

Der Vtestu mit dem rechten fuß vor Hmde harwest von der Lingcken seit/
ten volgstu dann mit dem Lingcken fuß mit nach so ist der harw aber falsch dar/
umb so merckh wamm du harwest von der rechten seiten das du alweg mit dem rech/
ten fuß dem harw nachfolgest Desselben gleichen thuo auch wamm du harwest von
der Lingcken seiten so gibt sy dein Leib mit ihm die rechte wag Und also werden die
harw Lamm vnd recht geharwen

Ver nach geet hanwen Der darf sich kümst wenig framwen

Das sijst Wann du mit dem zusechten zum Mann kämpft so soltū mit still steen
mit deinem Schwert vnd seinem han nachwarten bis er dir zuhanet wiss das alle
Fechter die da sechen auf ans am den han vnd wollen nichts anders thun dann
versehen die durf sich kümst gar wenig freuen Wann sy wedensc̄t dabei geschlagen

Han nach ent was du willt
Kam wechsel kämpft ann deinen schilt
Zu Kopff zu Leyb
dieschleg mi vermied
Nicht gam hem leybe
Sicht was du starkh gerest trenbe