

Alle sammen: Hopp sånn du ønsker.

Til du blir rød i toppen.

Godt for hjertet. Godt for kroppen.

Bare lek, alle sammen er vinnere.

Dans vekk regnet, se, nå forsvinner det.

Ikke vær redd for å faile.

Bare begynn igjen, tregt som en snegle.

1-2-3 – Kom igjen, hopp og sprett.

1-2-3 – Vi gjør det sammen, opp og ned.

1-2-3 – Rist på rumpa, gjør et hopp. Det føles så bra når vi rører på vår kropp.

1-2-3 – Hopp, hopp, hopp, hopp, hopp.

1-2-3 – Hopp, hopp, hopp, hopp, hopp.

1-2-3 – Hopp, hopp, hopp, hopp, hopp.

Det føles så bra når vi rører på vår kropp!