

**H**ogem zwifach  
 dein arbeit damit mach  
 Von beiden seitten  
 Zwischen lern schreiten

**S**tem heb dein du seggen

Um deiner  
 lincken seitten oberhalb des knie das der Ort gegen anam stee so Er dann  
 vom seinner rechten seitten auß dich an dein lincke bindet so bieg mit dein  
 nem du seggen für deinnen leib an die lincke seitten das ort ain wenig ge  
 senckt der darom vonden die kurtz schneid gegen dir. In des so sein du seggen auß  
 den deinnen gliht so schreit du seinner lincken seitten wol auß dem harn mit  
 ain zwifachen teit vnd harffm durch seinner lincken hand.