

Ein verkerer gogen ain nem vnderhaw

18



Item schick dich also

In den verkerer verwend dich auf deinen rechten fuoß auf dein lincke seiten herum In dem oberhaw das dein lincker fuoß gogen dem azan gewendet sey In dem hawß In auß dem oberhaw zu seinem haupt hawt Er dir also oben zu vmd du nit deinem lincken fuoß vorsteest deinen hindern orth vornen auf der Erden gogen dem azan so far auß mit dem selbigen ort vmd nimb In damit den hawß hinweck In dem tritt mit deinem rechten schenckel hinein vmd hawß In auß dem vnderhaw von vnden nach seinem lincken Arm verlegt er dir das so gee mit deinem hindern ort auf dein rechten seiten In des tritt mit deinem rechten schenckel zu ruck vmd wechsel In deinen vordern orth von seiner lincken auf sein rechten seiten zu seinem gesicht wechselt er dir also zu deinem gesicht so verlegt In das vornen an deiner hellenparten In dem wind In durch an seiner hellenparten von einer seiten zu der andern vnd such In die nechste plosß legt er dir das ab so tritt mit deinem rechten schenckel hinein vnd nimb In sein hellenparten mit deinem hindern Dert hinweck stöß In dann nach seinem gesicht oder der prüst In des tritt In dem wechsel dritfach zu ruck