

Also vrich das

W

stem wer dir das thut

Inndir
mit der linncken hand nach den füngern greiff vnd will
dir mit der rechten das gewicht nemmen bey dem Ellenpogen
dann so far mit dem rechten hand vnder seinen linncken
en Arm in die wust vnd spring mit dem rechten fuoß
für vnd wirff in also

So er dir das ge
wicht will nemmen

W

stem ainm Poserer vrich

an
er dir mit der linncken hand dem linncken begriffen hat vnd will
dir mit der rechten das gewicht nemmen bey dem linncken El
pogen so fern dich wider vnd far in mit dem linncken Ellenpo
gen in die wust vnd spring mit dem linncken fuoß hinter
sein rechten vnd begreiff in sein rechten fuoß mit dem rechten
ten hand in der Kniepuge vnd ruck dann zu dir vnd mit
der linncken hand stoss in oben von dir so felle **See**