



Bulen und Vogt,
Handbuch für Dorfturner
II. Theil.



A. FICHLER'S WITWE & SOHN, WIEN.

V7 179139
xx 002172434

Handbuch für Porturner.

II. Theil.

Uebungsfolgen aus dem Gebiete der Ordnungs-,
Frei-, Hantel-, Keulen- und Stabübungen

in Turnvereinen u. in den oberen Classen der Mittelschulen.

In vier aufsteigenden Stufen

bearbeitet von

Wilhelm Buley und **Karl Vogt.**

IV. Stufe.

Mit 68 Figuren.

Wien 1892.

Verlag von A. Pichler's Witwe & Sohn,
Buchhandlung für pädagogische Literatur und Lehrmittel-Anstalt.

V. Margaretenplatz 2.

38930

I. Abschnitt.

Übungsfolgen der vierten Stufe.

I.

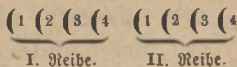
Ordnungs- und Freiübungen.

Inhalt: Gehen im Viereck widergleich im Wechsel mit Freiübungen.

Zur Ausführung sind mindestens 2 Flanken-Viererreihen in Linienaufstellung (Fig. 1) erforderlich.

Vorbereitung: Antreten —
marsch! Vorwärtsgehen bis in
die Mitte des Turnraumes —
marsch! Rechts richtet — euch!
Achtung! Abzählen zu Vierer-
reihen — zählt! Rechts — um! Eintheilung der Linie zum
Reihenkörpergefüge, so dass je eine erste und eine zweite Reihe
einen Reihenkörper bilden.

Fig. 1.



Werden mehrere Linien nebeneinander gestellt, so hat der Abstand von Linie zur Linie 8 Schritte zu betragen.

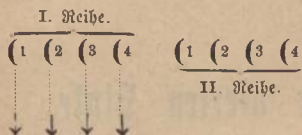
Anmerkung. Die Ausführung der Freiübungen hat hier in 16 Reiten in der Weise zu erfolgen; dass auf die ungeraden Zahlen die Thätigkeit, und auf die geraden die Pause fällt. Es ist demnach zu befehlen: Nebst 1, 2, 3, 4, 5, 6, 7, 8, 9, 10, 11, 12, 13, 14, 15, 16.

I. Theil.

Die erste Reihe übt:

a) 1. Eine $\frac{1}{4}$ Drehung links der Einzelnen mit 4 Tritten an Ort; 2. vier gewöhnliche Schritte vorwärts; 3. wie bei 1; 4. wie bei 2 (Fig. 2).

Fig. 2.



Die erste Reihe übt:

b) Die Uebungen der zweiten Reihe unter a).

Die erste Reihe übt:

c) 1. Eine $\frac{1}{4}$ Drehung links der Einzelnen mit 4 Tritten an Ort; 2. vier gewöhnliche Schritte vorwärts; 3. wie bei 1; 4. wie bei 2.

Die zweite Reihe übt gleichzeitig:

a) 1. Beugen der Arme zum Seitstoßen und Ausfall links seitwärts; 2. Seitstoßen der Arme und Kniebeugwechsel; 3. Beugen der Arme und wieder Kniebeugwechsel; 4. Strecken der Arme in den Abhang und Stand; 5—8. Uebung 1—4 widergleich. 16 Zeiten.

Die zweite Reihe übt gleichzeitig:

b) 1. Vier gewöhnliche Schritte vorwärts; 2. eine $\frac{1}{4}$ Drehung rechts der Einzelnen mit 4 Tritten an Ort; 3. wie bei 1; 4. wie bei 2. 16 Zeiten.

Die zweite Reihe übt gleichzeitig:

c) 1. Seitheben der Arme und Seitschrittstellung links; 2. Kreuzen der Arme rücklings und Auslagestellung links hinter dem Standbeine; 3. Seitstrecken der Arme und Seitschrittstellung links; 4. Senken der Arme in den Abhang und Stand; 5. bis 8. Uebung 1—4 widergleich. 16 Zeiten.

Die erste Reihe übt:

d) Die Uebungen der zweiten Reihe unter c).

Die zweite Reihe übt gleichzeitig:

d) 1. Vier gewöhnliche Schritte vorwärts; 2. eine $\frac{1}{4}$ Drehung rechts der Einzelnen mit vier Tritten an Ort; 3. wie bei 1; 4. wie bei 2 — übt!

16 Zeiten

Zusammen 64 Zeiten

II. Theil.

Die erste Reihe übt:

a) 1. Eine $\frac{1}{4}$ Drehung rechts der Einzelnen mit 4 Tritten an Ort; 2. vier Schritte vorwärts; 3. wie bei 1; 4. wie bei 2.

Die zweite Reihe übt gleichzeitig:

a) 1. Eine $\frac{1}{4}$ Drehung links auf der rechten Fußspitze und Kniebeugen bis zur tiefen Hockstellung in Verbindung mit Beugen der Arme zum Vorstoßen; 2. Vorstoßen der Arme, Kniestrecken und Kreuzschrittstellung links vor dem Standbeine; 3. Beugen der Arme zum Vorstoßen, Stand und Kniebeugen bis zur tiefen Hockstellung; 4. Strecken der Arme in den Abhang und eine $\frac{1}{4}$ Drehung rechts auf der rechten Fußspitze in den Stand; 5. bis 8. Uebung 1—4 widergleich.

16 Zeiten

Die erste Reihe übt:

b) Die Uebungen der zweiten Reihe unter a) im II. Theile.

Die zweite Reihe übt gleichzeitig:

b) 1. Vier Schritte vorwärts; 2. eine $\frac{1}{4}$ Drehung links der Einzelnen mit 4 Tritten an Ort; 3. wie bei 1; 4. wie bei 2.

16 Zeiten

Die erste Reihe übt:

c) 1. Eine $\frac{1}{4}$ Drehung rechts der Einzelnen mit 4 Tritten an Ort; 2. vier Schritte vorwärts; 3. wie bei 1; 4. wie bei 2.

Die erste Reihe übt:

d) Die Uebungen der zweiten Reihe unter c) im II. Theile.

Die zweite Reihe übt gleichzeitig:

c) 1. Beugen der Arme zum Hochstoßen und Kreuzschrittstellung links vor dem Standbeine; 2. Hochstoßen der Arme und Heben in den Behenstand; 3. Beugen der Arme zum Hochstoßen und Senken in den Sohlenstand; 4. Strecken der Arme in den Abhang und Stand; 5. bis 8. Uebung 1—4 widergleich.

16 Zeiten

Die zweite Reihe übt gleichzeitig:

d) 1. Vier Schritte vorwärts; 2. eine $\frac{1}{4}$ Drehung links mit 4 Tritten an Ort; 3. wie bei 1; 4. wie bei 2 — übt! 16 Zeiten

Zusammen 64 Zeiten

II.

Ordnungs- und Sattelübungen.

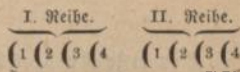
Inhalt: Reihungen, Drehungen, Gehen an und von Ort im Wechsel mit Sattelübungen.

Zur Ausführung der nachstehenden Uebungen ist mindestens eine Linie von zwei Flankenviererreihen erforderlich (Fig. 3).

Vorbereitung: Antreten — marsch! Sattel holen — marsch! Vorwärtsgehen bis zur Mitte

des Turnraumes — marsch! Rechts richtet — euch! Achtung! Abzählen zu Viererreihen — zählt! Rechts — um! Eintheilung der Linie zum Reihenkörpergefüge, so dass je eine erste und zweite Reihe einen Reihenkörper bilden.

Fig. 3.



Flankenlinie.

I. Theil.

Die erste Reihe übt:

a) Die Einzelnen gehen 8 Tritte an Ort.

Fig. 4.

(1 (2 (3 (4)

(1 (2 (3 (4 ←

b) Die Einzelnen machen mit 4 Tritten an Ort eine $\frac{1}{4}$ Drehung rechts (Fig. 5).

c) 1. Vorhochheben der Arme und Ausfall links vorwärts; *)
2. Vorbeugen des Rumpfes und Tiefsetzen der Arme;
3. Rumpfstrecken und Hochheben der Arme;

4. Senken der Arme und Stand;
5.—8. Übung 1—4 widergleich.

d) Alle gehen 4 Schritte vorwärts.

e) Jeder Einzelne macht mit 4 Tritten an Ort eine $\frac{1}{2}$ Drehung links.

f) Wie bei d).

g) Die Einzelnen machen mit 4 Tritten an Ort eine $\frac{1}{4}$ Drehung links.

h) Die Einzelnen gehen 8 Tritte an Ort.

i) Alle gehen 4 Tritte an Ort

Die zweite Reihe übt gleichzeitig:

a) Die zweite Reihe reißt sich mit 8 (kurzen) Schritten links neben die erste Reihe (Fig. 4). 8 Zeiten

b) Die Einzelnen machen mit 4 Tritten an Ort eine $\frac{1}{4}$ Drehung links (Fig. 5). 4 Zeiten

c) 1. Beugen der Arme zum Hochstoßen und Kniebeugen bis zur tiefen Hochstellung;
2. Hochstoßen der Arme und Ausfall links vorwärts; 3. wie bei 1; 4. Strecken der Arme in den Ab-

hang und Stand; 5.—8. Übung 1—4 widergleich. 32 Zeiten

d) Alle gehen 4 Schritte vorwärts. 4 Zeiten

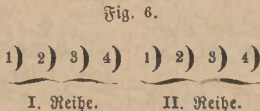
e) Jeder Einzelne macht mit 4 Tritten an Ort eine $\frac{1}{2}$ Drehung links. 4 Zeiten

f) Wie bei d). 4 Zeiten

g) Die Einzelnen machen mit 4 Tritten an Ort eine $\frac{1}{4}$ Drehung rechts. 4 St.

h) Die zweite Reihe reißt sich mit 8 Schritten vor die erste Reihe (Fig. 6). 8 Zeiten

i) Alle gehen 4 Tritte an Ort



Zusammen 72 Zeiten

*) Diese Übungen werden am besten im $\frac{1}{4}$ Takte in der Weise dargestellt, daß auf das erste Viertel die Thätigkeit, und auf die letzten drei Viertel die Ruhepause fällt.

II. Theil.

a) Die erste Reihe reißt sich mit 8 Schritten links neben die zweite Reihe.	a) Die Einzelnen der zweiten Reihe gehen 8 Tritte an Ort.	8 Zeiten
b) Die Einzelnen machen mit 4 Tritten an Ort eine $\frac{1}{4}$ Drehung links.	b) Die Einzelnen machen mit 4 Tritten an Ort eine $\frac{1}{4}$ Drehung rechts.	4 Zeiten
c) Uebung c) der zweiten Reihe im I. Theile.	c) Uebung c) der ersten Reihe im I. Theile.	32 Zeiten
d) Alle gehen 4 Schritte vorwärts.		4 Zeiten
e) Jeder Einzelne macht mit 4 Tritten an Ort eine $\frac{1}{2}$ Drehung links.		4 Zeiten
f) Wie bei d).		4 Zeiten
g) Die Einzelnen der ersten Reihe machen mit 4 Tritten an Ort eine $\frac{1}{4}$ Drehung rechts.	g) Die Einzelnen der zweiten Reihe machen mit 4 Tritten an Ort eine $\frac{1}{4}$ Drehung links.	4 Zeiten
h) Die erste Reihe reißt sich mit 8 Schritten vor die zweite Reihe.	h) Die Einzelnen der zweiten Reihe gehen 8 Tritte an Ort.	8 Zeiten
i) Alle gehen 4 Tritte an Ort.		4 Zeiten
		<hr/> Zusammen 72 Zeiten

III. Theil.

a) Die Einzelnen der ersten Reihe gehen 8 Tritte an Ort.	a) Die zweite Reihe reißt sich mit 8 Schritten rechts neben die erste Reihe.	8 Zeiten
b) Die Einzelnen machen mit 4 Tritten an Ort eine $\frac{1}{4}$ Drehung links.	b) Die Einzelnen machen mit 4 Tritten an Ort eine $\frac{1}{4}$ Drehung rechts.	4 Zeiten
c) Alle gehen 4 Schritte vorwärts.		4 Zeiten
d) Jeder Einzelne macht mit 4 Tritten an Ort eine $\frac{1}{2}$ Drehung links.		4 Zeiten
e) 1. Hochheben der Arme und Rücktritt links; 2. Beugen der Arme zum Hochstoßen und	e) 1. Rückschwingen der Arme und Ausfall links vorwärts; 2. Vorschwingen der Arme und	

Kniebeugen bis zum Aufknien links (Fig. 7 a); 3. Hochstoßen der Arme und Kniestrecken;

Kreuzschrittstellung links vor dem Standbeine (Fig. 7 b); 3. Beugen der Arme zum Speichhieb u. Aus-

Fig. 7.



Beugen der Arme zum Hochstoßen und Kniebeugen bis zum Aufknien links.



Vorbehalte der Arme und Kreuzschrittstellung links vor dem Standbeine.

4. Senken der Arme in den Abhang und Stand; 5. bis 8. Übung 1 bis 4 widergleich.

f) Alle gehen 4 Schritte vorwärts

g) Die Einzelnen der ersten Reihe machen mit 4 Tritten an Ort eine $\frac{1}{4}$ Drehung rechts.

h) Die Einzelnen gehen 8 Tritte an Ort.

i) Alle gehen 4 Tritte an Ort

fall links rückwärts; 4. Speichhieb mit Senken d. Arme in den Abhang und Stand; 5.—8. Übung 1 bis 4 widergleich.

32 Zeiten

4 Zeiten

g) Die Einzelnen der zweiten Reihe machen mit 4 Tritten an Ort eine $\frac{1}{4}$ Drehung links. 4 Zeiten

h) Die zweite Reihe reiht sich mit 8 Schritten vor die erste Reihe. 8 Zeiten

4 Zeiten

Zusammen 72 Zeiten

IV. Theil.

a) Die erste Reihe reißt sich mit 8 Schritten rechts neben die zweite Reihe.	a) Die Einzelnen der zweiten Reihe gehen 8 Tritte an Ort.	8 Zeiten
b) Die Einzelnen machen mit 4 Tritten an Ort eine $\frac{1}{4}$ Drehung rechts.	b) Die Einzelnen machen mit 4 Tritten an Ort eine $\frac{1}{4}$ Drehung links.	4 Zeiten
c) Alle gehen 4 Schritte vorwärts		4 Zeiten
d) Jeder Einzelne macht mit 4 Tritten an Ort eine $\frac{1}{2}$ Drehung links.		4 Zeiten
e) Uebung e) der zweiten Reihe im III. Theile.	e) Uebung e) der ersten Reihe im III. Theile.	32 Zeiten
f) Alle gehen 4 Schritte vorwärts		4 Zeiten
g) Die Einzelnen der ersten Reihe machen mit 4 Tritten an Ort eine $\frac{1}{4}$ Drehung links.	g) Die Einzelnen der zweiten Reihe machen mit 4 Tritten an Ort eine $\frac{1}{4}$ Drehung rechts.	4 Zeiten
h) Die erste Reihe reißt sich mit 8 Schritten vor die zweite Reihe.	h) Die Einzelnen gehen 8 Tritte an Ort.	8 Zeiten
i) Alle gehen 4 Tritte an Ort		4 Zeiten
		Zusammen 72 Zeiten

III.

Ordnungs- und Freiübungen.

Inhalt: Reihungen mit Kreisen, Gehen an und von Ort im Wechsel mit Freiübungen.

Zur Ausführung der nachstehenden Uebungen ist mindestens ein Stirnpaar erforderlich (Fig. 8).

Vorbereitung: Antreten — marsch! Abzählen zu Paaren — zählt! Rechts — um! Nebenreihen links neben den Ersten — marsch! Eintheilung der Säule zum Reihenkörpergefüge, so daß je 6—8 Paare einen Reihenkörper bilden. Jeder Reihenkörper eine $\frac{1}{4}$ Windung links — marsch!

Fig. 8.

1 2

I. Theil.

Die Ersten üben:

a) Die Ersten gehen 4 Tritte an Ort.

b) Alle gehen 4 Tritte an Ort

c) Die Ersten reihen sich mit rechts Kreisen rechts neben die Zweiten.

d) Alle gehen 4 Tritte an Ort

e) Die Ersten machen mit 4 Tritten an Ort eine $\frac{1}{4}$ Drehung rechts.

f) Alle gehen 4 Schritte vorwärts (Fig. 10).

g) Alle gehen 4 Tritte an Ort.

h) 1. Rückschwingen der Arme und Auslagestellung links rückwärts*); 2. Vorhochschwingen der Arme und Ausfall links vorwärts; 3. wie bei 1; 4. Senken der Arme in den Abhang und Stand; 5.—8. Übung 1 bis 4 widergleich.

i) Jeder Einzelne macht mit 4 Tritten an Ort eine $\frac{1}{2}$ Drehung links.

k) Alle gehen 4 Schritte vorwärts

l) Die Ersten machen mit 4 Tritten an Ort eine $\frac{1}{4}$ Drehung rechts.

Die Zweiten üben gleichzeitig:

a) Die zweiten reihen sich mit rechts Kreisen rechts neben die Ersten (Fig. 9). 4 Zeiten

c) Die Zweiten gehen 4 Tritte an Ort. 4 Zeiten

4 Zeiten

e) Die Zweiten machen mit 4 Tritten an Ort eine $\frac{1}{4}$ Drehung links. 4 Zeiten

4 Zeiten

4 Zeiten

h) 1. Beugen des linken Armes über den Kopf und des rechten rücklings u. Ausfall links vorwärts; 2. Beugen der Arme zum Vorstoßen und Auslagestellung links rückwärts; 3. wie bei 1; 4. Strecken der Arme in den Abhang und Stand; 5.—8. Übung

1—4 widergleich. 32 Zeiten

4 Zeiten

4 Zeiten

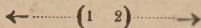
l) Die Zweiten machen mit 4 Tritten an Ort eine $\frac{1}{4}$ Drehung links. 4 Zeiten

Zusammen 72 Zeiten

Fig. 9.



Fig. 10.



*) Betreffend der Ausführung der Übung siehe Fußnote Seite 5.

