

Mit 79 Jahren

(nach der Melodie von Udo Jürgens "Mit 66 Jahren")

Von Wolfgang Kownatka (woko)

Ich bin schon seit Jahrzehnten,
begeistert Leichtathlet.
Ich laufe, springe, werfe,
so gut und weit es geht.
Oho, oho, oho.

Trainier dreimal die Woche,
ab nachmittags um drei.
Ich tu es nicht alleine,
Freund Wolfgang ist dabei
Oho, oho, oho.

Und denken auch die andern,
der Alte, ja der spinnt.
Das lässt mich ungerührt,
ich weiß ja wer ich bin.

Mit 79 Jahren, da bin ich noch dabei,
ob Wettkampf oder Training, das ist doch einerlei.
Mit 79 Jahren halt ich mich frisch und fit.
Mit 79 Jahren mach ich noch alles mit.

Ich werfe meinen Hammer,
rund dreißig Meter weit.
Mein Speer fliegt fast alleine,
wobei die Weite reicht.
Oho, oho, oho.

Die Kugel stoß ich locker,
im Wettkampf aus dem Ring.
Und auch beim Keulenweitwurf,
da mache ich mein Ding
Oho, oho, oho.

Im Speerorama-Weitwurf,
bin ich ganz gut in Form.
Gewichtweitwurf 11 Meter,
sind für mich ganz enorm.

Mit 79 Jahren, da bin ich noch dabei,
ob Wettkampf oder Training, das ist doch einerlei.
Mit 79 Jahren halt ich mich frisch und fit.
Mit 79 Jahren mach ich noch alles mit.

Und jedes Jahr im Sommer,
ist Rheinlandmeisterschaft.
Da steh ich auf dem Treppchen,
weil ich gewonnen hab.
Oho, oho, oho.

Im Herbst und auch im Winter,
fang ich das Laufen an.
Dann renn ich durch die Wälder,
mein Setter nebendran.
Oho, oho, oho.

Und alle unsre Freunde,
die fragen mich schon mal:
„Wann willst Du endlich aufhörn?“
„Vielleicht mit hundert Jahrn.“

Mit 79 Jahren, da bin ich noch dabei,
ob Wettkampf oder Training, das ist doch einerlei.
Mit 79 Jahren halt ich mich frisch und fit.
Mit 79 Jahren mach ich noch alles mit.