

Ein cretz stich

Machen ein ander stich im

versetz den stich mit dem Cretz also das der linckh daumen vnn den sey indes be-
halt sein rechte hand im deiner linckhen vnn stos sein rechte hand al-
so starck ober sich von vnden auß indes lauff im durch mit dem haupt auß
sein rechten Arm vnn tritt mit dem rechten fuos zwische sein beide bain
vnn mit der rechten hand hinten vnder sein rechte knie vng vnn stas
In auß dein rechte huff vnn wend dich auß dein rechte seite so wirff stü in
wiltu in aber seer werffen solas dein linckhen hand von seiner sechten
im dem umbkern. Wenn du in wirffst so felt er.

Druch

Machen ein vruch

auf das der dir also
lauffet so greiff bald vnn den durch vor eur beider vrust ehe das er durch kumpt
mit der linckhen hand damit begreiff dein rechte vnn setz dich kurz nider
auf den arß vnn druck also starck nider so wirff stü in ober hals vnd ober kopff