II. Theil.

a) Die Ersten reihen sich mit links Kreisen links neben die Zweiten (Fig. 11).



a) Die Zweiten gehen 4 Tritte an Ort. 4 Zeiten

b) Alle gehen 4 Tritte an Ort. 4 Zeiten

c) Die Ersten gehen 4 Tritte an Ort.

c) Die Zweiten reihen sich mit links Kreisen links neben die Ersten. 4 Zeiten

d) Alle gehen 4 Tritte an Ort. 4 Zeiten

e) Die Ersten machen mit 4 Tritten an Ort eine $\frac{1}{4}$ Drehung rechts.

e) Die Zweiten machen mit 4 Tritten an Ort eine $\frac{1}{4}$ Drehung links. 4 Zeiten

f) Alle gehen 4 Schritte vorwärts. 4 Zeiten

g) Alle gehen 4 Tritte an Ort. 4 Zeiten

h) Übung h) der Zweiten im I. Theile.

h) Übung h) der Ersten im I. Theile. 32 Zeiten

i) Jeder Einzelne macht mit 4 Tritten an Ort eine $\frac{1}{2}$ Drehung links. 4 Zeiten

k) Alle gehen 4 Schritte vorwärts 4 Zeiten

l) Die Ersten machen mit 4 Tritten an Ort eine $\frac{1}{4}$ Drehung rechts.

l) Die Zweiten machen mit 4 Tritten an Ort eine $\frac{1}{4}$ Drehung links. 4 Zeiten

Zusammen 72 Zeiten

III. Theil.

a) Die Ersten gehen 4 Tritte an Ort.



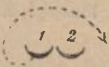
a) Die Zweiten reihen sich mit links Kreisen rechts neben die Ersten (Fig. 12). 4 Zeiten

b) Alle gehen 4 Tritte an Ort.

4 Zeiten

c) Die Ersten reihen sich mit links Kreisen rechts neben die Zweiten.	c) Die Zweiten gehen 4 Tritte an Ort.	4 Zeiten
d) Alle gehen 4 Tritte an Ort.		4 Zeiten
e) Die Ersten machen mit 4 Tritten an Ort eine $\frac{1}{4}$ Drehung rechts.	e) Die Zweiten machen mit 4 Tritten an Ort eine $\frac{1}{4}$ Drehung links.	4 Zeiten
f) Alle gehen 4 Schritte vorwärts.		4 Zeiten
g) Alle gehen 4 Tritte an Ort.		4 Zeiten
h) 1. Vorhochheben der Arme und Rücktritt links; 2. Beugen der Arme zur Kreuzhalte der Unterarme in Schulterhöhe und Kniebeugen bis zum Aufknien links; 3. Hochstrecken der Arme und Kniestrecken; 4. Senken der Arme in den Abhang und Stand; 5.—8. Übung 1—4 widergleich.	h) 1. Beugen der Arme zum Hochstoßen und tiefe Hochstellung; 2. Hochstoßen der Arme und Ausfall links vorwärts; 3. wie bei 1; 4. Strecken der Arme in den Abhang und Stand; 5.—8. Übung 1—4 widergleich.	32 Zeiten
i) Jeder Einzelne macht mit 4 Tritten an Ort eine $\frac{1}{2}$ Drehung links.		4 Zeiten
k) Alle gehen 4 Schritte vorwärts.		4 Zeiten
l) Die Ersten machen mit 4 Tritten an Ort eine $\frac{1}{4}$ Drehung rechts.	l) Die Zweiten machen mit 4 Tritten an Ort eine $\frac{1}{4}$ Drehung links.	4 Zeiten
		<u>Zusammen 72 Zeiten</u>

IV. Theil.

a) Die Ersten reihen sich mit rechts Kreisen links neben die Zweiten (Fig. 13).	Fig. 13. 	a) Die Zweiten gehen 4 Tritte an Ort.	4 Zeiten
b) Alle gehen 4 Tritte an Ort.			4 Zeiten
c) Die Ersten gehen 4 Tritte an Ort.		c) Die Zweiten reihen sich mit rechts Kreisen links neben die Ersten.	4 Zeiten
d) Alle gehen 4 Tritte an Ort			4 Zeiten

e) Die Ersten machen mit 4 Tritten an Ort eine $\frac{1}{4}$ Drehung rechts.	e) Die Zweiten machen mit 4 Tritten an Ort eine $\frac{1}{4}$ Drehung links. 4 Zeiten
f) Alle gehen 4 Schritte vorwärts.	4 Zeiten
g) Alle gehen 4 Tritte an Ort.	4 Zeiten
h) Uebung h) der Zweiten im III. Theile.	h) Uebung h) der Ersten im III. Theile 32 Zeiten
i) Jeder Einzelne macht mit 4 Tritten an Ort eine $\frac{1}{2}$ Drehung links. 4 Zeiten	4 Zeiten
k) Alle gehen 4 Schritte vorwärts	4 Zeiten
l) Die Ersten machen mit 4 Tritten an Ort eine $\frac{1}{4}$ Drehung rechts.	l) Die Zweiten machen mit 4 Tritten an Ort eine $\frac{1}{4}$ Drehung links. 4 Zeiten
	<u>Zusammen 72 Zeiten</u>

IV.

Ordnungs- und Stabübungen.

Inhalt: Reihungen im Paar, Drehungen, Gehen an und von Ort im Wechsel mit Stabübungen.

Zur Ausführung der nachstehenden Uebungen ist mindestens ein Flankenpaar erforderlich (Fig. 14).

Fig. 14.



Vorbereitung: Antreten — marsch! Stäbe holen — marsch! Abzählen zu Paaren — zählt! Rechts — um! Eintheilung der Linie zum Reihenkörpergefüge, so daß je 6 (8) Paare einen Reihenkörper (Linie) bilden. Jede Linie eine $\frac{1}{4}$ Windung links — marsch! Nach dem Haltbefehle Deffnen der Linie rückwärts zu einem Abstände von einer Armlänge — marsch! Achtung! Stab rechts auf — übt! 1, 2, 3.

I. Theil.

Die Ersten üben:

1. Vier Tritte an Ort; 2.
eine $\frac{1}{4}$ Drehung rechts mit 4

Die Zweiten üben gleichzeitig:

1. Nebenreihen links neben
die Ersten mit 4 Schritten. 2.

Tritten an Ort; 3. Stab rechts vor und Kniebeugen bis zur tiefen Hochstellung *); 4. Stab hoch und Ausfall links vorwärts; 5. wie bei 3; 6. Stab links auf und Stand; 7. vier Schritte vorwärts; 8. vier Schritte an Ort; 9. Stab links vor und Kniebeugen bis zur tiefen Hochstellung; 10. Stab hoch und Ausfall rechts vorwärts; 11. wie bei 9; 12. Stab rechts auf und Stand; 13. vier Tritte an Ort; 14. vier Schritte vorwärts; 15. Eine $\frac{1}{4}$ Drehung links mit 4 Tritten an Ort; 16. Vier Tritte an Ort.

Eine $\frac{1}{4}$ Drehung links mit 4 Tritten an Ort; 3. Vier Schritte vorwärts; 4. Vier Tritte an Ort; 5. Stab hoch und Ausfall links vorwärts; 6. Stab rechts vor, Stand und Kniebeugen bis zur tiefen Hochstellung; 7. Wie bei 5; 8. Stab links auf und Stand; 9. Vier Tritte an Ort; 10. Vier Schritte vorwärts; 11. Stab hoch und Ausfall rechts vorwärts; 12. Stab links vor, Stand und Kniebeugen bis zur tiefen Hochstellung; 13. Wie bei 11; 14. Stab rechts auf und Stand; 15. Eine $\frac{1}{4}$ Drehung rechts mit 4 Tritten an Ort; 16. Hinterreihen hinter die Ersten mit 4 Schritten. 64 Zeiten.

II. Theil.

1. Vier Tritte an Ort; 2. eine $\frac{1}{4}$ Drehung links mit 4 Tritten an Ort; 3. Stab schräg links und Auslagestellung links hinter dem Standbeine; 4. Stab auf die linke Hüfte und Kreuzschrittstellung links vor dem Standbeine; 5. wie bei 3; 6. Stab links auf und Stand; 7. vier Schritte vorwärts; 8. vier Tritte an Ort; 9. Stab schräg rechts und Auslagestellung rechts hinter dem Standbeine; 10. Stab auf die rechte Hüfte und Kreuzschrittstellung rechts vor

1. Nebenreihen rechts neben die Ersten mit 4 Schritten; 2. eine $\frac{1}{4}$ Drehung rechts mit 4 Tritten an Ort; 3. vier Schritte vorwärts; 4. vier Tritte an Ort; 5. Stab auf der linken Hüfte und Kreuzschrittstellung links vor dem Standbeine; 6. Stab schräg links und Auslagestellung links hinter dem Standbeine; 7. wie bei 5; 8. Stab links auf und Stand; 9. vier Tritte an Ort; 10. vier Schritte vorwärts; 11. Stab auf der rechten Hüfte und Kreuzschrittstellung rechts vor

*) Siehe Fußnote Seite 5.

dem Standbeine; 11. wie bei 9; 12. Stab rechts auf und Stand; 13. vier Tritte an Ort; 14. vier Schritte rückwärts; 15. eine $\frac{1}{4}$ Drehung rechts mit 4 Tritten an Ort; 16. Hinterreihen hinter die Zweiten mit 4 Schritten.

dem Standbeine; 12. Stab schräg rechts und Auslagestellung rechts hinter dem Standbeine; 13. wie bei 11; 14. Stab rechts auf und Stand; 15. eine $\frac{1}{4}$ Drehung links mit 4 Tritten an Ort; 16. vier Tritte an Ort. 64 Zeiten.

III. Theil.

1. Nebenreihen rechts neben die Zweiten mit 4 Schritten; 2. eine $\frac{1}{4}$ Drehung rechts mit 4 Tritten an Ort; 3. Stab links hoch und Kreuzschrittstellung links vor dem Standbeine; 4. Stab rechts über links, Stand und Kniebeugen bis zur tiefen Hockstellung; 5. wie bei 3; 6. Stab links auf und Stand; 7. vier Schritte vorwärts; 8. vier Tritte an Ort; 9. Stab rechts hoch und Kreuzschrittstellung rechts vor dem Standbeine; 10. Stab links über rechts, Stand und Kniebeugen bis zur tiefen Hockstellung; 11. wie bei 9; 12. Stab rechts auf und Stand; 13. vier Tritte an Ort; 14. vier Schritte rückwärts; 15. eine $\frac{1}{4}$ Drehung links mit 4 Tritten an Ort; 16. Hinterreihen hinter die Zweiten mit 4 Schritten.

1. Vier Tritte an Ort; 2. eine $\frac{1}{4}$ Drehung rechts mit 4 Tritten an Ort; 3. vier Schritte vorwärts; 4. vier Tritte an Ort; 5. Stab rechts über links und Kniebeugen bis zur tiefen Hockstellung; 6. Stab links hoch, Kniestrecken und Kreuzschrittstellung links vor dem Standbeine; 7. wie bei 5; 8. Stab links auf und Stand; 9. vier Tritte an Ort; 10. Vier Schritte rückwärts; 11. Stab links über rechts und Kniebeugen bis zur tiefen Hockstellung; 12. Stab rechts hoch, Kniestrecken und Kreuzschrittstellung rechts vor dem Standbeine; 13. wie bei 11; 14. Stab rechts auf und Stand; 15. eine $\frac{1}{4}$ Drehung rechts mit 4 Tritten an Ort; 16. vier Tritte an Ort. 64 Zeiten.

IV. Theil.

1. Nebenreihen links neben die Zweiten mit 4 Schritten; 2. eine $\frac{1}{4}$ Drehung links mit

1. Vier Tritte an Ort; 2. Eine $\frac{1}{4}$ Drehung rechts mit 4 Tritten an Ort; 3. vier Schritte

4 Tritten an Ort; 3. Schrägvorhochstoßen rechts und Ausfall links vorwärts; 4. Stab zum Stoße rechts an und Auslagestellung links rückwärts; 5. wie bei 3; 6. Stab links auf und Stand; 7. vier Schritte vorwärts; 8. vier Tritte an Ort; 9. Schrägvorhochstoßen links und Ausfall links vorwärts; 10. Stab zum Stoße links an und Auslagestellung links rückwärts; 11. wie bei 9; 12. Stab rechts auf und Stand; 13. vier Tritte an Ort; 14. vier Schritte vorwärts; 15. eine $\frac{1}{4}$ Drehung rechts mit 4 Tritten an Ort; 16. vier Tritte an Ort.

vorwärts; 4. vier Tritte an Ort; 5. Stab zum Stoßen rechts an und Auslagestellung links rückwärts; 6. Schrägvorhochstoßen rechts und Ausfall links vorwärts; 7. wie bei 5; 8. Stab links auf und Stand; 9. Vier Tritte an Ort; 10. vier Schritte rückwärts; 11. Stab zum Stoßen links an und Auslagestellung rechts rückwärts; 12. Schrägvorhochstoßen und Ausfall rechts vorwärts; 13. wie bei 11; 14. Stab rechts auf und Stand; 15. eine $\frac{1}{4}$ Drehung links mit 4 Tritten an Ort; 16. Hinterreihen hinter die Ersten mit 4 Schritten. 64 Zeiten

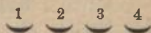
V.

Ordnungs- und Freiübungen.

Inhalt: Reihungen nach außen und innen im Wechsel mit Freiübungen widergleich.

Zur Ausführung der nachstehenden Übungen ist mindestens eine Stirnviererreihe erforderlich (Fig. 15).

Fig. 15.



Vorbereitung: Antreten — marsch!
4 Schritte vorwärts — marsch! Rechts richtet — euch! Achtung! Abzählen zu Viererreihen — zählt! Rechts um! Links nebenreihen neben den Ersten — marsch!

I. Theil.

a) Der Zweite reißt sich mit rechts Kreisen rechts neben den Ersten und gleichzeitig der Dritte mit links Kreisen links neben

den Vierten mit 4 Schritten (siehe Fig. 3, II. Theil, III. Stufe), während der Erste und Vierte 4 Tritte an Ort geht. 4 Zeiten

b) Der Erste und Dritte macht mit 4 Tritten an Ort eine $\frac{1}{4}$ Drehung rechts, der Zweite und Vierte eine $\frac{1}{4}$ Drehung links. 4 Zeiten

Der Erste und Vierte üben:

c) 1. Seitheben der Arme und Auslagestellung rechts rückwärts*); 2. Schwingen beider Arme von außen nach unten, innen und oben mit Ausfall rechts vorwärts; 3. Vorbeugen des Rumpfes und Tieffenten der Arme; 4. Rumpfstrecken, Hochheben der Arme, $\frac{1}{2}$ Drehung links auf beiden Fersen mit Kniebeugwechsel, Vorbeugen des Rumpfes und Tieffenten der Arme; 5. wie bei 4, nur erfolgt die $\frac{1}{2}$ Drehung rechts; 6. Rumpfstrecken und Hochheben der Arme; 7. Auslagestellung rechts rückwärts und Schwingen der Arme von oben nach innen, unten und außen; 8. Senken der Arme in den Abhang und Stand; 9.—16. Übung 1—8 widergleich.

d) Der Erste und Dritte machen eine $\frac{1}{4}$ Drehung links und der Zweite und Vierte eine $\frac{1}{4}$ Drehung rechts mit 4 Tritten an Ort. 4 Zeiten

e) Der Erste reißt sich mit rechts Kreisen rechts neben den Zweiten und gleichzeitig der Vierte mit links Kreisen links neben den Dritten mit 4 Schritten (siehe Fig. 4, II. Theil, III. Stufe), während der Zweite und Dritte 4 Tritte an Ort gehen. 4 Zeiten

f) Der Erste und Dritte macht eine $\frac{1}{4}$ Drehung links und der Zweite und Vierte eine $\frac{1}{4}$ Drehung rechts mit 4 Tritten an Ort. 4 Zeiten

Der Zweite und Dritte üben gleichzeitig:

c) 1. Beugen der Arme zum Vorstoßen und Rücktritt links; 2. Vorstoßen der Arme und Ausfall rechts rückwärts; 3. Ausbreiten der Arme und Rücktritt links; 4. Beugen der Arme zum Seitstoßen, eine $\frac{1}{2}$ Drehung links auf der linken Fußspitze in den Stand und Kniebeugen bis zur tiefen Hockstellung; 5. eine $\frac{1}{2}$ Drehung rechts auf der linken Fußspitze mit Kniestrecken, Vortritt rechts und Seitstoßen der Arme; 6. Vorschwingen der Arme und Ausfall links vorwärts; 7. Beugen der Arme und Vortritt rechts; 8. Strecken der Arme in den Abhang und Schlusstritt links; 9.—16. Übung 1—8 widergleich. 64 Zeiten

*) Betreffend Ausführung, siehe Fußnote, Seite 5.

g) Uebung c der Zweiten und Dritten.

g) Uebung c der Ersten und Vierten. 64 Zeiten

h) Der Erste und Dritte macht eine $\frac{1}{4}$ Drehung rechts und der Zweite und Vierte eine $\frac{1}{4}$ Drehung links mit 4 Tritten an Ort. 4 Zeiten

i) Der Erste reißt sich mit links Kreisen links neben den Zweiten und gleichzeitig der Vierte mit rechts Kreisen rechts neben den Dritten mit 4 Schritten (siehe Fig. 5, II. Theil, III. Stufe), während der Zweite und Dritte 4 Tritte an Ort gehen. 4 Zeiten

k) Wie bei d). 4 Zeiten

l) 1. Beugen der Arme zum Seitstoßen und Kniebeugen in die tiefe Hockstellung; 2. Seitstoßen der Arme, Kniestrecken und Vortritt links; 3. Hochheben der Arme, eine $\frac{1}{2}$ Drehung links auf der linken Fußspitze und Rücktritt rechts; 4. Beugen der Arme zum Hochstoßen, eine $\frac{1}{2}$ Drehung links auf der rechten Fußspitze und Vortritt links; 5. Hochstoßen der Arme, eine $\frac{1}{2}$ Drehung rechts auf der rechten Fußspitze und Vortritt links; 6. Seitensenken der Arme, eine $\frac{1}{2}$ Drehung rechts auf der linken Fußspitze und Rücktritt rechts; 7. Beugen der Arme, Schlußtritt links und Kniebeugen in die tiefe Hockstellung; 8. Strecken der Arme in den Abhang und Stand; 9.—16. Uebung 1—8 widergleich.

l) 1. Vorheben der Arme u. Ausfall links seitwärts; 2. Hochheben d. Arme u. Auslagestellung rechts hinter dem Standbeine; 3. Seitensenken beider Arme nach links in Ristdrehhaltung. Schlußtritt rechts und Kniebeugen in die tiefe Hockstellung; 4. Schwingen beider Arme von links nach oben und rechts und Rückstrecken des linken Beines; 5. Schwingen beider Arme von rechts nach oben und links, und Hockstand auf beiden Füßen; 6. Hochheben der Arme und Auslagestellung rechts hinter dem Standbeine; 7. Vorseitensenken der Arme und Auslagestellung rechts seitwärts; 8. Senken der Arme in den Abhang und Schlußtritt links; 9.—16. Uebung 1—8 widergleich. 64 Zeiten

m) Die Zweiten und Vierten machen mit 4 Tritten an Ort eine $\frac{1}{4}$ Drehung rechts, und die Ersten und Dritten eine $\frac{1}{4}$ Drehung links. 4 Zeiten

n) Der Zweite reißt sich mit links Kreisen links neben den Ersten und gleichzeitig der Dritte mit rechts Kreisen rechts neben den Vierten mit 4 Schritten (siehe Fig. 6, II. Th., III. St.). 4 Zeiten

o) Wie bei m).

p) Übung 1) der Zweiten | p) Übung 1) der Ersten und
und Dritten. | Vierten. 64 Zeiten

q) Der Erste und Dritte macht eine $\frac{1}{4}$ Drehung rechts und
der Zweite und Vierte eine $\frac{1}{4}$ Drehung links mit 4 Tritten an
Ort. 4 Zeiten

Zusammen 76×4 Zeiten

II. Theil.

Die Übungen des I. Theiles mit der Abänderung, daß die
Reihungen mit Kreisen nach außen und innen mit
Hintenvorübergehen erfolgen (siehe Fig. 32, 34, 36, II. Theil,
III. Stufe).

