



*Mel.: Livstræet
Tekst: Anne Gerlach*

*Der er så meget, vi kan gøre for at holde os i form.
Her får vi det til at køre, for motion er vores norm.
Lad os træne i Ældremotionen,
lad os mærke, at livet er fedt.
Lad os bare bli' sundere ældre,
når vi har trænet og svedt.*

*Der er så mange uden venner, de sku' komme ind i RÆM.
Her vi godt hinanden kender, det er vores andet hjem.
Lad os træne*

*Her er så mange muligheder, vi kan vælge, hvad vi vil.
Sommer, vinter, alle tider, er der nok at gi' sig til.
Lad os træne*

*Det er så lidt, hvad vi behøver for at leve livet sundt.
Alle her i RÆM vi prøver at få rørt os året rundt.
Lad os trives i Ældremotionen.
Lad os gerne få smilene frem.
Lad os nu bare slutte med sangen
og skåle for vores RÆM!*