

作曲 John Laudon  
填詞 雲尼拿  
編曲 John Laudon  
主唱 張仔伊、倫焯軒

# Jump 跳跳跳

zou6 wan6 dung6 hou2 aa1 deoi3 san1 tai2 hou2  
做運動好吖 對身體好

Doing exercise is good for the body

gin6 hong1 jau6 leng3 leng3 zung6 jiu3 hou2 hou2 waan4  
健康又靚靚 仲要好好玩

Healthy and beautiful is also very fun

gou1 gou1 tiu3 gou1 gou1 tiu3  
高高跳 高高跳

Jump high

san1 sau2 paak3 san1 sau2 paak3  
伸手拍 伸手拍

Stretch and clap hands

gou1 gou1 tiu3 gou1 gou1 tiu3  
高高跳 高高跳

Jump high

Are you ready now?

Are you ready now?

baau3 faat3 la1  
Ready to 爆發啦

Ready to explode

1 2 3 4 tiu3 zoi3 lei4 do1 ci3  
跳 再嚟多次

1234 jump, do it again

1 2 3 4 tiu3 kei5 ding6 zoi3 lei4  
跳 企定再嚟

1234 jump, stand still again

1 2 3 4 tiu3 si3 do1 jat1 ci3  
跳 試多一次

1234 jump, try one more time

1 2 3 4 tiu3  
跳

1234 jump

sung1 sung1 goek3 sung1 sung1 goek3  
鬆鬆腳 鬆鬆腳

Relax the foot

ngaan5 mong6 cin4 ngaan5 mong6 cin4  
眼望前 眼望前

Eyes look forward

mau1 dai1 la1 mau1 dai1 la1 mau1 dai1 san1  
踏低啦 踏低啦 踏低身

Squat down

baau3 faat3 la1  
Ready to 爆發啦

Ready to explode

作曲 John Laudon

填詞 雲尼拿

編曲 John Laudon

主唱 張籽侖、倫焯軒

# Jump 跳跳跳

1 2 3 向前跳 做得好好

123 jump forward. Well done, turn back and do it again

我哋返轉頭再嚟多次

1 2 3 向前跳 做得好好

123 jump forward. Well done, turn back and let's do it again

返轉頭我哋再嚟多次

1 2 3 向前跳 嘩

123 jump forward. Wow, let's jump further this time

我哋今次再嚟多次跳遠啲嘅

1 2 3 向前跳

123 jump forward. Good, let's sing la la la together

好啦 我哋一齊嚟唱啦啦啦

La la la...