VI.

Ordnungs- und Keulenübungen.

Inhalt: Reihungen an hintere Führer, Drehungen, Deffnen
und Schließen in Verbindung mit Keulenübungen.

Zur Ausführung ist mindestens eine Linie von 2
Flanken-Viererreihen erforderlich (Fig. 3).

Vorbereitung: Antreten — marsch! Rechts — um!
Jeder eine Keule holen — marsch! Rechts richtet — euch!
Achtung! Keule rechts schultern — übt! Abzählen zu
Viererreihen — zählt! Rechts — um! Eintheilung der Linie
zum Reihenkörpergefüge, so daß je eine erste und zweite Reihe
einen Reihenkörper bilden.

I. Theil.

a) Die Einzelnen der
ersten Reihe reihen sich
links, die der zweiten
Reihe rechts neben den
Vierten mit 4 Schritten.

4 Zeiten

b) Die Einzelnen der
ersten Reihe machen eine
 $\frac{1}{4}$ Drehung links, die der
zweiten Reihe eine $\frac{1}{4}$
Drehung rechts mit vier
Tritten an Ort (Fig. 16). 4 Zeiten

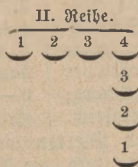
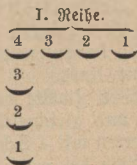


Fig. 16.



c) Oeffnen der Reihen vorwärts zu einem Abstände von zwei Schritten (6 Zeiten), worauf alle noch 2 Tritte an Ort gehen (2 Zeiten). 8 Zeiten

Anmerkung: Mit dem letzten Tritte ist der rechte Arm in den Abhang zu senken

Die erste Reihe übt:

d) 1. Seitheben des rechten Armes und Beugen des linken Armes rücklings in Verbindung mit Ausfall links seitwärts; 2.—4. je einmal Kreisen des rechten Armes von außen nach unten; 5. Beugen des rechten Armes, so daß sich die Keule wagrecht hinter dem Kopfe befindet, Seitstrecken des linken Armes in Verbindung mit Auslagstellung links hinter dem Standbeine; 6.—8. Ruhepause; 9. Seitstrecken des rechten Armes, Beugen des linken Armes rücklings und Ausfall links seitwärts; 10.—11. je einmal Kreisen des rechten Armes von außen nach oben; 12. Senken der Arme in den Abhang, Keule in die linke Hand und Stand; 13.—24. Uebung 1—12 widergleich.

Die zweite Reihe übt gleichzeitig:

d) 1. Hochheben des rechten Armes, Seitheben des linken Armes und Kreuzschrittstellung links vor dem Standbeine; 2.—4. je einmal Handkreisen rücklings von oben nach außen in Verbindung mit Fußwippen; 5. Schwingen des rechten Armes von oben nach vorn, unten und vorn bei gleichzeitiger $\frac{1}{2}$ Drehung rechts in den Stand; 6. Schwingen des rechten Armes nach unten, vorn und oben und $\frac{1}{2}$ Drehung links auf beiden Fußspitzen in die Kreuzschrittstellung; 7. wie bei 5; 8. wie bei 6; 9.—11. wie bei 2—4; 12. Senken der Arme in den Abhang, Keule in die linke Hand und Stand; 13.—24. Uebung 1—12 widergleich und schließlich die Keule in die rechte Hand und sofort rechts Schultern. 24 Zeiten

e) Schließen der Reihen rückwärts (6 Zeiten) und 2 Tritte an Ort. 8 Zeiten

f) Wie bei a). 4 Zeiten

g) Wie bei b). 4 Zeiten

h) Die Ersten gehen 3 Nachstellschritte links, die Vierten 3 Nachstellschritte rechts seitwärts (6 Zeiten) und 2 Tritte an Ort (2 Zeiten); gleichzeitig gehen die Zweiten 1 Nachstellschritt links und die Dritten 1 Nachstellschritt rechts seitwärts (2 Zeiten) und 6 Tritte an Ort (6 Zeiten). 8 Zeiten

Die Ersten und Dritten üben:

i) 1. Schwingen des rechten Armes von unten nach vorn, oben und hinten, Beugen des linken Armes über den Kopf und Ausfall links vorwärts; 2.—4. je einmal Kreisschwingen des rechten Armes von hinten nach oben; 5. Beugen des rechten Armes so, daß die Keule sich wagrecht über dem Kopfe befindet, Rückstrecken des linken Armes und Auslagestellung links rückwärts; 6.—8. Ruhepause; 9. Rückstrecken des rechten Armes, Beugen des linken Armes über dem Kopfe und Ausfall links vorwärts; 10.—11. je einmal Kreisschwingen des rechten Armes von hinten nach unten; 12. Strecken des linken Armes in den Abhang, Schwingen des rechten Armes nach oben, vorn und unten, Keule in die linke Hand und Stand; 13.—24. Übung 1 bis 12 widergleich, schließlich die Keule in die rechte Hand und rechts Schultern.

- k) Wie bei a).
 l) " " b).
 m) " " c).
 n) " " d).
 o) " " f).
 p) " " g).
 q) " " h).
 r) " " i).

Die Zweiten und Vierten üben gleichzeitig:

i) 1. Eine $\frac{1}{2}$ Drehung links auf beiden Fußspitzen in die Kreuzschrittstellung, Beugen des rechten Armes so, daß die Keule wagrecht über dem Kopfe sich befindet und Rückheben des linken Armes; 2.—4. Ruhepause; 5. Hochstrecken des rechten Armes, Beugen des linken Armes rücklings und Auslagestellung links rückwärts; 6.—8. je einmal Kreisschwingen des rechten Armes von oben nach innen; 9. Armthätigkeiten wie bei 1 und Kreuzschrittstellung links vor dem Standbeine; 10.—11. Ruhepause; 12. eine $\frac{1}{2}$ Drehung rechts auf beiden Fußspitzen in den Stand, Senken der Arme in den Abhang und Keule in die linke Hand; 13.—24. Übung 1—12 widergleich, schließlich die Keule in die rechte Hand und rechts schultern. 24 Zeiten

- 4 Zeiten
 4 Zeiten
 8 Zeiten
 24 Zeiten
 4 Zeiten
 4 Zeiten
 8 Zeiten
 24 Zeiten

Zusammen 160 Zeiten

II. Theil.

Die Uebungen des I. Theiles mit der Abänderung, daß 1. die erste Reihe die Uebungen der zweiten Reihe und umgekehrt ausführen, und daß 2. die Ersten und Dritten die Uebungen der Zweiten und Vierten und umgekehrt zur Darstellung bringen.

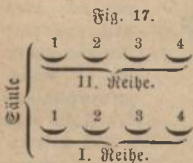
VII.

Ordnungs- und Sattelübungen.

Inhalt: Reihungen im Viereck durch Hinterreihen, Deffnen und Schließen im Wechsel mit Sattelübungen.

Zur Ausführung ist mindestens eine Säule von 2 Stirn-Viererreihen mit einem Abstände von 2 Schritten von Reihe zu Reihe erforderlich (Fig. 17).

Vorbereitung: Antreten — marsch!
Sattel holen — marsch! Achtung! Abzählen zu Viererreihen — zählt! Eintheilung der Linie zum Reihenkörpergefüge, so daß je eine und zweite Reihe einen Reihenkörper bilden. Rechts hinterreihen der II. Reihen hinter die ersten Reihen und Deffnen rückwärts zu einem Abstände von 2 Schritten — marsch! (Fig. 17).



I. Theil.

Fig. 18.



a) Die Einzelnen der ersten Reihe reihen sich hinter den Ersten und die der zweiten Reihe hinter den Vierten (Fig. 18) mit 4 Schritten. 4 Zeiten

b) Alle gehen 4 Tritte an Ort. 4 Zeiten

c) Die Ersten und Zweiten der ersten Reihe gehen 2 Nachstellschritte rechts seitwärts, und die Ersten und Zweiten der zweiten Reihe 2 Nachstellschritte links seitwärts (Fig. 19). 4 Zeiten

d) Wie bei b) 4 Zeiten

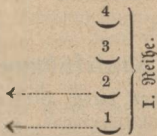
Die Ersten und Dritten
üben:

e) 1. Schwingen beider Arme nach links und oben und Ausfall rechts seitwärts *) (Fig. 20); 2. Beugen der Arme zum

Kreuzschrittstellung rechts vordem Standbeine; 3. eine 1/2 Drehung links auf beiden Fußspitzen in

den Stand, Kniebeugen in die tiefe Hockstellung und Seitstoßen der Arme; 4. Beugen der Arme zum Hochstoßen, Kniestrecken und eine 1/2 Drehung rechts auf beiden Fußspitzen in die Kreuzschrittstellung; 5. Hochstoßen der Arme und Ausfall rechts seitwärts; 6. Senken beider Arme nach rechts in den Abhang und

Fig. 19.



Die Zweiten und Vierten
üben gleichzeitig:

e) 1. Eine 1/2 Drehung rechts auf der linken Fußspitze, Auslagestellung rechts hinter dem

Standbeine und Beugen der Arme zum Hochstoßen; 2. Ausfall rechts vorwärts, eine 1/2 Drehung links

auf beiden Fußspitzen und Hochstoßen der Arme; 3. Kreisschwingen beider Arme von oben nach innen und

Kniebeugwechsel; 4. Kreisschwingen beider Arme von oben nach außen u. wieder Kniebeugwechsel; 5. Beugen der Arme, eine 1/2 Drehung rechts auf der linken Fußspitze und Auslagestellung rechts hinter dem Standbeine; 6. Strecken der Arme in den Abhang und eine 1/2 Drehung links auf der linken Fußspitze in d. Stand; 7.—12. Übung 1—6 widergleich. 48 Zeiten

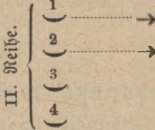


Fig. 20.



Ausfall rechts seitwärts und Schwingen beider Arme nach links und oben.

*) Ueber die Ausführung siehe Fußnote Seite 5.

f) Die Ersten und Zweiten der ersten Reihe gehen 2 Nachstellschritte links seitwärts und die Ersten und Zweiten der zweiten Reihe 2 Nachstellschritte rechts seitwärts (4 Zeiten) und dann noch 4 Tritte an Ort, während gleichzeitig die Dritten und Vierten 8 Tritte an Ort gehen. 8 Zeiten

g) Die Einzelnen der ersten Reihe machen eine $\frac{1}{4}$ Drehung rechts und die der zweiten Reihe eine $\frac{1}{4}$ Drehung links mit 4 Tritten an Ort. 4 Zeiten

h) Die Einzelnen der ersten Reihe reihen sich hinter den Vierten und die der zweiten Reihe hinter den Ersten (4 Zeiten) und alle gehen hierauf noch 4 Tritte an Ort. 8 Zeiten

i) Die Dritten und Vierten der ersten Reihe und die Ersten und Zweiten der zweiten Reihe gehen 4 Schritte (kurze) vorwärts, dann 4 Tritte an Ort, während die anderen 8 Tritte an Ort gehen. 8 Zeiten

k) 1. Eine $\frac{1}{4}$ Drehung links auf der linken Fußspitze, Armbeugen zum Vorstoßen und Auslagestellung rechts vorwärts; 2. Vorstoßen der Arme und Ausfall rechts rückwärts; 3. Rückschwingen der Arme, mäßiges Vorbeugen des Rumpfes und Ausfall rechts vorwärts; 4. Vorschwingen der Arme und Ausfall rechts rückwärts; 5. Beugen der Arme und Auslagestellung rechts vorwärts; 6. Strecken der Arme und eine $\frac{1}{4}$ Drehung rechts in den Stand; 7.—12. Übung 1—6 widergleich.

k) 1. Eine $\frac{1}{4}$ Drehung rechts auf der linken Fußspitze, Ausfall rechts vorwärts und Hochheben der Arme; 2. Tiefsenken der Arme und Vorbeugen des Rumpfes; 3. Hüpfen in den Stand, Kniebeugen in die tiefe Hockstellung, Rumpfstrecken und Vorheben der Arme; 4. Hüpfen in die Ausfallstellung rechts vorwärts, Vorbeugen des Rumpfes und Tiefsenken der Arme; 5. Hochheben der Arme und Rumpfstrecken; 6. Senken der Arme in den Abhang und eine $\frac{1}{4}$ Drehung links in den Stand; 7.—12. Übung 1—6 widergleich. 48 Zeiten

l) Die Dritten und Vierten der ersten Reihe und die Ersten und Zweiten der zweiten Reihe gehen 4 Schritte rückwärts und 4 Tritte an Ort, während die anderen 8 Tritte an Ort gehen. 8 Zeiten

m) Die Einzelnen der ersten Reihe machen eine $\frac{1}{4}$ Drehung rechts und die der zweiten Reihe eine $\frac{1}{4}$ Drehung links mit 4 Tritten an Ort 4 Zeiten

n) Die Einzelnen der ersten Reihe reihen sich hinter den Ersten und die der zweiten Reihe hinter den Vierten (4 Zeiten) und alle gehen hierauf noch 4 Tritte an Ort. 8 Zeiten

o) Die Dritten und Vierten der ersten Reihe gehen 2 Nachstell Schritte rechts seitwärts und die Dritten und Vierten der zweiten Reihe 2 Nachstell Schritte links seitwärts (4 Zeiten) und dann noch 4 Tritte an Ort, während gleichzeitig die Ersten und Zweiten 8 Tritte an Ort gehen. 8 Zeiten

p) Uebung e der Zweiten und Vierten.	p) Uebung e der Ersten und Dritten.	48 Zeiten
--------------------------------------	-------------------------------------	-----------

q) Die Dritten und Vierten der ersten Reihe gehen 2 Nachstell Schritte links seitwärts und die Dritten und Vierten der zweiten Reihe 2 Nachstell Schritte rechts seitwärts (4 Zeiten) und dann noch 4 Tritte an Ort, während gleichzeitig die Ersten und Zweiten 8 Tritte an Ort gehen. 8 Zeiten

r) Die Einzelnen der ersten Reihe machen eine $\frac{1}{4}$ Drehung rechts und die der zweiten Reihe eine $\frac{1}{4}$ Drehung links mit 4 Tritten an Ort. 4 Zeiten

s) Die Einzelnen der ersten Reihe reihen sich hinter den Vierten und die der zweiten Reihe hinter den Ersten (4 Zeiten) und alle gehen hierauf noch 4 Tritte an Ort. 8 Zeiten

t) Wie bei l). 8 Zeiten

u) Uebung k) der Zweiten und Vierten.	u) Uebung k) der Ersten und Dritten.	48 Zeiten
---------------------------------------	--------------------------------------	-----------

v) Wie bei l). 8 Zeiten

w) " " m). 4 Zeiten

Zusammen 304 Zeiten

II. Theil.

Die erste Reihe übt wie die zweite und die zweite wie die erste Reihe im ersten Theil.

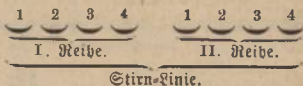
VIII.

Ordnungs- und Freiübungen.

Inhalt: Gehen an und von Ort, Drehungen und Schwengungen in Verbindung mit Freiübungen.

Zur Ausführung sind mindestens zwei Stirnreihen in Linie erforderlich (Fig. 21). Vorberbeitung: Antreten — marsch! Rechts richtet — euch! Achtung! Abzählen zu Viererreihen — zählt! Eintheilung zum Reihenkörpergefüge, so dass je eine erste und zweite Reihe einen Reihenkörper (Stirnlinie) bilden.

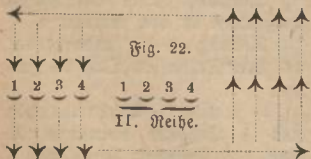
Fig. 21.



I. Theil.

Die erste Reihe übt:

a) 1. Vier Schritte vorwärts; 2. eine $\frac{1}{4}$ Drehung links der Einzelnen mit 4 Tritten an Ort; 3. acht Schritte vorwärts; 4. wie bei 2; 5. Wie bei 1; 6. vier Tritte an Ort; 7. wie bei 1; 8. wie bei 2; 9. wie bei 3; 10. wie bei 2; 11. wie bei 1; 12. wie bei 6 (Fig. 22).



