

De hardloopwedstrijd!

Liesbeth van den Berg-Hermesen



1. We ma-ken al - le spie-ren los en rek - ken ze wat uit. Dat
2. We lo - pen nu wat heen en weer, doe nog maar rus - tig aan. en
3. Ga nu maar lek - ker ren-nen, ren maar rus - tig heen en weer. Het
4. Be - gin nu maar met sprin-ten dat be - te - kent heel erg snel. kom
5. Kijk daar, zie je de fi - nisch al, kom ren nog e - ven door. Nu
6. Val nu maar lek - ker op de grond. Je voe - ten doen vast zeer. Rust



doen we heel erg lang-zaam en we ga-pen heel erg luid.
als je heel erg moe bent blijf je lek-ker nog wat staan.
hoeft nog niet zo snel, dan doen je be-nen straks niet zeer.
op dat kan best snel - ler Hup, hup, hup! je kan het wel.
nog een heel klein stuk - je en je bent de win - naar hoor!
jij maar ev - en heel goed uit want mor-gen gaan we weer!

Couplet 1 wordt heel langzaam gezongen. Couplet 2 een klein beetje sneller en couplet 3 gaat al best snel. Na couplet 3 roept iemand 'klaar voor de start!'. Couplet 4 en 5 worden nu vliegensvlug gezongen. Couplet 6 moet weer heel langzaam worden gezongen.

Dit liedje kan uitstekend zonder begeleiding worden gezongen. Gebruik eventueel een trommel of tamboerijn om het tempo aan te geven.

Dit liedje is in opdracht van Juf Sanne gemaakt door Liesbeth van den Berg van Kinderboekenmuziek.nl:

www.kinderboekenmuziek.nl



© JufSanne.com