

Cheatday

Silla

Ah, ah, Silla der K-K
Ah, yeah, ah

Unter 1000 Kalorien pro Tag
Wenn ich mich definiere ernähr ich mich nur Low Carb
Mein Lebensmotto ist no pain no gain
Weil die Ladies doch so auf mein Eight-Pack steh'n
Du bist ein dünner Lauch wie Günther Jauch
Ich bin Silla der Killa ich seh gesünder aus
Im Training läuft wie Mario Gomes
Am Cheatday ess ich Majo mit Pommes
Zum Burger brauch ich literweise Ketchup
Mach Workout-Pause wie ein kleiner Fettsack
Nach der Pizza wird 'ne Pizza bestellt
Ich fühl mich wie der faulste Wichser der Welt
Hägen-Dazs und Hot Wings, Käseplatten, Softdrinks
Ich kauf alles was ein Kiffer gefällt
Weil ich schwerfällig wie mit Gipsfüßen lauf
Reiß ich heute höchstens ein Paar Chipstüten auf

Es ist Cheatday, heut ist alles erlaubt
Cheatday, ich lass mich fallen auf die Couch
Cheatday, ich hab die ganze Woche trainiert
Heute nehm ich alles doppelt frittiert
Keine Diät, keine Kalorien zähl'n
Ich glaub ich werd' schon wieder fit bis zum Releaseday
Keine Beefsteaks heute gibt es Cheesecake
Es ist Cheatday

Statt den Magerquark nachdem ich die Crunches mach
Gibs Oreo White und danach die Crunchy Nuts
Heute hab ichs irgendwie mit den Bandscheiben
Ich lass mich vom Dr. Pepper krank schreiben
So ein Pech aber heute fällt das Training aus
Bestell ein Big Mac und auch noch Bacon drauf
Statt dem Putensteak nach dem Bankdrücken
Gibt es Ben & Jerrys satt nach dem Lammrücken
Heute scheiß ich mal auf Hanteln stemm'n, yeah
Ich will mir die Lasagne gönnen
Normalerweise ess ich sonst ein Apfel
Heut lad ich mich selber ein zu Wonder Waffle
Oh mein Gott, Cola Schock, was tue ich mein'm Körper an?
Wenn ich vom Hühnershop rüberschau ins Bürgeramt
Ich schieße Pics und schiebe miesen Fress-Flash
Sonntag ist mein Lieblings-Hashtag

Es ist Cheatday, heut ist alles erlaubt
Cheatday, ich lass mich fallen auf die Couch
Cheatday, ich hab die ganze Woche trainiert
Heute nehm ich alles doppelt frittiert
Keine Diät, keine Kalorien zähl'n
Ich glaub ich werd' schon wieder fit bis zum Releaseday
Keine Beefsteaks heute gibt es Cheesecake
Es ist Cheatday

Ah, die Schlampen sind in meine Muskeln verliebt
Ich hab mir Cookies & Cream und den Pudding verdient

Vom Schulterblatt zu den Achillessehnen
Bin ich fit, pass den Blunt und die Vanillecreme, yeah
Ich achte nicht auf Preise oder Fettgehalt
Ich bin noch jung und kassiere fett Gehalt
Schau mir zu wie ich die Pringles poppe
Die hab'n heut Vorzug, vor jedem heißen Fitnessmodell
Es wird sich keinen Zentimeter bewegt
Nur die Fernbedienung ist mein Trainingsgerät
Ich muss runterkomm'n, von dem Stress hier am Block
Den Geschäfte mit Ott sind meine Realität
Fitness hat mich vor dem Abgrund bewahrt
Meine Psyche gestärkt als ich ganz unten lag
Die Seele ist die Summe von Körper und Geist
Und heute schreit sie wieder mal nach Burger und Fries

Es ist Cheatday, heut ist alles erlaubt
Cheatday, ich lass mich fallen auf die Couch
Cheatday, ich hab die ganze Woche trainiert
Heute nehm ich alles doppelt frittiert
Keine Diät, keine Kalorien zähl'n
Ich glaub ich werd' schon wieder fit bis zum Releaseday
Keine Beefsteaks heute gibt es Cheesecake
Es ist Cheatday