Die zweite Reihe übt gleichzeitig:

a) 1. Vier Tritte an Ort; 2. Vorheben der Arme und Rückspreizen links *); 3. Beugen der Arme zum Hochstoßen und Kreuzschrittstellung links vor dem Standbeine; 4. Hochstoßen der Arme und Heben in den Zehenstand; 5. Beugen der Arme zum Vorstoßen und Senken in den Stand; 6. Vorstoßen der Arme und Rückspreizen links; 7. Senken der Arme in den Abhang und Stand; 8.—13. Übung 2—7 widergleich; 14. vier Tritte an Ort. 56 Zeiten

*) Ueber Ausführung siehe Fußnote Seite 5.

b) Übung a) der zweiten Reihe.



b) 1. Vier Schritte vorwärts; 2. eine $\frac{1}{4}$ Drehung rechts der Einzelnen mit 4 Tritten an Ort; 3. acht Schritte vorwärts; 4. wie bei 2; 5. wie bei 1; 6. vier Tritte an Ort; 7. wie bei 1; 8. wie bei 2; 9. wie bei 3; 10. wie bei 2; 11. wie bei 1; 12. wie bei 6 (Fig. 23). 56 Zeiten

II. Theil.

Die erste Reihe übt.

a) 1. Eine $\frac{1}{2}$ Drehung rechts und 4 Schritte vorwärts; 2. eine $\frac{1}{4}$ Drehung rechts mit 4 Tritten an Ort; 3. acht Schritte vorwärts; 4. wie bei 2; 5. vier Schritte vorwärts; 6. vier Tritte an Ort; 7. wie bei 5; 8. wie bei 2. 9. wie bei 3. 10. wie bei 2; 11. wie bei 4; 12. eine $\frac{1}{2}$ Drehung rechts mit 4 Tritten an Ort.

b) Übung a) der zweiten Reihe im II. Theile.

Die zweite Reihe übt gleichzeitig:

a) 1. Vier Tritte an Ort; 2. Beugen der Arme zum Hochstoßen und eine $\frac{1}{2}$ Drehung links auf beiden Fußspitzen in die Kreuzschrittstellung; 3. Hochstoßen der Arme und Auslagestellung links rückwärts; 4. Vorbeugen des Rumpfes und Tiefensenken der Arme; 5. Hochschwingen der Arme und Rumpfstrecken; 6. Beugen der Arme und Kreuzschrittstellung links vor dem Standbeine; 7. Strecken der Arme in den Abhang und eine $\frac{1}{2}$ Drehung rechts auf beiden Fußspitzen in den Stand; 8.—13. Übung 2—7 widergleich; 14. Vier Tritte an Ort. 56 Zeiten.

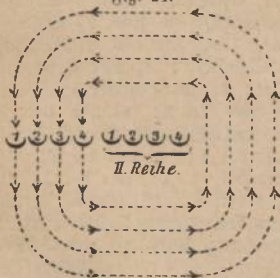
b) 1. Eine $\frac{1}{2}$ Drehung rechts und 4 Schritte vorwärts. 2. eine $\frac{1}{4}$ Drehung links mit 4 Tritten an Ort; 3. acht Schritte vorwärts; 4. wie bei 2; 5.

vier Schritte vorwärts; 6. vier Tritte an Ort; 7. wie bei 5; 8. wie bei 2; 9. wie bei 3; 10. wie bei 2; 11. wie bei 4; 12. eine $\frac{1}{2}$ Drehung links mit 4 Tritten an Ort. 56 Zeiten.

III. Theil.

a) 1. Vier Schritte vorwärts; 2. eine $\frac{1}{4}$ Schwenkung links um den Vierten mit 4 Schritten; 3. vier Tritte an Ort; 4. wie bei 1; 5. wie bei 2; 6. wie bei 3; 7. acht Schritte vorwärts; 8. wie bei 2; 9. wie bei 3; 10. wie bei 1. 11. wie bei 2; 12. wie bei 3; 13. wie bei 1 (Fig. 24).

Fig. 24.



b) Übung a) der zweiten Reihe im III. Theile.

a) 1. Eine $\frac{1}{4}$ Drehung rechts mit 4 Tritten an Ort; 2. Beugen der Arme zum Seitstoßen und Kreuzschrittstellung links vor dem Standbeine; 3. Seitstoßen der Arme und Ausfall links seitwärts; 4. Hochheben der Arme und Kniebeugwechsel; 5. Seitensenken der Arme und wieder Kniebeugwechsel; 6. Beugen der Arme und Kreuzschrittstellung links; 7. Strecken der Arme und Stand; 8.—13. Übung 2—7 widergleich; 14. eine $\frac{1}{4}$ Drehung links mit 4 Tritten an Ort. 56 Zeiten.

b) 1. 4 Schritte vorwärts; 2. $\frac{1}{4}$ Schwenkung rechts um den Ersten; 3. 4 Tritte an Ort; 4. wie bei 1; 5. wie bei 2; 6. wie bei 3; 7. 8 Schritte vorwärts; 8. wie bei 2; 9. wie bei 3; 10. wie bei 1. 11. wie bei 2; 12. wie bei 3; 13. wie bei 1. 56 Zeiten

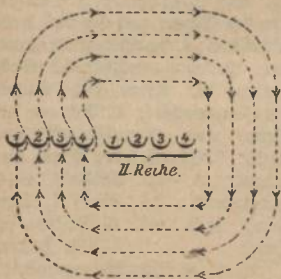
IV. Theil.

a) 1. Eine $\frac{1}{2}$ Drehung links der Einzelnen und 4 Schritte vorwärts; 2. eine $\frac{1}{4}$ Schwenkung

a) 1. Vier Tritte an Ort; 2. eine $\frac{1}{2}$ Drehung links auf der linken Fußspitze und Aus-

rechts um den Vierten mit 4 Schritten; 3. vier Tritte an Ort; 4. vier Schritte vorwärts; 5. wie bei 2; 6. wie bei 3; 7. acht Schritte vorwärts; 8. wie bei 2; 9. wie bei 3; 10. wie bei 1; 11. wie bei 2; 12. wie bei 3; 13. wie bei 1 und mit dem letzten Tritte eine $\frac{1}{2}$ Drehung rechts in den Stand (Fig. 25).

Fig. 25.



b) Übung a) der zweiten Reihe im IV. Theile.

fall links vorwärts in Verbindung mit Vorheben der Arme; 3. Hochheben der Arme und Kniebeugen bis zum Aufknien rechts; 4. Beugen der Arme zum Hochstoßen, eine $\frac{1}{2}$ Drehung rechts auf beiden Fußspitzen und Aufknien links; 5. Hochstoßen der Arme, eine $\frac{1}{2}$ Drehung links auf beiden Fußspitzen und Aufknien rechts; 6. Vorsenken der Arme und Kniestrecken; 7. Senken der Arme in den Abhang und eine $\frac{1}{2}$ Drehung rechts in den Stand; 8. —13. Übung 2—7 widergleich; 14. vier Tritte an Ort.

56 Zeiten

b) 1. Eine $\frac{1}{2}$ Drehung links der Einzelnen und 4 Schritte vorwärts; 2. eine $\frac{1}{4}$ Schwenkung links um den Vierten mit 4 Schritten; 3. vier Tritte an Ort; 4. vier Schritte vorwärts; 5. wie bei 2; 6. wie bei 3; 7. acht Schritte vorwärts; 8. wie bei 2; 9. wie bei 3; 10. wie bei 1; 11. wie bei 2; 12. wie bei 3; 13. wie bei 1 und mit dem letzten Tritte eine $\frac{1}{2}$ Drehung links in den Stand.

56 Zeiten

IX.

Ordnungs- und Stabübungen.

Inhalt: Reihungen mit Drehungen, Geher an und von Ort im Wechsel mit Stabübungen.

6 widergleich; 11. Stab rechts auf (linke Hand behält den Griff); 12. Senken des linken Armes in den Abhang.

e) Wie bei a).

f) " " b).

g) " " c).

h) 1. Erfassen des oberen Stabendes mit Griff links; 2. Stab vornher; 3. Stab schräg rechts und Auslagestellung links hinter dem Standbeine; 4. Stab rechts über links und Seilspreizen links; 5. wie bei 3; 6. Stab vornher und Stand; 7.—10. Übung 3—6 widergleich; 11. Stab rechts auf; 12. Senken des linken Armes in den Abhang.

i) Wie bei a).

k) " " b).

l) " " c).

m) Übung d) der zweiten Reihe.

n) Wie bei a).

o) " " b).

p) " " c).

qu) Übung h) der zweiten Reihe.

und Stand; 7.—10. Übung 3 bis 6 widergleich; 11. und 12. Übungen 11 und 12 der ersten Reihe.

48 Zeiten

4 Zeiten

4 Zeiten

8 Zeiten

h) 1. Übung 1) der ersten Reihe; 2. Übung 2) der ersten Reihe; 3. Stab hinter den Schultern und Hüpfen in die Seitgrätschstellung; 4. Stab hintenher und Hüpfen in die Kreuzschrittstellung links vor rechts; 5. wie bei 3; 6. Stab vornher und Stand; 7.—10. Übung 3—6 widergleich; 11. und 12. Übungen 11 u. 12. der ersten Reihe.

48 Zeiten

4 Zeiten

4 Zeiten

8 Zeiten

m) Übung d) der ersten Reihe.

48 Zeiten

4 Zeiten

4 Zeiten

8 Zeiten

qu) Übung h) der ersten Reihe.

48 Zeiten

Zusammen 256 Zeiten

II. Theil.

Die erste Reihe macht die Übungen der zweiten Reihe und die zweite die der ersten Reihe im I. Theile.

X.

Ordnungs- und Freiübungen.

Inhalt: Aufzug, Reihungen mit Kreisen im Wechsel mit Freiübungen.

Zur Ausführung ist mindestens eine Stirn-Viererreihe erforderlich.

Vorbereitung; Antreten — marsch! Achtung! Abzählen zu Viererreihen — zählt! Rechts — um!

I. Theil.

a) Die Flankenlinie zieht durch die Mitte des Turnraumes von *h* nach *e* und *b* (Fig. 28).

b) Widergleiche Umzüge der Einzelnen, wobei die Ersten und Dritten im Umzuge rechts bis *i* und die anderen im Umzuge links bis *g* gehen.

c) Die Ersten und Dritten ziehen von *i* nach *e* und *a*, die anderen ziehen von *g* nach *e* und *c* mit Durchkreuzen bei *e*.

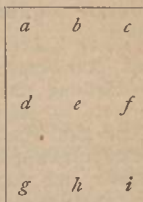
d) Die Ersten und Dritten ziehen von *a* nach *b*, dann durch die Mitte von *b* nach *e* und *h*. Gleichzeitig ziehen die Zweiten und Vierten von *c* nach *b*, dann durch die Mitte von *b* nach *e* und *h* in der Weise, daß sie sich bei *b* mit den Ersten und Dritten als Paare vereinigen.

e) Widergleiche Umzüge der Paare, wobei die Ersten und Zweiten im Umzuge rechts bis *a* und die anderen im Umzuge links bis *c* gehen.

f) Die Ersten und zweiten ziehen von *a* nach *e* und *i*. Gleichzeitig ziehen die Dritten und Vierten von *c* nach *e* und *g* mit Durchkreuzen bei *e*.

g) Die Ersten und Zweiten ziehen von *i* nach *h*, dann durch die Mitte von *h* nach *e* und *b*. Gleichzeitig ziehen die Dritten und Vierten von *g* nach *h*, dann durch die Mitte von *h* nach *e* und *b* mit Nebenreihen neben die Ersten und Zweiten zu Stirn-Viererreihen. Der Abstand nach dem Haltmachen hat von Reihe zu Reihe 4 Schritte zu betragen.

Fig. 28.



II. Theil.

1. Die Zweiten reihen sich mit rechts Kreisen rechts neben die Ersten und gleichzeitig die Dritten mit links Kreisen links neben die Vierten, während die anderen 4 Tritte an Ort gehen.

4 Zeiten

2. Alle gehen 4 Tritte an Ort.

4 Zeiten

3. Die Ersten und Vierten (Mittleren) gehen 4 Schritte vorwärts und gleichzeitig die Zweiten und Dritten (Aeußeren) 2 Nachstellschritte nach außen.

4 Zeiten

4. Wie bei 2).

4 Zeiten

Die Ersten und Vierten üben:

5. a) $\frac{1}{4}$ Drehung nach außen mit Kniebeugen in die tiefe Hochstellung und Vorheben der Arme; b) Rückschwingen der Arme und Ausfall links vorwärts; c) Vorschwingen der Arme, Stand und Kniebeugen in die tiefe Hochstellung; d) Kniestrecken, $\frac{1}{4}$ Drehung nach vorn und Senken der Arme in den Abhang; e—h Uebung a—d widergleich mit Drehung nach innen.

Die Zweiten und Dritten üben gleichzeitig:

5. a) $\frac{1}{4}$ Drehung nach innen Ausfall links vorwärts, Beugen des rechten Armes zum Speichhieb und des linken rücklings; b) Seitstrecken der Arme und Auslagestellung links rückwärts; c) Wie bei a ohne Drehung; d) $\frac{1}{4}$ Drehung nach vorn in den Stand und Strecken der Arme in den Abhang; e—h Uebung a—d widergleich mit Drehung nach außen. 32 Zeiten

6. Die Ersten und Vierten gehen 4 Schritte rückwärts und gleichzeitig gehen die Zweiten und Dritten zwei Nachstellschritte nach innen.

4 Zeiten

7. Wie bei 2.

4 Zeiten

8. Die Ersten reihen sich mit rechts Kreisen rechts neben die Zweiten und gleichzeitig die Vierten mit links Kreisen neben die Dritten mit 4 Schritten. Die anderen gehen 4 Tritte an Ort.

4 Zeiten

9. Wie bei 2.

4 Zeiten

10. Die Zweiten und Dritten (Mittleren) gehen 4 Schritte vorwärts und gleichzeitig gehen die Ersten und Vierten (Äußereren) zwei Nachstellschritte nach außen. 4 Zeiten

11. Wie bei 2. 4 Zeiten

12. a) $\frac{1}{4}$ Drehung nach innen, Ausfall links rückwärts, Schwingen des linken Armes nach vorn, oben und hinten und des rechten Armes nach vorn; b) Schwingen des linken Armes nach oben und vorn (wurfartig) und des rechten Armes nach unten und hinten und Ausfall links vorwärts; c) wie bei a) ohne Drehung; d) Schwingen der Arme in den Abhang und $\frac{1}{4}$ Drehung nach vorn in den Stand; e)—h) Übung a—d widergleich mit Drehung nach außen.

12. a) $\frac{1}{4}$ Drehung nach außen, Auslagestellung links rückwärts und Vorhochheben der Arme; b) Vorbeugen des Rumpfes und Tiefsenken der Arme; c) Rumpfstrecken und Hochschwingen der Arme; d) $\frac{1}{4}$ Drehung nach vorn in den Stand und Senken der Arme in den Abhang; e)—h) Übung a—d widergleich mit Drehung nach innen. 32 Zeiten

13. Die Zweiten und Dritten gehen rückwärts und gleichzeitig die Ersten und Vierten zwei Nachstellschritte nach innen. 4 Zeiten

14. Wie bei 2. 4 Zeiten

15. Die Zweiten reihen sich mit rechts Kreisen hinter die Ersten mit sechs Schritten und gehen dann noch zwei Tritte an Ort. Gleichzeitig reihen sich die Dritten in gleicher Weise, aber mit links Kreisen hinter die Vierten. Die anderen gehen 8 Tritte an Ort. 8 Zeiten

16. Die Ersten reihen sich mit rechts Kreisen hinter die Zweiten und gleichzeitig die Vierten mit links Kreisen hinter die Dritten mit 4 Schritten. Die anderen gehen 4 Tritte an Ort. 4 Zeiten

17. Wie bei 2. 4 Zeiten

18. Die Zweiten und Dritten gehen 4 Schritte nach innen und gleichzeitig die Ersten und Vierten zwei Nachstellschritte nach außen. 4 Zeiten

19. Wie bei 2. 4 Zeiten

20. a) $\frac{1}{4}$ Drehung nach innen, Auslagestellung links rückwärts, Vorbeugen des Rumpfes und Rückschwingen beider Arme nach rechts; b) Hochschwingen beider Arme (wurfartig), Rumpfstrecken und Ausfall links vorwärts (Fig. 29 a); c) wie bei a) ohne Drehung; d) Senken der Arme in den Abhang, Rumpfstrecken und $\frac{1}{4}$ Drehung nach vorn in den Stand; e)–h) Übung a–d widergleich mit Drehung nach außen.

20. a) $\frac{1}{4}$ Drehung nach außen, Ausfall links vorwärts, Beugen des rechten Armes zum Hochrhythieb und Rückschwingen des linken Armes; b) Schrägrückstrecken des rechten Armes, Schrägvorhochschwingen des linken Armes und Auslagestellung links rückwärts (Fig. 29 b); c) Wie bei a) ohne Drehung; d) Senken der Arme in den Abhang und $\frac{1}{4}$ Drehung nach vorn in den Stand; e)–h) Übung a–d widergleich mit Drehung nach innen. 32 Zeilen

Fig. 29.



Schrägrückstrecken des rechten Armes, Schrägvorhochschwingen des linken Armes und Auslagestellung links rückwärts.

Vorhochschwingen beider Arme (wurfartig) und Ausfall links vorwärts.

