

Couplet
1

Heeeey ouh nananana
 Fm
 Il est temps d'aller pousser on a des rêves à soulever
 Ta balance fait trop la gueule il va falloir éliminer
 Bbm
 Faut souffrir pour être beau pour pas se faire photoshoper
 Fm
 Ne t'arrête pas quand t'as mal mais plutôt quand t'as tout donné,
 Bbm Fm Bbm Fm Bbm Fm
 oui tout donné, Toujours se relever, toujours recommencer
 Bbm Fm
 Interdit d'abandonner hey hey hey hey

Pré-
Refrain

Bbm Fm
 Faut taffer le cardio pour mieux endurer
 Faut taffer les abdos pour mieux encaisser
 Bbm Fm Bbm
 La vie c'est musclé ouais ouais ouais La vie c'est musclé

Refrain

Fm
 Il est temps d'aller pousser on a des rêves à soulever
 Allez allez allez allez
 Bbm
 Relève-toi c'est dans la tête on est ensemble on va y aller
 Fm
 Allez allez allez allez

x3

Bbm Fm
 Y a que des hommes, y a que des guerrières (x3)
 Bbm
 T'as les hommes
 Fm

Couplet
2

On est sur le pied de guerre, on est pas venu désertier
 Me vend plus tes fausses excuses ma patience n'a plus de monnaie
 Bbm
 Prouve-moi que t'es une machine en enchaînant les fractionnés
 Fm
 Ne t'arrête pas quand t'as mal mais plutôt quand t'as tout donné,
 Bbm Fm Bbm Fm
 oui tout donné Toujours se relever
 Bbm Fm Bbm Fm
 T'as déjà fait le plus dur donc impossible d'abandonner hey hey hey hey

PREREFRAIN + REFRAIN

Pont

Bbm
 Abdo, dips, pompes, barre, abdo, dips, pompes, barre
 Fm
 Enchaînez les squats, enchaînez les squats
 Enchaînez les squats, squats, squats
 Abdo, dips, pompes, barre, abdo, dips, pompes, barre
 Frappez au sac, frappez au sac
 Frappez au sac, sac, sac

Allez va chercher le chrono, hashtag va chercher le chrono
 Tous ensemble à la ligne d'arrivée, tous ensemble à la ligne d'arrivée
 On va taper dans le cardio, on va taper dans le cardio
 On va viser dans le coche, tu vas savoir qui est le coach

PREREFRAIN + REFRAIN

Abdo, dips, pompes, barre, abdo, dips, pompes, barre
 Allez allez allez allez (x2) + REFRAIN

