

Calma Workout

Coma_Cose

Mastering the flexibility in strength exercises provides an excellent full body workout, focusing on developing your alignment, flexibility, strength and rhythmic breathing

Se resto fermo immobile
Il male si consolida
Sarebbe meglio correre
Perciò mi alleno un po'
I sogni sono muscoli
Devo tenerli vigili
Ho i crampi e le vertigini
Perciò mi alleno un po'

Sono scatti di ira, sono frasi al vento
Quei momenti in cui non mi trattengo più
E ogni volta so che dopo me ne pento
Ma tornano

Sono scatti di ira, sono la distanza
Che separa me dalla mia identità
E mi sento di non vivere abbastanza
Le cose che contano

Persa dentro al buio coi problemi da risolvere
Su suole che non uso più si accumula la polvere
Ho un nodo fra le scapole che adesso devo sciogliere
Pensieri da dissolvere (Dissolvere, dissolvere)
Faccio mille addominali da stakanovista
Brucio sali minerali e sono nichilista
Verso ciò che vedo in rete, vorrei crashasse
Come un batterista

Sono scatti di ira, sono frasi al vento
Quei momenti in cui non mi trattengo più
E ogni volta so che dopo me ne pento
Ma tornano

Sono scatti di ira, sono la distanza
Che separa me dalla mia identità
E mi sento di non vivere abbastanza
Le cose che contano

Perché non so raggiungermi?
Perché non so raggiungermi?
Perché non so raggiungermi?