21. Die Zweiten und Dritten gehen mit 4 Schritten nach außen und gleichzeitig die Ersten und Vierten zwei Nachstellschritte nach innen. 4 Zeiten
22. Wie bei 2. 4 Zeiten
23. Die Ersten reihen sich mit links Kreisen vor die Zweiten und gleichzeitig die Vierten mit rechts Kreisen vor die Dritten mit 4 Schritten. Die anderen gehen 4 Tritte an Ort. 4 Zeiten
24. Wie bei 18. 4 Zeiten
25. Wie bei 2. 4 Zeiten
26. Wie bei 20. 32 Zeiten
27. Wie bei 21. 4 Zeiten
28. Wie bei 2. 4 Zeiten
29. Die Zweiten reihen sich mit links Kreisen in 6 Zeiten; links neben die Ersten und gehen alsdann noch 2 Tritte an Ort gleichzeitig reihen sich die Dritten in derselben Weise mit rechts Kreisen rechts neben die Vierten. Die Uebrigen gehen vier Tritte an Ort. 8 Zeiten
30. Wie bei 10. 4 Zeiten
31. Wie bei 2. 4 Zeiten
32. Wie bei 12. 32 Zeiten
33. Wie bei 13. 4 Zeiten
34. Wie bei 2. 4 Zeiten
35. Die Ersten reihen sich mit links Kreisen links neben die Zweiten und gleichzeitig die Vierten mit rechts Kreisen rechts neben die Dritten mit vier Schritten. Die anderen gehen vier Tritte an Ort. 4 Zeiten
36. Wie bei 2. 4 Zeiten
37. Wie bei 3. 4 Zeiten
38. Wie bei 2. 4 Zeiten
39. Wie bei 5. 32 Zeiten
40. Wie bei 6. 4 Zeiten
41. Wie bei 2. 4 Zeiten
42. Die Zweiten reihen sich mit links Kreisen links neben die Ersten und gleichzeitig die Dritten mit rechts Kreisen rechts neben die Vierten mit vier Schritten. Die anderen gehen vier Tritte an Ort. 4 Zeiten
43. Wie bei 2. 4 Zeiten

Zusammen 304 Zeiten

III. Theil (Abzug [Fig. 28]).

a) Die Ersten und Zweiten ziehen im Umzuge rechts bis i und gleichzeitig die Dritten und Vierten im Umzuge links bis g.

b) Die Ersten und Zweiten ziehen von i nach e und a und gleichzeitig die Dritten und Vierten von g nach e und c.

c) Die Ersten und Zweiten ziehen von a nach b, dann durch die Mitte von b nach e und h, und gleichzeitig die Dritten und Vierten von c nach b, dann von b nach e und h mit Hinterreihen hinter die Ersten und Zweiten.

d) Die Ersten und Dritten ziehen von h im Umzuge rechts bis a) und gleichzeitig die Zweiten und Vierten im Umzuge links bis c.

e) Die Ersten und Dritten ziehen von a nach o und i und gleichzeitig die Zweiten und Vierten von c nach e und g mit Durchkreuzen bei e.

f) Die Ersten und Dritten ziehen von i nach h, dann von h nach e und b und gleichzeitig die Zweiten und Vierten von g nach h, dann von h nach e und b mit Einreihen zur Flankenlinie.

g) Abmarsch vom Übungsplatze.

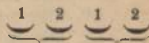
XI.

Ordnungs- und Keulenübungen.

Inhalt: Mühle, Gehen an und von Ort in Verbindung von Übungen mit 2 Keulen.

Fig. 30.

Zur Ausführung ist mindestens eine Linie von 2 Stirnpaaren (Fig. 30) erforderlich.


I. Paar. II. Paar.

Vorbereitung: Antreten — marsch!

Rechts — um! Jeder 2 Keulen holen — marsch! Vorwärts gehen bis in die Mitte des Turnraumes — marsch! Rechts richtet — euch! Achtung! Abzählen zu Paaren — zählt! Eintheilung der Paare zum Reihenkörpergefüge, so daß je ein erstes und zweites Paar einen Reihenkörper bilden.

I. Theil.

- a) Die Einzelnen des I. Paares machen eine $\frac{1}{2}$ Drehung links mit 6 Tritten an Ort, die anderen gehen gleichzeitig sechs Tritte an Ort. 6 Zeiten
- b) Die Linie macht eine $\frac{1}{2}$ Schwenkung rechts um die Mitte mit 6 Schritten. 6 Zeiten
- c) Alle gehen 6 Tritte an Ort. 6 Zeiten
- d) Alle Paare gehen 6 Schritte vorwärts. 6 Zeiten
- e) Die Einzelnen der Paare drehen sich mit 6 Tritten in die Gegenstellung. 6 Zeiten
- f) Alle gehen 3 kurze Schritte rückwärts, dann 3 Tritte an Ort und Senken mit dem letzten Tritte die Arme in den Abhang. 6 Zeiten

Die Ersten üben:

g) 1. Vorheben der Arme und Ausfall links seitwärts; 2. Ruhepause; 3. Ausbreiten der Arme, Nachstella tritt rechts und Kniebeugen bis zur tiefen Hockstellung; 4. Ruhepause; 5. Schwingen der Arme von außen nach unten und innen, Kniestrecken und Kreuzschrittstellung rechts vor dem Standbeine; 6. Ruhepause; 7. Schwingen der Arme von innen nach unten und außen, Schlußtritt rechts und Kniebeugen bis zur tiefen Hockstellung; 8. Ruhepause; 9. Vorschwingen der Arme und Ausfall rechts seitwärts; 10. Ruhepause; 11. Senken der Arme in den Abhang und Schlußtritt links; 12. Ruhepause; 13.—24. Übung 1—12 widergleich und schließlich Schultern der Keulen.

Die Zweiten üben gleichzeitig:

g) 1. Seitheben der Arme und Seittritt links in die Grätschstellung; 2. Schwingen der Arme nach unten, innen und oben und Kniebeugen links; 3. Beugen der Arme zum Hochstoßen und Kniebeugwechsel; 4. Hochstoßen der Arme und wieder Kniebeugwechsel; 5. Rumpfdrehen links und Vorbeugen desselben mit Vorseuken der Arme in die wagerechte Halte; 6. Waagschwingen der Arme nach außen; 7. Vorschwingen der Arme; 8. Hochheben der Arme, Rumpfstrecken und Zurückdrehen; 9. Beugen der Arme und Kniebeugwechsel; 10. Hochstoßen der Arme und wieder Kniebeugwechsel; 11. Schwingen der Arme von oben nach innen, unten und außen und Knie-

strecken; 12. Senken der Arme in den Abhang und Schlußtritt links; 13.—24. Übung 1—12 widergleich und schließlich Schultern der Keulen. 24 Zeiten

- | | |
|--|----------|
| h) Alle gehen 3 Schritte vorwärts bis jedes Paar geschlossen ist und dann 3 Tritte an Ort. | 6 Zeiten |
| i) Die Einzelnen drehen sich mit 6 Tritten an Ort zu Stirnpaaren. | 6 Zeiten |
| k) Alle Paare gehen 6 Schritte rückwärts. | 6 Zeiten |
| l) Alle gehen 6 Tritte an Ort. | 6 Zeiten |
| m) Wie bei h). | 6 Zeiten |
| n) Wie bei c). | 6 Zeiten |
| o) Wie bei d). | 6 Zeiten |
| p) Wie bei e). | 6 Zeiten |
| q) Wie bei f). | 6 Zeiten |

Die Ersten üben:

r) 1. Vorhochheben der Arme und Seittritt links; 2. Ruhepause; 3. Schwingen beider Arme von oben nach links, unten und rechts und Auslagestellung rechts hinter dem Standbeine; 4. Ruhepause; 5. Kreis schwingen beider Arme von rechts nach unten und Seittritt links; 6. Kreis schwingen der Arme von rechts nach oben; 7. Schwingen der Arme von rechts nach unten links und oben und Auslagestellung links hinter dem Standbeine; 8. Ruhepause; 9. Seittritt rechts und Kreis schwingen der Arme von oben nach innen; 10. Kreis schwingen der Arme von innen nach außen; 11. Senken der Arme nach vorn in den Abhang und Schlußtritt links; 12. Ruhepause; 13.—24. Übung

Die Zweiten üben gleichzeitig:

r) 1. Vorheben der Arme und Vortritt links; 2. mit der rechten Hand Innenkreis und der linken Hand Außenkreis von vorn nach unten; 3. Seit schwingen (Wagschwingen) nach rechts und Rücktritt links; 4. Vorlingskreis mit beiden Händen von außen nach unten; 5. Kreis schwingen beider Arme von rechts außen nach unten und Ausfall links seitwärts; 6. Wie bei 4; 7. Kreis schwingen beider Arme von rechts außen nach oben und Rücktritt links; 8. Vorlingskreis mit beiden Händen von außen nach oben; 9. Vor schwingen der Arme und Vortritt links; 10. wie bei 2; 11. Senken der Arme in den Abhang und Schlußtritt links; 12.

1—12 widergleich und schließlich
Schultern der Keulen.

Außenkreis mit beiden Händen von
unten nach vorn; 13.—24. Übung
1—12 widergleich und schließlich
Schultern der Keulen. 24 Zeiten

s) Wie bei h).	6 Zeiten
t) Wie bei i).	6 Zeiten
u) Wie bei k).	6 Zeiten
v) Wie bei a).	6 Zeiten

Zusammen 162 Zeiten

II. Theil.

a) Die Einzelnen des II. Paares machen mit 6 Tritten an Ort eine $\frac{1}{2}$ Drehung rechts, während die anderen 6 Tritte an Ort gehen.	6 Zeiten
b) Die Linie macht eine $\frac{1}{2}$ Schwenkung links um die Mitte mit 6 Schritten.	6 Zeiten
c) Alle gehen 6 Tritte an Ort.	6 Zeiten
d) Wie bei d) I. Theil.	6 Zeiten
e) Wie bei e) I. Theil.	6 Zeiten
f) Wie bei f) I. Theil.	6 Zeiten
g) Die Ersten üben wie die Zweiten und die Zweiten wie die Ersten bei g) I. Theil.	24 Zeiten
h) Wie bei h) I. Theil.	6 Zeiten
i) Wie bei i) I. Theil.	6 Zeiten
k) Wie bei k) I. Theil.	6 Zeiten
l) Wie bei l) I. Theil.	6 Zeiten
m) Wie bei b).	6 Zeiten
n) Wie bei c).	6 Zeiten
o) Wie bei d) I. Theil.	6 Zeiten
p) Wie bei e) I. Theil.	6 Zeiten
q) Wie bei f) I. Theil.	6 Zeiten
r) Die Ersten üben wie die Zweiten und die Zweiten wie die Ersten bei r) I. Theil.	24 Zeiten
s) Wie bei h) I. Theil.	6 Zeiten
t) Wie bei i) I. Theil.	6 Zeiten
u) Wie bei k) I. Theil.	6 Zeiten
v) Die Einzelnen der zweiten Paare machen mit 6 Tritten an Ort eine $\frac{1}{2}$ Drehung links. Die anderen gehen 6 Tritte an Ort.	6 Zeiten

Zusammen 162 Zeiten

XII.

Ordnungs- und Hantelübungen.

Inhalt: Reihungen mit Drehungen in Verbindung mit Hantelübungen.

Zur Ausführung sind mindestens 2 Stirnviererreihen erforderlich.

Vorbereitung: Antreten — marsch! Hantel holen — marsch! Rechts richtet — euch! Achtung! Abzählen zu Viererreihen — zählt!

I. Theil.

Die erste Reihe übt:

a) 1. Vorreihen vor den Ersten mit 4 Schritten;*) 2. Alle gehen mit Antreten rechts 4 Tritte an Ort; 3. zwei Nachstell Schritte rechts seitwärts in 4 Zeiten; 4. wie bei 2.; 5. Seitheben der Arme und Seittritt rechts; 6. Beugen der Arme zum Hochstoßen und Kreuztritt links vor dem Standbeine; 7. Hochstoßen der Arme und eine ganze Drehung rechts auf beiden Fußspitzen; 8. eine ganze Drehung links auf beiden Fußspitzen und Beugen der Arme zum Seitstoßen; 9. Seitstoßen der Arme und Seittritt links; 10. Senken der Arme in den Abhang und Schlußtritt rechts; 11. 4 Tritte an Ort; 12. eine $\frac{1}{4}$ Drehung links mit 4 Tritten an Ort.

Die zweite Reihe übt gleichzeitig:

a) 1. Vorheben der Arme und Vortritt links; 2. Hochheben der Arme und Vortritt rechts; 3. eine $\frac{1}{2}$ Drehung links auf beiden Fußspitzen, Kniebeugen links, Vorbeugen des Rumpfes und Tiefsenken der Arme; 4. Rumpfstrecken, Hochheben der Arme, Kniestrecken und eine $\frac{1}{2}$ Drehung rechts auf beiden Fußspitzen; 5. Vorsenken der Arme und Rücktritt rechts; 6. Senken der Arme in den Abhang und Schlußtritt links; 7. 4 Tritte an Ort; 8. Vorreihen vor den Vierten mit 4 Schritten; 9. Alle gehen 4 Tritte an Ort; 10. 2 Nachstell Schritte links seitwärts in 4 Zeiten; 11. wie bei 8.; 12. eine $\frac{1}{4}$ Drehung rechts mit 4 Tritten an Ort. 48 Zeiten

*) Ueber Ausführung siehe Fußnote Seite 5.

b) 1. Vorreihen vor den Vierten mit 4 Schritten; 2. Alle gehen 4 Tritte an Ort; 3. zwei Nachstellschritte links vorwärts in 4 Zeiten; 4. wie bei 2; 5. Beugen der Arme zum Seitstoßen und Knieheben rechts; 6. Seitstoßen der Arme und Kniesenken und Seitschrittstellung rechts; 7. Senken der Arme in den Abhang und Schlußtritt rechts; 8.—10. Übung 5—7 widergleich; 11. 4 Tritte an Ort; 12. Eine $\frac{1}{4}$ Drehung links mit 4 Tritten an Ort.

c) Wie bei a).

d) Wie bei b).

b) 1. Vorhochheben der Arme und Auslagestellung links rückwärts; 2. Rückbeugen des Rumpfes; 3. Rumpfstrecken, Senken der Arme in den Abhang und Stand; 4. bis 6. Übung 1—3 widergleich; 7. 4 Tritte an Ort; 8. Vorreihen vor den Ersten mit 4 Schritten; 9. wie bei 7.; 10. 2 Nachstellschritte vorwärts in 4 Zeiten; 11. wie bei 7.; 12. eine $\frac{1}{4}$ Drehung rechts mit 4 Tritten an Ort.

48 Zeiten

48 Zeiten

Zusammen 192 Zeiten

II. Theil.

Die erste Reihe macht die Übungen der zweiten Reihe und die zweite Reihe die der ersten Reihe aus dem I. Theile.

XIII.

Ordnungs- und Freiübungen.

Inhalt: Schwertkern in Verbindung mit Freiübungen ohne Belastung in widergleicher Ausführung.

Zur Ausführung ist mindestens eine Kreislinie von 4 Viererreihen (Fig. 31) erforderlich.

Vorbereitung: Antreten — marsch! Abzählen zu Viererreihen — zählt! Eintheilung der Linie zum Reihenkörpergefüge, so daß je 4 Reihen einen Reihenkörper bilden. Umbilden jeder Stirnlinie zur Kreislinie — marsch! Richtet — euch!



I. Theil.

- a) Jeder Einzelne eine $\frac{1}{4}$ Drehung rechts mit 4 Tritten an Ort. 4 Zeiten
- b) Links nebenreihen neben die Ersten zur Kreis säule mit 4 Schritten. 4 Zeiten
- c) Alle 4 Tritte an Ort. 4 Zeiten
- d) Jede Reihe eine $\frac{1}{4}$ Schwenkung links (Schwenk stern) mit 4 Schritten. 4 Zeiten
- e) Rechts kreisen der Vierten um die Dritten und der Zweiten um die Ersten mit 8 Schritten. 8 Zeiten
- f) Wie bei d). 4 Zeiten
- g) " " e). 8 Zeiten
- h) " " d). 4 Zeiten
- i) " " e). 8 Zeiten
- k) " " d). 4 Zeiten
- l) " " e). 8 Zeiten
- m) Hinterreihen hinter die Ersten zur Kreislinie mit vier Schritten. 4 Zeiten
- n) Alle 4 Tritte an Ort. 4 Zeiten
- o) Jeder Einzelne eine $\frac{1}{4}$ Drehung links mit 4 Tritten an Ort. 4 Zeiten

Die erste und dritte Reihe übt:

p) 1. Beugen der Arme zum Vorstoßen und Ausfall rechts vorwärts; 2. Vorstoßen der Arme, Stand und Kniebeugen bis zur tiefen Hochstellung; 3. Schwingen des rechten Armes nach oben und hinten und Ausfall rechts rückwärts; 4. Schwingen des rechten Armes nach oben und vorn, Stand und tiefe Hochstellung; 5. Beugen der Arme und Ausfall rechts vorwärts; 6. Strecken der Arme

Die zweite und vierte Reihe übt gleichzeitig:

p) 1. Schwingen des rechten Armes von unten nach vorn, oben und hinten und Vorheben des linken Armes in Verbindung mit Ausfall rechts rückwärts; 2. Schwingen des rechten Armes von hinten nach oben und vorn, Stand und Kniebeugen bis zur tiefen Hochstellung; 3. Beugen beider Arme zum Vorstoßen und Ausfall rechts vorwärts; 4. Vorstoßen der Arme, Stand und tiefe Hochstellung; 5. Schwingen

in den Abhang und Stand;
7.—12. Uebung 1—6 wider-
gleich.

Die Ersten und Zweiten jeder
Reihe üben:

qu) Uebung p) der ersten
und dritten Reihe.

Die Ersten und Dritten jeder
Reihe üben:

r) Uebung p) der ersten und
dritten Reihe.

des rechten Armes von vorn
nach oben und hinten und Aus-
fall rechts rückwärts; 6. Schwin-
gen des rechten Armes von hinten
nach oben und vorn in den Ab-
hang, Senken des linken Armes
und Stand; 7.—12. Uebung
1—6 widergleich. 48 Zeiten

Die Dritten u. Vierten jeder
Reihe üben gleichzeitig:

qu) Uebung p) der zweiten
und vierten Reihe. 48 Zeiten

Die Zweiten u. Vierten jeder
Reihe üben gleichzeitig:

r) Uebung p) der zweiten
und vierten Reihe. 48 Zeiten

Zusammen 220 Zeiten

II. Theil.

- a) Alle Einzelnen eine $\frac{1}{4}$ Drehung links mit 4 Tritten
an Ort. 4 Zeiten
- b) Rechts nebenreihen neben die Vierten mit 4 Schritten. 4 Zeiten
- c) Alle 4 Tritte an Ort. 4 Zeiten
- d) Ein $\frac{1}{4}$ Schwenksterne rechts mit 4 Schritten. 4 Zeiten
- e) Links kreisen der Ersten um die Zweiten, und der Dritten
um die Vierten mit 8 Schritten. 8 Zeiten
- f) Wie bei d). 4 Zeiten
- g) " " e). 8 Zeiten
- h) " " d). 4 Zeiten
- i) " " e). 8 Zeiten
- k) " " d). 4 Zeiten
- l) " " e). 8 Zeiten
- m) Hinterreihen hinter die Vierten zur Kreislinie mit vier
Schritten. 4 Zeiten

n) Wie bei c).

o) Jeder Einzelne macht $\frac{1}{4}$ Drehung rechts mit 4 Tritten an Ort.

