

The Pitchfork

Push 9 9! 8 9! 8 9!
 Pull 10 8 8 8! 8 8 8 8 9! 6 6 6 8! 6 6 6 9! 6 6 6 8! 6 9! 6 8! 8

Push 9! 8 9! 8 9!
 Pull 8 8 8! 8 8 8 8 9! 6 6 6 8! 6 6 6 9! 6 6 6 8 9 9! 8 9 10

Push 9 9 9 9 9 9! 8 9! 8 9!
 Pull 11 8 11 10 8 8 9! 8! 7 8! 6 8! 9! 8! 8 9! 8! 8 10

Push 9 9 9 9 9 9! 8 9! 8 9!
 Pull 11 8 11 10 8 8 9! 8! 7 8! 6 8! 9! 8! 8 9! 8! 8