

Lasst wie du die Ober schmidt solt wechslen aus den Un-
tern das merck also wann er dir einlauset zu deinner Lücken seiten mit
ausgerichten Armen so verwennd dein schwert mit der lannigen schneide in vnder
sein gehülz ihm sein Arm vnde trück fast vbersich vnde schreit darmit auf sein
rechte seiten vnde wennde den knopf mit vnden durch vnde kom mit dem schwert
mit von seinen Armen vnde roend das schwert aus dem vndenschnidt ihm
den Ober über sein Arm mit der lannigen schneid

Viem Laufft er dir ein zu deinner rechten seiten mit ausgerichten Armen
so wennd ihm dem schwert mit der lannigen schneiden vnde sein gehülz ihm sein
Arm vnde trück fast vbersich vnde schreit auf sein Lücken seiten vnde lass den
knopf mit vnden durchgeen vnde wennde das schwert mit der lannigen schnei-
dit über sein Arm ihm den schneide vnde trück von dir

Son den hemingen

In wahr hemingen werden
Dauß auß inner hand von der erden