4 Zeiten

4 Zeiten

Die erste und dritte Reihe übt:

p) 1. Eine $\frac{1}{2}$ Drehung rechts auf der linken Fußspitze und Rücktritt rechts in Verbindung mit Beugen der Arme zum Speichhieb; 2. Speichhieb in die Vorhebbalte und Ausfall rechts vorwärts; 3. Beugen der Arme zum Vorstoßen und Kreuztritt rechts hinter dem Standbeine; 4. Vorstoßen der Arme und Ausfall rechts vorwärts; 5. Beugen der Arme zum Speichhieb und Rücktritt rechts; 6. Strecken der Arme in den Abhang und eine $\frac{1}{2}$ Drehung links auf der linken Fußspitze in den Stand; 7.—12. Übung 1—6 widergleich.

Die Ersten und Zweiten jeder Reihe üben:

qu) Übung p) der ersten und dritten Reihe vom II. Theile.

Die Ersten und Dritten jeder Reihe üben:

r) Übung p) der ersten und dritten Reihe vom II. Theile.

s) Umgestalten der Kreislinie zur geraden Linie — marsch!

Die zweite und vierte Reihe übt gleichzeitig:

p) 1. Beugen der Arme zum Vorstoßen und Kreuztritt rechts hinter dem Standbeine; 2. Vorstoßen der Arme und Ausfall rechts vorwärts; 3. $\frac{1}{2}$ Drehung rechts auf der linken Fußspitze, und Rücktritt rechts bei gleichzeitigem Beugen der Arme zum Speichhieb; 4. $\frac{1}{2}$ Drehung links auf der linken Fußspitze, Ausfall rechts vorwärts und Speichhieb in die Vorhebbalte; 5. Beugen der Arme und Kreuztritt rechts hinter dem Standbeine; 6. Strecken der Arme in den Abhang und Schlußtritt rechts; 7.—12. Übung 1—6 widergleich.

48 Zeiten

Die Dritten u. Vierten jeder Reihe üben gleichzeitig:

qu) Übung p) der zweiten und vierten Reihe vom II. Theile.

48 Zeiten

Die Zweiten u. Vierten jeder Reihe üben gleichzeitig:

r) Übung p) der zweiten und vierten Reihe vom II. Theile.

48 Zeiten

Zusammen 220 Zeiten

XIV.


Ordnungs- und Stabübungen.

Inhalt: Reihungen, Drehungen, Gieße und Deckungen.

Zur Ausführung ist mindestens eine geöffnete Stirn-
Viererreihe (Fig. 32) erforderlich.

Vorbereitung: Antreten — marsch!

Fig. 32.

Stäbe holen — marsch! Abzählen zu
Viererreihen — zählt! Rechts — um! 
Richtet — euch! Links nebenreihen
neben den Ersten — marsch! Deffnen der Reihen aus
der Mitte zu einem Abstände von 2 Schritten — marsch!
1, 2, 3. Richtet — euch! Stab rechts auf — übt! 1, 2.

I. Theil.

Der Zweite übt:

a) 1. Nebenreihen rechts mit
rechts Kreisen neben den Ersten
mit 8 Schrit-
ten unter Bei-
behaltung des
Abstandes von
zwei Schritten
(Fig. 33); 2.
4 Tritte an Ort; 3. eine $\frac{1}{4}$
Drehung links mit 4 Tritten
an Ort.

Fig. 33.



Der Dritte übt:

a) 1. Nebenreihen links mit
rechts Kreisen neben den Vier-
ten mit acht
Schritten un-
ter Beibehal-
tung des Ab-
standes von
2 Schritten
(s. Fig. 33); 2. 4 Tritte an Ort;
3. eine $\frac{1}{4}$ Drehung rechts mit
4 Tritten an Ort. 16 Beiten

Der Erste übt gleichzeitig
mit dem Zweiten:

a) 1. Stab vor und Knie-
beugen bis zur tiefen Hockstel-
lung;* 2. Stab schräg links und
Auslagestellung rechts hinter
dem Standbeine; 3. Stab auf
der rechten Hüfte und Kreuz-

Der Vierte übt gleichzeitig
mit dem Dritten:

a) 1. Stab vor und Knie-
beugen bis zur tiefen Hockstel-
lung; 2. Stab schräg rechts und
Auslagestellung links hinter
dem Standbeine; 3. Stab auf
der linken Hüfte und Kreuz-

*) Ueber Ausführung siehe Fußnote Seite 5.

Schrittstellung rechts vor dem Standbeine; 4. Stab nach links und Ausfall rechts seitwärts.

Der Zweite übt:

b) 1. Stab zum Hieb und Auslagestellung links rückwärts; 2. Speichhieb und Ausfall links vorwärts; 3. wie bei 1; 4. Stab links auf und Stand; 5. Stab rechts hinten und Ausfall links vorwärts; 6. Stab schräg hoch (Speichhiebdeckung), Auslagestellung links rückwärts und mäßiges Vorbeugen des Rumpfes; 7. wie bei 5; 8. Stab rechts auf und eine $\frac{1}{4}$ Drehung rechts in den Stand.

Der Erste übt:

b) 1. Stab nach rechts hinten, eine $\frac{1}{4}$ Drehung rechts auf der rechten Fußspitze und Ausfall links vorwärts; 2. Auslagestellung links rückwärts, Stab schräg hoch (Speichhiebdeckung) und mäßiges Vorbeugen des Rumpfes; 3. Stab nach rechts hinten und Ausfall links vorwärts; 4. Stab links auf und Stand; 5. Stab zum Hieb und Auslagestellung rechts rückwärts; 6. Speichhieb und Ausfall links vorwärts; 7. wie bei 5; 8. Stab rechts auf und eine $\frac{1}{4}$ Drehung links in den Stand.

Schrittstellung links vor dem Standbeine; 4. Stab nach rechts und Ausfall links seitwärts. 16 Zeiten

Der Dritte übt:

b) Wie der Zweite, nur macht er zum Schlusse eine $\frac{1}{4}$ Drehung links.

Der Vierte übt:

b) 1. Stab nach rechts hinten, eine $\frac{1}{4}$ Drehung rechts auf der rechten Fußspitze und Ausfall links vorwärts; 2. Auslagestellung links rückwärts, Stab schräg hoch (Speichhiebdeckung) und mäßiges Vorbeugen des Rumpfes; 3. Stab nach rechts hinten und Ausfall links vorwärts; 4. Stab links auf und Stand; 5. Stab zum Hieb und Auslagestellung links rückwärts; 6. Speichhieb und Ausfall links vorwärts; 7. wie bei 5; 8. Stab rechts auf und eine $\frac{1}{4}$ Drehung links in den Stand. 32 Zeiten

Der Erste übt:

c) Wie der Zweite bei a).

Der Zweite übt:

c) Wie der Erste bei a).

Der Erste übt:

d) 1. Stab zum Hieb und Auslagestellung links rückwärts; 2. Elbhieb und Ausfall links vorwärts (Fig. 34a); 3. wie

Der Vierte übt:

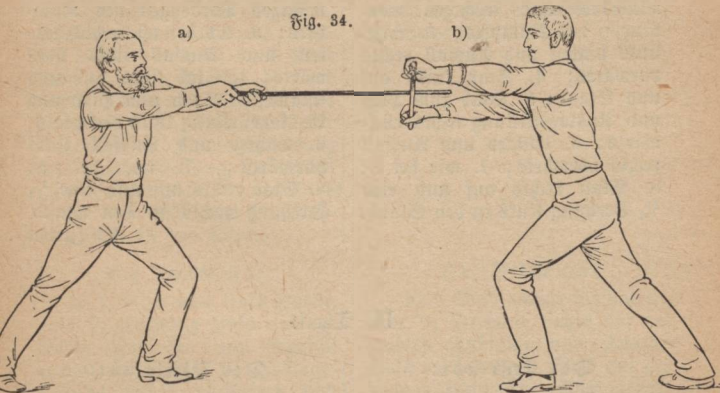
c) Wie der Dritte bei a).

Der Dritte übt:

c) Wie der Vierte bei a).

Der Vierte übt:

d) Wie der Erste, nur macht er zum Schlusse eine $\frac{1}{4}$ Drehung links.



Hieb und Ausfall links vorwärts.

bei 1; 4. Stab links auf und Stand; 5. Stab rechts hinten und Ausfall links vorwärts; 6. Stab vorlings tief (Elbhiebdeckung), Auslagestellung links rückwärts und mäßiges Vor-

Stab vorlings tief (Elbhiebdeckung) Auslagestellung rechts rückwärts und mäßiges Vorbeugen des Rumpfes.

beugen des Rumpfes; 7. wie bei 5; 8. Stab rechts auf und eine $\frac{1}{4}$ Drehung rechts in den Stand.

Der Zweite übt:

d) Eine $\frac{1}{4}$ Drehung rechts auf der linken Fußspitze und Ausfall rechts vorwärts und Stab links hinten; 2. Stab vorlings tief (Fig. 31b) (Uthiebdeckung), Auslagestellung rechts rückwärts und mäßiges Vorbeugen des Rumpfes; 3. Stab links hinten und Ausfall rechts vorwärts; 4. Stab links auf und Stand; 5. Stab zum Hieb und Auslagestellung rechts rückwärts; 6. Uthieb und Ausfall rechts vorwärts; 7. wie bei 5; 8. Stab rechts auf und eine $\frac{1}{4}$ Drehung links in den Stand.

Der Dritte übt:

d) 1. Stab nach rechts hinten eine $\frac{1}{4}$ Drehung links auf der rechten Fußspitze und Ausfall links vorwärts; 2. Stab vorlings tief (Uthiebdeckung), Auslagestellung links rückwärts und mäßiges Vorbeugen des Rumpfes; 3. Stab nach rechts hinten und Ausfall links vorwärts; 4. Stab links auf und Stand; 5. Stab zum Hieb und Auslagestellung links rückwärts; 6. Uthieb und Ausfall links vorwärts; 7. wie bei 5; 8. Stab rechts auf und eine $\frac{1}{4}$ Drehung rechts in den Stand.

32 Zeiten

II. Theil.

Der Erste übt:

1. Nebenreihen links neben den Zweiten mit rechts Kreisen (Fig. 35) mit acht Schritten; 2. vier Tritte an Ort; 3. eine $\frac{1}{4}$ Drehung rechts mit 4 Tritten an Ort.

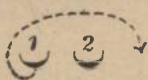


Fig. 35.

Der Vierte übt:

1. Nebenreihen rechts neben den Dritten mit rechts Kreisen mit 8 Schritten; 2. vier Tritte an Ort; 3. eine $\frac{1}{4}$ Drehung links mit 4 Tritten an Ort.



Der Zweite übt:

a) 1. Stab rechts hoch und Kreuzschrittstellung links vor dem Standbeine; 2. Stab links über rechts und Rückschrittstellung links; 3. Stab rechts vor und Kniebeugen bis zum Aufknien links; 4. Stab hoch und Kniestrecken in die Rückschrittstellung.

Der Erste übt:

b) 1. Stab zum Hieb und Auslagestellung links rückwärts; 2. Rammhieb links und Ausfall links; 3. wie bei 1; 4. Stab links auf und Stand; 5. Stab rechts hinten und Ausfall links vorwärts; 6. Stab auf der linken Hüfte, Rammhiebedeckung und Auslagestellung links rückwärts; 7. wie bei 5; 8. Stab rechts auf und eine $\frac{1}{4}$ Drehung links in den Stand.

Der Zweite übt:

b) 1. Stab nach links hinten, eine $\frac{1}{4}$ Drehung links auf der linken Fußspitze und Ausfall rechts vorwärts; 2. Auslagestellung rechts rückwärts und Stab auf der linken Hüfte Rammhiebedeckung; 3. Stab nach links hinten und Ausfall rechts vorwärts; 4. Stab links auf und Stand; 5. Stab zum Hieb und Auslagestellung rechts rückwärts; 6. Rammhieb und Ausfall rechts vorwärts; 7. wie bei 5; 8. Stab

Der Dritte übt:

a) 1. Stab links hoch und Kreuzschrittstellung rechts vor dem Standbeine; 2. Stab links über rechts und Rückschrittstellung rechts; 3. Stab links vor und Kniebeugen bis zum Aufknien rechts; 4. Stab hoch und Kniestrecken in die Rückschrittstellung.

Der Vierte übt:

b) Wie der Erste bei b), nur macht er zum Schlusse eine $\frac{1}{4}$ Drehung rechts.

Der Dritte übt:

b) 1. Stab nach rechts hinten, eine $\frac{1}{4}$ Drehung rechts auf der rechten Fußspitze und Ausfall links vorwärts; 2. Stab auf der rechten Hüfte und Auslagestellung links rückwärts; 3. Stab nach rechts hinten und Ausfall links vorwärts; 4. Stab links auf und Stand; 5. Stab zum Hieb und Auslagestellung links rückwärts; 6. Rammhieb links und Ausfall links vorwärts; 7. wie bei 5; 8. Stab rechts auf

rechts auf und eine $\frac{1}{4}$ Drehung rechts in den Stand.

Der Zweite übt:

c) Wie der Erste bei a).

Der Erste übt.

c) Wie der Zweite bei a).

Der Erste übt:

d) 1. Stab zum Hieb und Auslagestellung links rückwärts; 2. Risthieb und Ausfall links vorwärts (Fig. 36a); 3. wie

und eine $\frac{1}{4}$ Drehung links in den Stand. 32 Seiten

Der Dritte übt:

c) Wie der Vierte bei a).

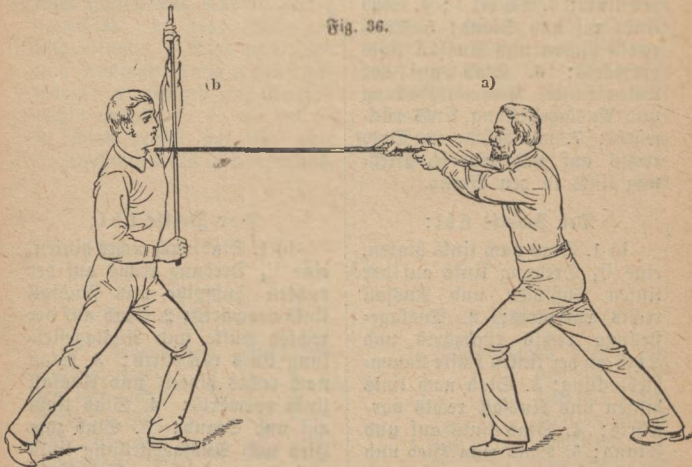
Der Vierte übt:

c) Wie der Dritte bei a).

Der Vierte übt:

d) Wie der Erste, nur macht er zum Schlusse eine $\frac{1}{4}$ Drehung links.

Fig. 36.



Stab auf der rechten Hüfte (Risthiebbedeckung) und Auslagestellung rechts rückwärts.

Risthieb und Ausfall links vorwärts

bei 1; 4. Stab links auf und Stand; 5. Stab rechts hinten und Ausfall links vorwärts; 6. Stab auf der rechten Hüfte Risthiebdeckung und Auslagestellung links rückwärts; 7. wie bei 5; 8. Stab rechts auf und eine $\frac{1}{4}$ Drehung rechts in den Stand.

Der Zweite übt:

d) 1. Eine $\frac{1}{4}$ Drehung rechts auf der linken Fußspitze und Ausfall rechts vorwärts und Stab links hinten; 2. Stab auf der rechten Hüfte (Risthiebdeckung) und Auslagestellung rechts rückwärts (Fig. 36 b); 3. Stab links hinten und Ausfall rechts vorwärts; 4. Stab links auf und in den Stand; 5. Stab zum Hieb und Auslagestellung rechts rückwärts; 6. Risthieb und Ausfall rechts vorwärts; 7. wie bei 5; 8. Stab rechts auf und eine $\frac{1}{4}$ Drehung links in den Stand.

Der Dritte übt:

d) 1. Stab rechts hinten, eine $\frac{1}{4}$ Drehung links auf der rechten Fußspitze und Ausfall links vorwärts; 2. Stab auf der rechten Hüfte (Risthiebdeckung) und Auslagestellung links rückwärts; 3. Stab nach rechts hinten und Ausfall links vorwärts; 4. Stab links auf und Stand; 5. Stab zum Hieb und Auslagestellung links rückwärts; 6. Risthieb links und Ausfall links vorwärts; 7. wie bei 5; 8. Stab rechts auf und eine $\frac{1}{4}$ Drehung rechts in den Stand. 32 Zeiten

e) Schließen der Reihen zur Mitte — marsch! Hintereihen hinter den Ersten — marsch! Stäbe ablegen — marsch!

XV.

Ordnungs- und Freiübungen.

Inhalt: Kette im Oval in Verbindung mit Freiübungen ohne Belastung widergleich.

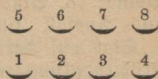
Zur Ausführung ist eine geöffnete Säule von 2 Biererreihen (Fig. 37) erforderlich.

Fig. 37.

Vorbereitung: Antreten — marsch!

Rechts richtet — euch! Achtung! Abzählen zu Biererreihen — zählt! Rechts — um! Nebenreihen rechts neben den

Ersten — marsch! Eintheilung zum Reihenkörpergefüge, so dass je eine erste und zweite Reihe einen Reihenkörper bildet, worauf man die Ersten bis Vierten als erste Reihe und die Fünften bis Achten als zweite Reihe der einzelnen Reihenkörper annimmt. Schließen der Reihenkörper vorwärts bis zu einem Abstände von einer Schrittlänge — marsch! Links — um! Öffnen der Reihen links seitwärts zu einem Abstände von einer Schrittlänge — marsch! Rechts richtet — euch! Achtung!



