

# Løpet for livet

Capo

på 2. bånd D

Vers 1 E

Se rett fram, ik - ke snu deg nå.

Glem alt det som er bak, fo - ku - ser på mål.

Styrk din tro, så du har Je - ho - va som venn.

Kvitt deg med alt som du vet hol - der deg i - gjen.

**Refreg**

Vi vil hol - de ut, lø - pe på, i vårt løp for li - vet. Vi

hol - der ut og lø - per på. Hol - der blik - ket på må - let. Vi

hol - der ut, lø - per på. Vi hol - der tempoet op - pe, vi vil ik - ke stop - pe. Vi

hol - der ut, vi lø - per på. Og premien er

**Vers 2**

The musical score consists of eight staves of music in common time (indicated by '4'). The key signature is A major (three sharps). The first staff starts with a treble clef and a sharp sign. The second staff starts with a bass clef and a sharp sign. The third staff starts with a treble clef and a sharp sign. The fourth staff starts with a bass clef and a sharp sign. The fifth staff starts with a treble clef and a sharp sign. The sixth staff starts with a bass clef and a sharp sign. The seventh staff starts with a treble clef and a sharp sign. The eighth staff starts with a bass clef and a sharp sign. Chords are indicated above the notes: Em, F#m, G, A, D, E in the first staff; Em, F#m, G, A, D, E in the second staff; Em, F#m, G, A, D, E in the third staff; Bm, C#m, G, A, D, Em, F#m in the fourth staff; G, A, D, E, B, F#m in the fifth staff; D, E, G, A, B, F#m in the sixth staff; D, E, G, A, B, F#m in the seventh staff; and D, E, G, A, B, F#m in the eighth staff. The lyrics are written below the notes, corresponding to the chords. The first staff contains the lyrics 'Se rett fram, ik - ke snu deg nå.' The second staff contains 'Glem alt det som er bak, fo - ku - ser på mål.' The third staff contains 'Styrk din tro, så du har Je - ho - va som venn.' The fourth staff contains 'Kvitt deg med alt som du vet hol - der deg i - gjen.' The fifth staff contains the word 'Refreg'. The sixth staff contains 'Vi vil hol - de ut, lø - pe på, i vårt løp for li - vet. Vi'. The seventh staff contains 'hol - der ut og lø - per på. Hol - der blik - ket på må - let. Vi'. The eighth staff contains 'hol - der ut, lø - per på. Vi hol - der tempoet op - pe, vi vil ik - ke stop - pe. Vi'. The ninth staff contains 'hol - der ut, vi lø - per på. Og premien er'. The tenth staff contains 'Og premien er'. The eleventh staff contains 'Vers 2'.

# Løpet for livet

G A D E Em F#m G A D E Em F#m  
 - den er verdt alt vi må gi. Snart er da - gen her da

G A D E Em F#m G A Refreg D E Em F#m  
 sei - e - ren er din. Så vi hold - der ut, lø - per på,

G A A B D E Em F#m  
 i vårt løp for li - vet. Vi hol - der ut, vi lø - per på.

G A A B D E Em F#m  
 Hol - der blik - ket på må - let. Vi hol - der ut, lø - per på. Vi hol - der

G A A B D E Em F#m  
 tempoet op - pe, vi vil ik - ke stop - pe. Vi hol - der ut og lø - per på.

G A D Em F#m G A Bm C#m Bro  
 Lø - per helt i mål. Men ver - den prø - ver

G A D E  
 å dis - tra - he - re deg. Vil du skal bry - te lø - pet.

Em F#m G A D Em F#m  
 Men ikke la den lu - re deg! Vi vil hol - de ut, lø - pe på.

The musical score consists of ten staves of music in G major, 2/4 time. Each staff begins with a treble clef and a key signature of two sharps. Chords are indicated above the staff, and lyrics are written below the notes. The first staff starts with a half note G followed by eighth-note pairs. The second staff starts with a half note A followed by eighth-note pairs. The third staff starts with a half note D followed by eighth-note pairs. The fourth staff starts with a half note E followed by eighth-note pairs. The fifth staff starts with a half note Em followed by eighth-note pairs. The sixth staff starts with a half note F#m followed by eighth-note pairs. The seventh staff starts with a half note G followed by eighth-note pairs. The eighth staff starts with a half note A followed by eighth-note pairs. The ninth staff starts with a half note D followed by eighth-note pairs. The tenth staff starts with a half note Em followed by eighth-note pairs. The lyrics are in Norwegian and include words like 'verdt', 'gi', 'snart', 'dagen', 'her', 'sei', 'ren', 'din', 'så', 'vi', 'hold', 'ut', 'lø', 'per', 'på', 'i', 'vårt', 'løp', 'for', 'li', 'vet', 'Hol', 'der', 'blik', 'ket', 'på', 'må', 'let', 'Vi', 'hol', 'der', 'ut', 'lø', 'per', 'på', 'Vi', 'hol', 'der', 'tempoet', 'op', 'pe', 'vi', 'vil', 'ik', 'ke', 'stop', 'pe', 'Vi', 'hol', 'der', 'ut', 'og', 'lø', 'per', 'på', 'Lø', 'per', 'helt', 'i', 'mål', 'Men', 'ver', 'den', 'prø', 'ver', 'å', 'dis', 'tra', 'he', 're', 'deg', 'Vil', 'du', 'skal', 'bry', 'te', 'lø', 'pet', 'Men', 'ikke', 'la', 'den', 'lu', 're', 'deg!', 'Vi', 'vil', 'hol', 'de', 'ut', 'lø', 'pe', 'på'.

# Løpet for livet

G A D E Em F#m G A Refreg

Hol - de ut, lø - pe på. Så vi

D E Em F#m G A A B

hol - der ut, lø - per på, i vårt løp for li - vet. Vi

D E Em F#m G A A B

hol - der ut og lø - per på. Hol - der blik - ket på mål-et. Vi

D E Em F#m G A A B

hol - der ut, lø - per på. Vi hol - der tempoet op - pe, vi vil ik - ke stop-pe. Vi

D E Em F#m G A Bm C#m A B

hol - der ut og lø - per på i vårt løp for li - vet,

G A D E F#m/G#m/C#m Bm C#m A B

i vårt løp mot mål. Så ik - ke gi opp, min venn.

G A D E Em F#m G A

For vi vil hol - de ut, lø - pe på. Vi

D E

hol - der ut, lø - per på. Lø - per helt i mål!

The musical score consists of ten staves of music in common time, key signature of A major (no sharps or flats). The vocal line is in soprano range. Chords are indicated above the staff at the start of each line. The lyrics are written below the notes. The first staff ends with a repeat sign and the word 'Refreg'. The score includes various dynamics like dashes for sustained notes and slurs for melodic lines. The lyrics describe a journey ('løp') through life ('livet'), with moments of rest ('hol-de'), challenges ('per'), and goals ('mål'). The music has a rhythmic pattern of eighth and sixteenth notes.