

На стадионе, по гаревой дорожке,  
Ранним утром дедушка бежит.  
И следом на него очень похожий,  
Как видно, правнук ловко семенит.  
Дедушка, скажите, сколько лет вам  
И откуда в вас такая прыть,  
Как достичь, скажите, нам всем этого?  
Помогите свой секрет открыть.

Припев 2 раза

Физкультура вместе с спортом –  
Вот секрет простой мой.  
С физкультурой вместе с спортом –  
Путь мой вековой.

В этой жизни раз нам богом данной,  
Мы порой с судьбою бой ведем.  
И не всегда до цели нам желанной  
Идти правильным приходится путем.  
С курса жизни, чтоб не отклониться  
И в проблемах враз не утонуть,  
Надо постоянно нам стремиться  
Лямку за здоровье тянуть.

Припев 2 раза