I. Theil.

a) Der Erste und Zweite, der Dritte und Vierte, der Fünfte und Sechste, der Siebente und Achte drehen sich in die Gegenstellung und führen die kleine Kette rechts mit 4 Schritten in die Stellung Rücken gegen Rücken aus (Siehe Fig. 18, III. Stufe).

4 Zeiten

b) Der Zweite und Sechste, der Fünfte und Achte, der Dritte und Siebente, der Erste und Vierte drehen sich in Gegenstellung und machen mit 4 Schritten die kleine Kette links in die Stellung Rücken gegen Rücken. (Siehe Fig. 19, III. Stufe.)

4 Zeiten

c) Der Sechste und Vierte, der Erste und Siebente, der Fünfte und Dritte, der Zweite und Achte drehen sich in Gegenstellung und führen die kleine Kette rechts mit 4 Schritten in die Stellung Rücken gegen Rücken aus.

4 Zeiten

d) Der Vierte und Achte, der Sechste und Siebente, der Zweite und Dritte, der Erste und Fünfte drehen sich in Gegenstellung und machen mit 4 Schritten die kleine Kette links und drehen sich schließlich so beim 4. Schritte, dass die linke Leibesseite nach außen gerichtet ist.

4 Zeiten

Der Fünfte, Sechste, Siebente
und Achte üben:

e) 1. Beugen des linken Armes zum Hochrifthieb, Beugen des rechten Armes rücklings und Ausfall links seitwärts; 2. Beugen des rechten Armes zum Hochrifthieb und des linken rücklings und Auslagestellung rechts hinter dem Standbeine; 3. Hochstrecken der Arme und Seittritt links; 4. NachsteAtritt rechts, Kniebeugen bis zur tiefen Hockstellung und Vorsenken der Arme; 5. Hochheben der Arme, Kniestrecken und Seittritt rechts; 6. Beugen des rechten Armes zum Hochrifthieb und des linken rücklings mit Kreuztritt links vor dem Standbeine; 7. Beugen des linken Armes zum Hochrifthieb und des rechten rücklings mit Ausfall rechts seitwärts; 8. Strecken der Arme in den Abhang und Schlußtritt links.

Der Erste, Zweite, Dritte und Vierte üben gleichzeitig:

e) 1. Hochheben der Arme, eine $\frac{1}{2}$ Drehung links und Ausfall links vorwärts; 2. eine $\frac{1}{2}$ Drehung links auf beiden Fersen, Kniebeugewechsel, Vorbeugen des Rumpfes, Tieffsenken der Arme und Umsassen des rechten Oberschenkels; 3. Rumpfstrecken, Hochstrecken der Arme, eine $\frac{1}{2}$ Drehung links auf beiden Fersen und Kniebeugewechsel; 4. Senken der Arme in den Abhang und eine $\frac{1}{2}$ Drehung rechts auf der rechten Ferse in den Stand; 5.—8. Übung 1—4 widergleich.

32 Zeiten

Zusammen 48 Zeiten

II. Theil.

a) Der Siebente und Achte, der Sechste und Fünfte, der Vierte und Dritte, der Erste und Zweite machen die kleine Kette rechts in die Stellung Rücken gegen Rücken mit 4 Schritten. (siehe Fig. 22, III. Stufe).

4 Zeiten

b) Der Dritte und Siebente, der Achte und Fünfte, der Vierte und Erste, der Sechste und Zweite machen die kleine Kette links mit 4 Schritten. (siehe Fig. 23, III. Stufe).

4 Zeiten

c) Der Dritte und Fünfte, der Achte und Zweite, der Siebente und Erste, der Vierte und Sechste machen die kleine Kette rechts in die Stellung Rücken gegen Rücken mit 4 Schritten. (siehe Fig. 24, III. Stufe).

4 Zeiten

d) Der Fünfte und Erste, der Dritte und Zweite, der Siebente und Sechste, der Achte und Vierte führen mit 4 Schritten die kleine Kette links aus (siehe Fig. 25, III. Stufe) und drehen sich beim 4. Schritte so, daß die linke Seite nach außen gerichtet ist.
4 Zeiten

Der Erste, Zweite, Dritte und Vierte üben:

e) Übung e) des Fünften, Sechsten, Siebenten und Achten im I. Theile.

Der Fünfte, Sechste, Siebente u. Achte üben gleichzeitig:

e) Übung e) des Ersten, Zweiten, Dritten und Vierten im I. Theile.

32 Zeiten

Zusammen 48 Zeiten

III. Theil.

a—d) Übungen a—d) des I. Theiles.

16 Zeiten

Der Fünfte, Sechste, Siebente und Achte üben:

e) 1. Ein Galopp hüpfen und Ausfall links seitwärts mit Seitheben beider Arme nach rechts; 2. Hochheben der Arme, Kniestrecken, eine $\frac{1}{2}$ Drehung links auf der linken Fußspitze und Seittritt rechts; 3. Beugen der Arme zum Vorstoßen und Kreuztritt links vor dem Standbeine; 4. Vorstoßen der Arme, eine $\frac{1}{2}$ Drehung rechts auf beiden Fußspitzen und Kniebeugen bis zur tiefen Hochstellung; 5. Beugen der Arme zum Hochstoßen, Kniestrecken und eine $\frac{1}{2}$ Drehung links auf beiden Fußspitzen in die Kreuzschrittstellung; 6. Hochstoßen der Arme und Seittritt links; 7. eine $\frac{1}{2}$ Drehung

Der Erste, Zweite, Dritte u. Vierte üben gleichzeitig:

e) 1. Eine $\frac{1}{4}$ Drehung links auf der rechten Fußspitze und Rücktritt links; 2. Beugen der Arme zum Hochstoßen und Kniebeugen bis zum Aufknien links; 3. Hochstoßen der Arme und Kniestrecken in die Rückschrittstellung; 4. eine $\frac{1}{4}$ Drehung rechts auf der rechten Fußspitze in den Stand und Senken der Arme in den Abhang; 5.—8. Übung 1—4 widergleich.

32 Zeiten

Zusammen 48 Zeiten

links auf der linken Fußspitze, ein Galopp hüpfen und Ausfall rechts seitwärts mit Seitjenken beider Arme nach links; 8. Senken der Arme in den Abhang und Schlußtritt links.

IV. Theil.

a—d) Uebung a—d) des II. Theiles.

Der Erste, Zweite, Dritte und Vierte üben:

e) Uebung e) des Fünften, Sechsten, Siebenten und Achten im III. Theile.

Der Fünfte, Sechste, Siebente u. Achte üben gleichzeitig:

o) Uebung o) des Ersten, Zweiten, Dritten und Vierten im III Theile. 32 Zeiten

Zusammen 48 Zeiten

f) Schließen der Reihen rechts seitwärts! — marsch! Hinterreihen hinter den Ersten und Umbilden zur Stirnreihe — marsch!

XVI.

Ordnungs- und Keulenübungen.

Inhalt: Kette in der Viererreihe in Verbindung mit Keulenübungen.

Zur Ausführung ist mindestens eine geöffnete Stirn-Viererreihe (Fig. 38) erforderlich.

Vorbereitung: Antreten — marsch!

Fig. 38.

Zwei Keulen holen — marsch! Richtet — euch! Abzählen zu Viererreihen — zählt!

1 2 3 4

Rechts — um! Nebenreihen links neben den Ersten — marsch! Öffnen der Reihen aus der Mitte zu einem Abstände von 2 Schritten — marsch! Richtet — euch! Achtung!

I. Theil.

a) Der Erste und Zweite, der Dritte und Vierte drehen sich in die Gegenstellung und machen mit 6 Schritten die kleine Kette rechts in die Stellung Rücken gegen Rücken. 6 Zeiten

b) Alle gehen 6 Tritte an Ort. 6 Zeiten

Der Erste und Dritte üben:

c) 1. Hochstrecken der Arme und Ausfall links seitwärts (Fig. 39a); 2.—3. Pause; 4. Kreisen der Arme von oben

Der Zweite und Vierte üben gleichzeitig:

c) 1. Seitstrecken der Arme und Kniebeugen in die tiefe Hochstellung (Fig. 39b); 2. Krei-

Fig. 39.



Seitstrecken der Arme und Kniebeugen in die tiefe Hochstellung.



Hochstrecken der Arme und Ausfall links seitwärts.

nach innen und Kniebeugwechsel; 5. wie bei 4; 6. wie bei 4; 7. Schwingen der Arme von oben nach innen, unten und außen, Schlußtritt links und Kniebeugen in die tiefe Hockstellung; 8.—9. Pause; 10. Kniestrecken, Ausfall links seitwärts und Schwingen der Arme von außen nach unten, innen und oben; 11.—12. Pause; 13. Kreisschwingen der Arme von oben nach außen und Kniebeugwechsel; 14. wie bei 13; 15. Keulen schultern und Schlußtritt links; 16.—30. Übung 1—15 widergleich.

sen der Hände vorlings von außen nach unten; 3. wie bei 2; 4. Schwingen des linken Armes von außen nach oben und innen und Ausfall links seitwärts; 5.—6. Pause; 7. Kreisschwingen beider Arme von außen rechts nach unten und Auslagestellung links hinter dem Standbeine; 8. Kreisschwingen der Arme wie bei 7; 9. Kreisschwingen der Arme von außen nach unten; 10. Schwingen des linken Armes von innen nach oben und außen und Ausfall links seitwärts 11.—12. Pause; 13. Schlußtritt links und Kniebeugen in die tiefe Hockstellung; 14. Handkreisen wie bei 13; 15. Keulen schultern und Stand; 16.—30. Übung 1—15 widergleich. 30 Zeiten

d) Der Erste und Vierte machen mit 6 Schritten die kleine Kette rechts in die Stellung Rücken gegen Rücken (Fig. 40). Der Dritte und Zweite macht gleichzeitig mit 6 Tritten an Ort eine $\frac{1}{2}$ Drehung links.

Fig. 40.



e) Alle gehen 6 Tritte an Ort. 6 Zeiten

f) Alle üben wie bei c 30 Zeiten

g) 1. Der Erste und Dritte, der Zweite und Vierte machen mit 6 Schritten die kleine Kette rechts zur Stellung Rücken gegen Rücken.

h) Alle gehen 6 Tritte an Ort. 6 Zeiten

i) Alle üben wie bei c. 30 Zeiten

k) 1. Der Zweite und Dritte führen mit 6 Schritten die kleine Kette links in die Stellung Rücken gegen Rücken aus während der Erste und Vierte mit 6 Tritten an Ort eine $\frac{1}{2}$ Drehung links machen. 6 Zeiten

- l) Alle gehen 6 Tritte an Ort.
m) Alle üben wie bei c.

6 Zeiten
30 Zeiten

Zusammen 162 Zeiten

II. Theil.

a) Der Erste und Zweite, der Dritte und Vierte machen mit 6 Schritten die kleine Kette rechts. 6 Zeiten

b) Alle gehen 6 Tritte an Ort 6 Zeiten

Der Erste und Dritte übt:

c) 1. Eine $\frac{1}{4}$ Drehung links auf der rechten Fußspitze, Ausfall links vorwärts und Hochstrecken der Arme; 2.—3. Pause; 4. Kreisschwingen beider Arme von oben nach links seitwärts, eine $\frac{1}{2}$ Drehung rechts auf beiden Fersen und Kniebeugwechsel; 5. Kreisschwingen beider Arme von oben nach rechts seitwärts und eine $\frac{1}{2}$ Drehung links auf beiden Fersen und Kniebeugwechsel; 6. Wie bei 4; Rücksenken des rechten Armes, Beugen des linken Armes, so daß sich die Keule wagerecht über dem Kopfe befindet und Kreuzschrittstellung links vor dem Standbeine; 7.—8. Pause; 9. Hochheben (Strecken) der Arme und Auslagestellung links rückwärts; 10.—11. Pause; 12. Kreisschwingen beider Arme von oben nach rechts, eine $\frac{1}{2}$ Drehung auf beiden Fersen mit Kniebeugwechsel; 13. Pause; 14. Keulen schultern und $\frac{1}{4}$ Drehung rechts in den Stand; 15.—16. 1.—15. widergleich.

Der Zweite und Vierte übt gleichzeitig:

1. Eine $\frac{1}{4}$ Drehung links auf der rechten Fußspitze, Vortritt links und Vorstrecken der Arme; 2. Handkreisen innen von vorn nach unten; 3. Handkreisen außen von vorn nach unten; 4. Schwingen des linken Armes von vorn nach unten und hinten, Beugen des rechten Armes zum Speichhieb und Ausfall rechts vorwärts; 5.—6. Pause; 7. Hochheben (Strecken) der Arme und Kniebeugwechsel; 8. Kreisschwingen des rechten Armes von oben nach vorn und Kniebeugwechsel; 9. Kreisschwingen des rechten Armes von oben nach vorn; 10. Beugen des rechten Armes zum Speichhieb, Rücksenken des linken Armes und Auslagestellung rechts rückwärts; 11.—12. Pause; 13. Vorschwingen der Arme und Kniestrecken links; 14. Handkreisen wie bei 2; 15. Keulen schultern und eine $\frac{1}{4}$ Drehung rechts in den Stand; 16—30. Übung 1.—15. widergleich. 30 Zeiten

d) 1. Der Erste und Vierte machen mit 6 Schritten die kleine Kette links in die Stellung Rücken gegen Rücken, während der Zweite und Dritte mit 6 Tritten an Ort eine $\frac{1}{2}$ Drehung links ausführen. 6 Zeiten

e) Alle gehen 6 Tritte an Ort. 6 Zeiten

f) Alle üben wie bei c. 30 Zeiten

g) 1. Der Erste und Dritte der Zweite und Vierte machen mit 6 Schritten die kleine Kette rechts in die Stellung Rücken gegen Rücken. 6 Zeiten

h) Alle gehen 6 Tritte an Ort. 6 Zeiten

i) Alle üben wie bei c. 30 Zeiten

k) 1. Der Zweite und Dritte machen mit 6 Schritten die kleine Kette links in die Stellung Rücken gegen Rücken, während der Erste und Vierte mit 6 Tritten an Ort eine $\frac{1}{2}$ Drehung links ausführen. 6 Zeiten

l) Alle gehen 6 Tritte an Ort. 6 Zeiten

m) Alle üben wie bei c und drehen sich schließlich in die Stirnstellung. 30 Zeiten

n) Schließen der Reihen zur Mitte — marsch! Hinterreihen hinter den Ersten — marsch! Keulen ablegen — marsch!

XVII. *)

Ordnungs- und Stabübungen.

Inhalt: Auf- und Abmarsch in Verbindung mit Stabübungen.

Zur Ausführung ist mindestens eine Flanken-Viererreihe (Fig 41) erforderlich.

Vorbereitung: Antreten — marsch!

Stäbe holen — marsch! Abzählen zu Viererreihen — zählt! Vorwärtsgehen bis in die Mitte des Übungsraumes — marsch! Rechts — um! Richtet — euch! Stab rechts auf, — übt! 1, 2.

Fig. 41.

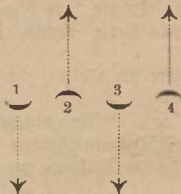
(1 (2 (3 (4

*) Ausgeführt anlässlich der Kreis- und Ganturnwarterversammlung in Linz.

a) Die Ersten und Dritten machen mit 4 Tritten an Ort eine $\frac{1}{4}$ Drehung links und gleichzeitig die andern eine $\frac{1}{4}$ Drehung rechts. 4 Zeiten

b) Alle gehen 4 Schritte (Fig. 42) vorwärts. 4 Zeiten

Fig. 42.



Die Ersten und Zweiten üben:

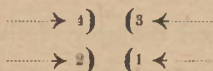
c) 1. Eine $\frac{1}{4}$ Drehung links auf der rechten Fußspitze und Ausfall links seitwärts und Stab nach rechts; 2. Stab schräg links und Auslagestellung rechts hinter dem Standbeine; 3. Eine $\frac{1}{4}$ Drehung links auf der rechten Fußspitze, Auslagestellung links rückwärts und Stab rechts zum Stoß; 4. Stab schräg vorhochstoßen und Ausfall links vorwärts; 5. Stab zum Stoß und Auslagestellung links rückwärts; 6. Stab schräg links, eine $\frac{1}{4}$ Drehung rechts auf der rechten Fußspitze und Ausfall links vor dem Standbeine; 7. Stab nach rechts und Ausfall rechts seitwärts; 8. Stab links auf und eine $\frac{1}{4}$ Drehung rechts auf der rechten Fußspitze in den Stand; 9.—10. Übung; 1.—8. widergleich.

Die Dritten und Vierten üben gleichzeitig:

c) 1. Stab vor und Kniebeugen in die tiefe Hochstellung; 2. Stab hoch und Ausfall links vorwärts; 3. Stab rechts zum Stoß und Kniebeugen bis zum Aufknien rechts; 4. Eine $\frac{1}{2}$ Drehung rechts auf beiden Fußspitzen. Aufknien links und Stab rechts vor; 5. Eine $\frac{1}{2}$ Drehung links auf beiden Fußspitzen und Aufknien links und Stab zum Stoß rechts; 6. Stab hoch und Kniestrecken in die Ausfallstellung; 7. Stab vor, Stand und Kniebeugen in die tiefe Hochstellung; 8. Stab links auf und Kniestrecken in den Stand; 9.—10. Übung; 1.—8. widergleich. 4×16 Zeiten

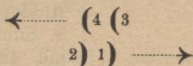
- d) Wie bei a). 4 Zeiten
 e) Wie bei b). 4 Zeiten
 f) Wie bei a). 4 Zeiten
 g) Wie bei b), so daß die Ersten und Zweiten, die Dritten und Vierten in die Gegenstellung kommen (Fig. 43).

Fig. 43.



