

**D**urchlaufen laß hängen  
mit dem knopf wiltu rängen  
wer gögen dir sterckh  
durchlauf damit merckh

**D**ie Lungen im Lungen Schwert



**S**tem die durchlaufen vnd die Lungen geboren zreiben  
gögen den Naisten die geren einlaufen vnd die treib also wann er dir versein vnd  
fert hoch auf mit den Armen vnd laufet dir ein vnd will dich oben mit stercke  
vbertängen so far auch auf mit den Armen vnd halde dein schwert mit der  
Lungen hant bey dem Knopf ober dein hant vnd laß die Klinge ober  
dein ruckh hant hängen vnd lauf mit dem hant durch die Arm gegen seiner  
seiten vnd spring mit dem rechten fuoß hinder sein rechten vnd mit dem  
spring far im mit dem rechten Arm gögen seiner Lungen seiten wol vnd dein  
Leib vnd fuß im also auf dem rechte hüfft vnd wief in für dich nider auf  
Seinen kopf