

Aber am Lingen

Stem schlag auß mit
vnd fall in mit beiden henden in die Kniepugen vnd zuck zu
dir vnd stoß in mit dem kaupt vorn oben in die prust vnd wirff
in zu ruck

Ain pruch

Stem faß in oben
in dem hals vnder
der vchsen vnd leg dich fast oben auf in vnd tritt wol zu ruck mit
den füessen das er dir kaimen begreiffen mag so truckst in zu der
erden