

开始	跪趴 皮板 20	站姿抱头 藤条 20	扶墙踮脚 白蜡棍 10	平趴 紫光檀板子 10	站姿抱膝 榉木板子 20	扶墙踮脚 黑树脂棍 10	扶墙踮脚 三趾皮板 20	扶墙踮脚 皮条 20	趴床角 白树脂棍 10
									平趴 红树脂棍 10
扶墙踮脚 白树脂棍 10	趴床边 散鞭鞭背 30	趴床角 黑树脂棍 10	后退四步	跪趴 藤条 20	扶墙踮脚 散鞭鞭背 30	扶墙踮脚 皮条 20	平趴 榉木棍 20	平趴 鸡翅木板 20	轮空十分钟 下回合惩罚 翻倍
平趴 榉木棍 20									
站姿抱膝 皮板 20	前进两步 并翻倍	站姿抱头 鸡翅木板 20	扶墙踮脚 白蜡棍 10	站姿抱膝红 树脂棍 10	趴床边 散鞭鞭背 20	后退三步	趴床边 紫光檀板子 10	轮空十分钟 下回合惩罚 翻倍	扶墙踮脚 皮条 20
									扶墙踮脚 白树脂棍 10
跪趴 皮板 20	扶墙踮脚 散鞭鞭背 30	趴床边 鸡翅木板 20	轮空十分钟 下回合惩罚 减半	扶墙踮脚 三趾皮板 20	平趴 散鞭鞭背 30	跪趴 藤条 20	扶墙踮脚 白蜡棍 10	扶墙踮脚 榉木棍 20	站姿抱膝 黑树脂棍 10
站姿抱膝 红树脂棍 20									
平趴 白树脂棍 20	扶墙踮脚 白蜡棍 20	趴床角 榉木棍 20	扶墙踮脚 鸡翅木板 20	后退三步并 翻倍	站姿抱头 藤条 20	扶墙踮脚 紫光檀板子 10	后退四步并 翻倍	终点 如点数超出则翻倍执行后 退相应点数的格子	