

TREADMILL



ਕਾਰ ਤੇ ਨਾ ਚੱੜਦੀ, ਜਹਾਜ਼ ਤੇ ਨਾ ਚੱੜਦੀ,
ਖਿਡਾਰੀਆ ਦੀ Treadmill ਤੇ ਝੱਟ ਚੱੜਦੀ,
ਚੰਗੀ ਅੱਥਲੀਟ Practice ਰੋਜ਼ ਕਰਦੀ ।

ਸੋਨੇ ਤੇ ਨਾ ਮੱਰਦੀ, ਚਾਦੀ ਤੇ ਨਾ ਮੱਰਦੀ,
ਪਰਵਾਹ ਸਿਰਫ ਆਪਣੀ body ਦੀ ਕਰਦੀ,
Treadmill ਦਾ ਮੀਟਰ ਨੋਟ ਰੋਜ਼ ਕਰਦੀ ।

ਕਾਰ ਤੇ ਨਾ ਚੱੜਦੀ, ਜਹਾਜ਼ ਤੇ ਨਾ ਚੱੜਦੀ,
ਖਿਡਾਰੀਆ ਦੀ Treadmill ਤੇ ਝੱਟ ਚੱੜਦੀ,
ਚੰਗੀ ਅੱਥਲੀਟ Practice ਰੋਜ਼ ਕਰਦੀ ।

ਪੈਸੇ ਤੇ ਨਾ ਮੱਰਦੀ, ਧੇਲੇ ਤੇ ਨਾ ਮੱਰਦੀ,
ਪਰਵਾਹ ਮਹਿਲ ਮੰਨਾਰਿਆ ਦੀ ਨਾ ਕਰਦੀ,
ਤਾਰੀਫਾ ਯਾਰ ਦੀ ਕੁੱਲੀ ਦੀਆ ਰੋਜ਼ ਕਰਦੀ ।

ਕਾਰ ਤੇ ਨਾ ਚੱੜਦੀ, ਜਹਾਜ਼ ਤੇ ਨਾ ਚੱੜਦੀ,
ਖਿਡਾਰੀਆ ਦੀ Treadmill ਤੇ ਝੱਟ ਚੱੜਦੀ,
ਚੰਗੀ ਅੱਥਲੀਟ Practice ਰੋਜ਼ ਕਰਦੀ ।

ਲੜਾਈ ਨਾ ਕੱਰਦੀ, ਝੱਗੜਾ ਨਾ ਕੱਰਦੀ,
ਚਿਟੀਆ ਚਿਟੀਆ ਦੰਦੀਆ ਨਾਲ smile ਕਰਦੀ,
ਕਿਉਕੇ Toothpaste ਸੁਭਾ-ਛਾਮ ਰੋਜ਼ ਕਰਦੀ ।

ਕਾਰ ਤੇ ਨਾ ਚੱੜਦੀ, ਜਹਾਜ਼ ਤੇ ਨਾ ਚੱੜਦੀ,
ਖਿਡਾਰੀਆ ਦੀ Treadmill ਤੇ ਝੱਟ ਚੱੜਦੀ,
ਚੰਗੀ ਅੱਥਲੀਟ Practice ਰੋਜ਼ ਕਰਦੀ ।

Smoke ਨਾ ਕੱਰਦੀ, ਸਰਾਬ ਤੇ ਨਾ ਮੱਰਦੀ,
ਕਿਸੇ ਹੋਰ ਨੱਸ਼ੇ ਵੱਲ ਮੂੰਹ ਨਹੀ ਕਰਦੀ,
ਇਸ ਦੀ ਪਸੰਦ ਰੋਟੀ ਖਾਣੀ ਰੋਜ਼ ਘੱਰਦੀ ।

ਕਾਰ ਤੇ ਨਾ ਚੱੜਦੀ, ਜਹਾਜ਼ ਤੇ ਨਾ ਚੱੜਦੀ,
ਖਿਡਾਰੀਆ ਦੀ Treadmill ਤੇ ਝੱਟ ਚੱੜਦੀ,
ਚੰਗੀ ਅੱਥਲੀਟ Practice ਰੋਜ਼ ਕਰਦੀ ।

ਸਲਵਾਰ ਤੇ ਨਾ ਮੱਰਦੀ, ਜੀਨ ਤੇ ਨਾ ਮੱਰਦੀ,
ਪਾਉਦੀ ਹੁਣ ਇਕ ਚੰਗੀ sports ਵਾਲੀ ਵੱਰਦੀ,
ਤਾਰੀਫਾ ਆਪਣੇ ਕੋਚ Sarjinder ਦੀਆ ਰੋਜ਼ ਕਰਦੀ ।

ਕਾਰ ਤੇ ਨਾ ਚੱੜਦੀ, ਜਹਾਜ਼ ਤੇ ਨਾ ਚੱੜਦੀ,
ਖਿਡਾਰੀਆ ਦੀ Treadmill ਤੇ ਝੱਟ ਚੱੜਦੀ,
ਚੰਗੀ ਅੱਥਲੀਟ Practice ਰੋਜ਼ ਕਰਦੀ ।