



Balança o corpo sinha

*Balança o corpo sinhá
Balança o corpo sinhô
Poe mandinga no jogo iaíá
Põe mandinga no jogo ioiô*

Berimbau tá tocando benguela
tá chamando você pra jogar
tá tocando com fundamento
Faz o jogo se incorporar

coro

Na vida se levar rasteira
mais tem que saber levantar
capoeira que é bamba não cai
ele cai ele volta a jogar

coro

A roda tem que ter dendê
energia não pode faltar
o meu corpo vive da energia
que me aquece e me faz respirar

coro