



TRENINGSLEIREN 1991.

I hytt'na på Gol Camping dar vart da liv
tå ungdom og gamle veteranar,
d'e Osterøy's beste som friidrett driv,
dei går med dei største planar.

Dar kjem Bjart'n, dar kjem Bjart'n,
få på deg piggskona og spring!
Dar kjem Bjart'n, dar kjem Bjart'n,
han utrettar kjempestore ting.

Om kveldane då e' da grilling og gøy,
og alle e' med på leikjen,
og ingen får ganga te ro i si køy
før dei har fått smaka steikjen.

Dar kjem Frod'n, dar kjem Frod'n,
ta med deg kunnskapen og svar.
Dar kjem Frod'n, dar kjem Frod'n,
stafetten om måndagen va' har'.

Og orden og matstell ska' sjekkast av to
som kjem når dei minst e' venta,
og e' da kje rydda og altfor seint ro,
då vert da kje poeng å henta.

Dar kjem Vidar'n, dar kjem Vidar'n,
få vekk aviser, rydd di seng.
Og so kjem Torbjørn, so kjem Torbjørn,
ska tru om da kan verta topp-po eng.

Og so vart da stevne og avslutningsfest
med femkamp og song om treningsleiren,
og Kar-Bo-hytta gjorde da sjølsagt best
og sikra seg siste seiren.

So for gamle, so for unge
heim att te Osterøy i vest.
Dar for alle, dar for alle,
for Gol va' bra, men Osterøy e' best.