

Kjære alle sammen velkommen til fest
Medlemmer, utøvere dere er hedersgjest
I dag skal vi hylle vårt idrettslag
Og vi skal feire 70-år i dag
Det starta under krigen, i 1943
Idrettsglad ungdom på Herøy fikk en ide
Øya trengte noe positivt i ei vanskelig tid
Og de tenkte vi starta opp et idrettslag vi
Som sagt så gjort, mange i sving
De ordna og fiksa en heil masse ting
Fotball var selvfølgelig populært da som nå
I timesvis kunne de holde på
På sletter, i utmark ja til og med i fjæra
De sparka med det meste, prøvde til og med griseblæra
Det var ikke som nå med et anlegg så flott
Men de trente og sparka og gjorde det godt.
Idretten fikk grobunn og talenta voks frem.
Heder og premier ble hentet hjem.
I dag er fotballen viktig for veldig mange
Og reiser rundt på kamper kan bli lange
Men interessa er stor, og mange til stede
Det er fantastisk å se slik idrettsglede
I samarbeid med Dønna kan vi gi et tilbud til all
Herøy/Dønna , junior og a-lagsfotball
Gode spillere har markert seg, spilt bra.
Gode ambassadører for idretten vil vi ha.
Friidretten var i en periode veldig stor
Og talentfulle herøyfjerdinger land og strand for
Vi er glade for at gruppa igjen er starta opp
Rundt stadion vi ser de springe i samla tropp
Og allerede er de begynt å høste ære
Her er mange som av dere har mye å lære.
I bordtennis vi også har gjort det bra.
Ildsjeler er kjempe bra å ha
Turneringer i inn-og utland går det gjetord om
Mange overnattinger rundt om på klasserom
I dag er bordtennisgruppa aktiv igjen
Nye talenter vokser frem
En spennende idrett vi setter stor pris på
Og vi tror at mange veldig langt kan nå.
Så vart badmintongruppa starta opp

Harde treningsøkter uten stopp
Smashing og serving og lure slag
Samhold og vennskap med andre lag
Denne gruppa kan vise til
Utøvere som har deltatt i landslagsspill
Motocross med bane på salto var gøy
Spenningskurva var rimelig høy
Runde på runde med spektakulære hopp
Her snakker vi om beherskelse av kropp
Denne gruppa ønsker vi igjen få i gang
For bensinlukt og diesel blanda med tang
Gir bredde som for laget er veldig bra
Og det er noe vi selvfølgelig vil ha
Ei stund hadde vi handball med ivrige jenter
Også her så vi at vi kunne finne talenter
Selv om gruppa bare eksisterte noen år
En plass i historia vår den får
Og barnetrim med latter og glede
Unger og foreldre hjertelig til stede
Litt kaos, snapp hale og springing rundt
Å møtes i hallen er artig og sunt
Mye moro med idrett for store og små
Og så kan en faktisk god helse få
I en sådan stund burde mange vært nemnt
Men faren er da at noen blir glemt
Så derfor vil jeg få takke alle di
Som bruker vanvittig mye tid
Som trenere, på dugnad og lagledere i bil
I løpet av noen år blir det kjørt noen mil
Det er fordi dugnadsånden er så stor at vi får til det meste
Og kvaliteten på det vi gjør er den beste
Og dere som har bidratt i de 70-år som er gått
Dere skulle alle sammen her framme stått
Og tatt i mot applaus og 3x3 hurra
For den jobben dere har gjort er så inderlig bra
Til neste jubileum skal vi prøve å få til
Ei skrytebok med historikk om vår kjære HIL
Nå er festen i gang, tusen ganger gratulerer
For Herøy idrettslag vi i kveld jubilerer