

# Mot i brystet

Mot i brystet, vett i pannen stål i ben og armer, ryggen rak og blikket fritt, se det er bra.

Tåle slit og tåle sludd, og tåle frost og varme, slike gutter det vil gamle Norge ha.

Hold nå takten der, intet mudder her, la dem se vi er av rette slag.

Bare lek, ja men av den skal fremtidskrefter vokse, derfor er det alvor i vår lek i dag.

Der hvor lien brattest stuper setter han utover, gutten på de glatte ski så spruten står.

Jenten etter, fæle ting hva slik en unge vover, du skal se en vakker dag hun gutten slår.

Sne og is og vann, fjell og skog og strand, der er nok en kan få prøve på.

Ski og skøyter, båt og hjul det er en lyst å bruke, beste kunsten dog på egne ben å stå.

Øve, øve jevnt og trutt og tappert det er tingen, alltid bedre om, og om, og om igjen.

Født som mester, født som helt, å nei, det ble da ingen, mot og kraft det vinnes litt og litt om sen.

Ta nå muntert i, intet fuskeri, er da ikke vi mor Norges børn?

Vi skal lære, vi skal øve, vi skal krefter vinne, krefter som kan holde ut en alvorstørn.