Ein vnders Feyssen gögen annem gewaltstoss

Item schuckh dich also stann mit deinem lincken fuoss vor vnnd vallt dein hellenparten wol bey deinem lincken schenckel das plat gögen dem azan stat er dann also gögen dir Jnn dem gewalt stoss seinen lincken fuoss furgesetzt vnnd begert auf dich zu stossen so gee mit deiner hellenparten Jm vornen vmb seinen schenckel vnnd wend dich damit von deiner lincken auf dein rechten seiten so reisstu Jn das dir sein stoss kainen schaden bringen kan vnd magstu Jn auch werffen hat er dich also gefast vnnd begert dich zu werffen so lass dein hellenparten bebend von seinem hals vnnd setz Jm Jndes mit dem plat auf sein hellenparten vnnd truckh starckh vnnder sich so bistu des würffs ledig Jn dem far Jm an seiner hellenparten bebend auf zu seinem gesicht versetzt er dir das so wechsel Jm durch von seiner lincken auf dein rechte seiten vnnd stoss Jm nach seinem hals versetzt er dir das furbas so trit mit deinem rechten fuoss hinnein vnnd wind Jm deinen hindern ort zu seinem gesicht Arbait er dir also zu so setz deinen lincken fuoss zu ruckh vnd nimb Jm seinen vordern ort mit deinem vindern hinweckh Jndes trit mit deinem lincken fuoss hinnein vnd wind Jm deinen vordern ort zu seinem gesicht zeuch dich damit Jnn dem wechsel zu ruckh