- h) Wie bei a). 4 Zeiten
 i) Wie bei b). 4 Zeiten
 k) Die Ersten und Zweiten machen mit 4 Tritten an Ort eine $\frac{1}{4}$ Drehung links und die andern eine $\frac{1}{4}$ Drehung rechts. 4 Zeiten
 l) Alle gehen 4 Schritte vorwärts (Fig. 44). 4 Zeiten

Fig. 44.



Die Zweiten und Dritten
 üben:

m) 1. Stab links hinten und Ausfall links rückwärts; 2. Stab schräg vorhoch, mäßiges Vorbeugen des Rumpfes (Speichhiebdeckung) und Auslagestellung rechts rückwärts; 3. Stab links hinten und Ausfall rechts vorwärts; 4. Stab links auf und Schlußtritt links; 5.—8. Übung 1.—4. widergleich.

Die Ersten und Vierten
 üben gleichzeitig:

m) 1. Stab zum Hieb, eine $\frac{1}{2}$ Drehung links auf der rechten Fußspitze und Auslagestellung links rückwärts; 2. Speichhieb und Ausfall links vorwärts; 3. Stab zum Hieb und Auslagestellung links rückwärts; 4. Stab links auf und eine $\frac{1}{2}$ Drehung rechts auf der rechten Fußspitze in den Stand; 5.—8. Übung; 1.—4. widergleich. 4×8 Zeiten

- n) Wie bei k). 4 Zeiten
 o) Wie bei l). 4 Zeiten
 p) Wie bei k). 4 Zeiten

qu) Wie bei l), so daß die Paare in die Gegenstellung kommen (Fig. 45).

Fig. 45.



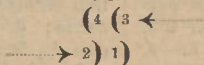
- | | |
|----------------|----------|
| r) Wie bei k). | 4 Zeiten |
| s) Wie bei l). | 4 Zeiten |
| t) Wie bei k). | 4 Zeiten |
| u) Wie bei l). | 4 Zeiten |

Die Zweiten und Dritten üben:

v) 1. Stab zum Hieb und Auslagestellung links rückwärts; 2. Speichhiebs und Ausfall links vorwärts; 3. Wie bei 1; 4. Stab links auf und Stand; 5.—8. Übung; 1.—4. widergleich.

- | | |
|--|----------|
| w) Wie bei k). | 4 Zeiten |
| x) Wie bei l). | 4 Zeiten |
| y) Wie bei k). | 4 Zeiten |
| z) Wie bei l) mit Einreihen der Paare (Fig. 46). | 4 Zeiten |

Fig. 46.



- | | |
|--|----------|
| aa) Wie bei k). | 4 Zeiten |
| bb) Wie bei l). | 4 Zeiten |
| cc) Die Ersten und Dritten machen mit 4 Tritten an Ort eine $\frac{1}{4}$ Drehung links und gleichzeitig die andern eine $\frac{1}{4}$ Drehung rechts. | 4 Zeiten |
| dd) Alle gehen 4 Schritte vorwärts. | 4 Zeiten |

Die Ersten und Vierten üben gleichzeitig:

v) 1. Eine $\frac{1}{2}$ Drehung links auf der rechten Fußspitze, Ausfall links rückwärts und Stab links hinten; 2. Stab schräg vorhoch, mäßiges Vorbeugen des Rumpfes (Speichhiebsdeckung) u. Auslagestellung links rückwärts; 3. Stab links hinten und Ausfall links rückwärts; 4. Stab links auf und eine $\frac{1}{2}$ Drehung rechts auf der rechten Fußspitze in den Stand; 5.—8. Übung; 1.—4. widergleich. 4×8 Zeiten

Die Ersten und Zweiten
üben:

ee) Wie die Dritten und
Vierten bei III.

ff) Wie bei ce).

gg) Wie bei dd).

hh) Wie bei ce).

ii) Wie bei dd) mit Einreihen zur Linie (Fig. 47). 4 Zeiten

Die Dritten und Vierten
üben gleichzeitig:

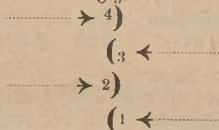
ee) Wie die Ersten und
Zweiten bei III. 4×16 Zeiten

4 Zeiten

4 Zeiten

4 Zeiten

Fig. 47.



kk) Wie bei ce).

4 Zeiten

ll) Wie bei dd).

4 Zeiten

mm) Stäbe ablegen — marsch!

XVIII.

Ordnungs- und Hantelübungen.

Inhalt: Schwenken im Viereck widergleich, Gehen an und von Ort, Bilden einer Kreisreihe und Hantelübungen widergleich.

Zur Ausführung ist mindestens eine Säule von 2 Stirn-Achterreihen mit einem Abstände von 8 Schritten von Reihe zu Reihe (Fig. 48) erforderlich.

Vorbereitung: Antreten — marsch! Hantel holen — marsch! Abzählen zu Achterreihen — zählt! Eintheilung der Reihen zum Reihenkörpergefüge, so dass je eine erste und zweite Reihe einen Reihenkörper bilden. Rechts — um! Nebenreihen links neben den Ersten — marsch!

Anmerkung: Die Säule von Achterreihen kann hier auch durch einen entsprechenden Aufzug gebildet werden.



Fig. 48.



I. Theil.

a) Die Erste Reihe macht eine $\frac{1}{4}$ Schwenkung rechts um den Ersten und gleichzeitig die zweite Reihe eine $\frac{1}{4}$ Schwenkung links um den Achten mit 8 Schritten. 8 Zeiten

b) Alle gehen 4 Tritte an Ort, dann 4 Schritte vorwärts und wieder 4 Tritte an Ort. 12 Zeiten

c) Jede Reihe geht mit 8 Schritten zur Kreisaufstellung vorwärts. 8 Zeiten

Die Ersten, Dritten, Fünften und Siebenten üben:

d) 1. Vorheben der Arme und Kniebeugen in die tiefe Hochstellung; 2. Schrägvorhochheben der Arme, Ausfall links vorwärts und mäßiges Vorbeugen des Rumpfes (Fig. 49a); 3.

Die Zweiten, Vierten, Sechsten und Achten üben gleichzeitig:

d) 1. Eine $\frac{1}{2}$ Drehung links auf der rechten Fußspitze, Ausfall links vorwärts, Schrägvorhochheben der Arme und mäßiges Vorbeugen des Rumpfes;

a

Fig. 49.



b



Schrägvorhochheben der Arme, Ausfall links vorwärts und mäßiges Vorbeugen des Rumpfes.

$\frac{1}{2}$ Drehung rechts auf beiden Fersen, Kniebeugwechsel, Vorbeugen des Rumpfes und Vortiefsenken der Arme.

eine $\frac{1}{2}$ Drehung rechts auf beiden Fersen, Kniebeugwechsel, Vorbeugen des Rumpfes und Vortiefsenken der Arme; 4. Rumpfstrecken, Hochheben der Arme, eine $\frac{1}{2}$ Drehung links auf beiden Fersen und Kniebeugwechsel; 5. Vorsenken der Arme, Stand und Kniebeugen in die tiefe Hochstellung; 6. Senken der Arme in den Abhang und Stand; 7.—12. Übung 1—6 widergleich.

e) Umgestalten der Kreisreihen zu geraden Reihen mit 8 Schritten. 8 Zeiten

f) Wie bei a). 8 Zeiten

g) " " b). 12 Zeiten

h) " " c). 8 Zeiten

i) " " b). 12 Zeiten

k) " " c). 8 Zeiten

Die Ersten, Dritten, Fünften und Siebenten üben:

1) 1. Hochheben der Arme und Kreuzschrittstellung links vor dem Standbeine; 2. Auslagestellung links rückwärts, Beugen des linken Armes zum Hochrifthieb und des rechten rücklings; 3. Schrägvorhochstrecken des rechten Armes, Schrägrücktiefstrecken des linken Armes und Ausfall links vorwärts; 4. wie bei 2; 5. Hochstrecken der Arme und Kreuzschrittstellung links vor dem Standbeine; 6. Senken der Arme in den Abhang und Stand; 7.—12. Übung 1—6 widergleich.

2. eine $\frac{1}{2}$ Drehung rechts auf beiden Fersen, Kniebeugwechsel, Vorbeugen des Rumpfes und Vortiefsenken der Arme (Fig. 49b); 3. Rumpfstrecken, Hochheben der Arme, eine $\frac{1}{2}$ Drehung links auf beiden Fersen mit Kniebeugwechsel; 4. Vorsenken der Arme, Schlusstritt links und Kniebeugen bis zur tiefen Hochstellung; 5. Hochheben der Arme. 4×12 Zeiten

Die Zweiten, Vierten, Sechsten und Achten üben gleichzeitig:

1) 1. Eine $\frac{1}{2}$ Drehung links auf der rechten Fußspitze, Ausfall links vorwärts und Beugen der Arme zum Vorstoßen; 2. Vorstoßen der Arme und Vortritt rechts; 3. Ausbreiten der Arme und Kniebeugen bis zum Aufknien links; 4. Vorschwingen der Arme und Kniestrecken; 5. Beugen der Arme zum Vorstoßen und Ausfall rechts rückwärts; 6. Strecken der Arme in den Abhang und eine $\frac{1}{2}$ Drehung rechts in den Stand; 7.—12. Übung 1—6 widergleich. 4×12 Zeiten

m) Wie bei e).	8 Zeiten
n) " " a).	8 Zeiten
o) " " b).	12 Zeiten

II. Theil.

a) Die erste Reihe macht eine $\frac{1}{4}$ Schwenkung links um den Achten und gleichzeitig die zweite Reihe eine $\frac{1}{4}$ Schwenkung rechts um den Ersten mit 8 Schritten.	8 Zeiten
b) Wie bei b) im I. Theile	12 Zeiten
c) Wie bei c) im I. Theile	8 Zeiten

Die Ersten, Dritten, Fünften und Siebenten üben:

d) Wie die Zweiten, Vierten, Sechsten und Achten bei d) im I. Theile.

e) Wie bei e) im I. Theile.	8 Zeiten
f) " " a) " " "	8 Zeiten
g) " " b) " " "	12 Zeiten
h) " " a) " " "	8 Zeiten
i) " " b) " " "	12 Zeiten
k) " " c) " " "	8 Zeiten

Die Ersten, Dritten, Fünften und Siebenten üben:

l) Wie die Zweiten, Vierten, Sechsten und Achten l) im I. Theile.

m) Wie bei e) im I. Theile.	8 Zeiten
n) " " a) " " "	8 Zeiten
o) " " b) " " "	12 Zeiten

Die Zweiten, Vierten, Sechsten und Achten üben gleichzeitig:

d) Wie die Ersten, Dritten, Fünften und Siebenten bei d) im I. Theile. 4×12 Zeiten

Die Zweiten, Vierten, Sechsten und Achten üben gleichzeitig:

Wie die Ersten, Dritten, Fünften und Siebenten im I. Theile. 4×12 Zeiten

XIX. *)

Ordnungs- und Freiübungen.

Inhalt: Aufzug und Freiübungen widergleich.

Fig. 50.

Zur Ausführung sind mindestens 4 Paare (1 (3 (5 (7
in Säulenaufstellung (Fig. 50) erforderlich.

Vorbereitung: Bildung einer Säule von (2 (4 (6 (8
Stirnpaaren.

I. Theil.

Aufzug. **)

1. Auf den Befehl: marsch! zieht die Säule von Stirnpaaren von b auf den Übungsplatz bis e und h. Bei h angekommen, machen die Paare widergleiche Umzüge, die von den Ersten, Zweiten, Fünften und Sechsten gebildeten Paare ziehen von h nach g, d und a. Die anderen Paare ziehen von h nach i, f und c (Fig. 51).

2. Die von den Ersten, Zweiten, Fünften und Sechsten gebildete Säule zieht von a nach e und i. Die anderen ziehen von c nach e und g mit Durchkreuzen bei e (Fig. 52).

Fig. 51.

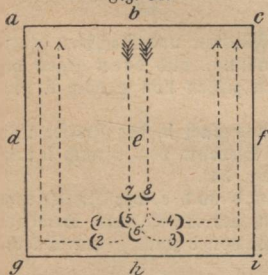
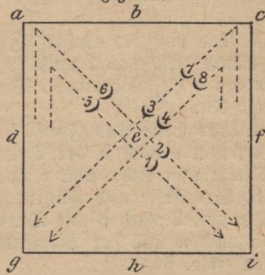


Fig. 52.



*) Ausgeführt anlässlich der Einweihung der neu eingerichteten Turnhalle des Linzer Turnvereines 1891.

**) Der Aufzug erfolgt unter Absingung eines Marschliedes mit Musikbegleitung.

Fig. 53.

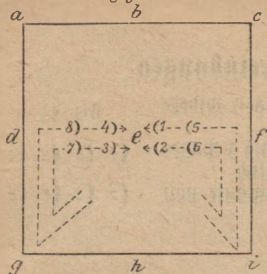


Fig. 54.

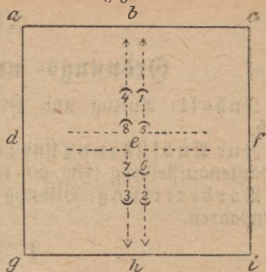


Fig. 55.

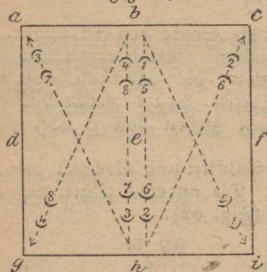
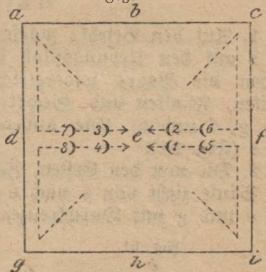


Fig. 56.



3. Die von den Ersten, Zweiten, Fünften und Sechsten gebildete Säule zieht von i nach f ($\frac{3}{4}$ Windung) und dann gegen die Mitte bis e ($\frac{1}{4}$ Windung). Die andern ziehen von g nach d und e (Fig. 53).

4. Der Erste und Fünfte zieht von e nach b, der Zweite und Sechste von e nach h, der Dritte und Siebente von e nach h und der Vierte und Achte von e nach b (Fig. 54).

5. Der Erste und Fünfte zieht von b nach c, der Zweite und Sechste von h nach c mit Durchkreuzen, der Dritte und Siebente von h nach a und der Vierte und Achte von b nach g mit Durchkreuzen (Fig. 55).

6. Der Erste und Fünfte zieht von i nach f und e, der Zweite und Sechste von c nach f und e, der Dritte und Siebente von a nach d und e und der Vierte von g nach d und e (Fig. 56).

7. Der Erste und Fünfte zieht von e nach h, der Zweite und Sechste von e nach b, der Dritte und Siebente von e nach b, und der Vierte und Achte von e nach h (Fig. 57).

8. Der Erste und Vierte zieht als Paar vereinigt von h nach g, der Fünfte und Achte von h nach i, der Zweite und Dritte von b nach c und der Sechste und Siebente von b nach a (Fig. 58).

9. Der Erste und Vierte als Paar vereinigt zieht von g nach e, der Zweite und Dritte von c nach e, der Fünfte und Achte von i nach e und der Sechste und Siebente von a nach e (Fig. 59).

10. Der Erste zieht von e nach d und g, der Zweite von e nach b und c, der Dritte von e nach f und c, der Vierte von e nach h und g, der Fünfte von e nach h und i, der Sechste von e nach d, der Siebente von e nach b und a und der Achte von e nach f und i (Fig. 60).

Fig. 57.

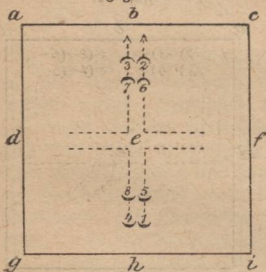


Fig. 58.

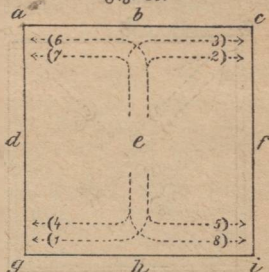


Fig. 59.

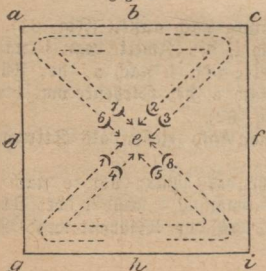


Fig. 60.

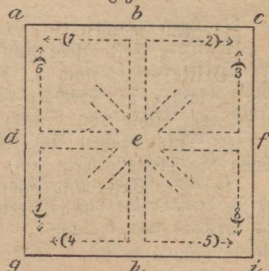


Fig. 61.

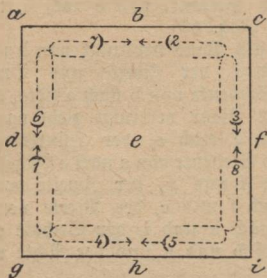


Fig. 62.

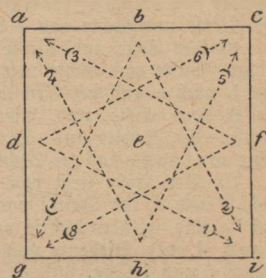


Fig. 63.

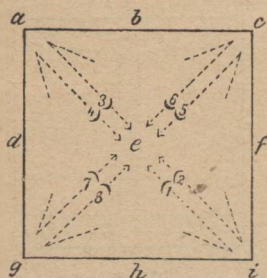
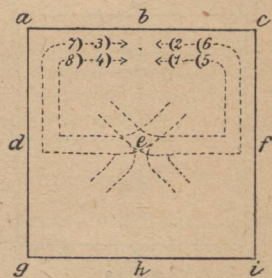


Fig. 64.



11. Alle machen eine $\frac{1}{2}$ Windung nach außen (Fig. 61).

12. Der Erste zieht von d nach i, der Zweite von b nach i, der Dritte von f nach a, der Vierte von h nach a, der Fünfte von h nach c, der Sechste von d nach c, der Siebente von b nach g und der Achte von f nach g (Fig. 62).

13. Alle drehen sich nach innen und ziehen als Stirnpaare gegen die Mitte e (Fig. 63).

14. Der Erste und Zweite ziehen als Paar von e nach f, o und b, der Dritte und Vierte von e nach d, a und b, der Fünfte und Sechste von e nach f, c und b, und der Siebente und Achte von e nach d, a und b (Fig. 64).

15. Der Erste, Zweite, Dritte und Vierte vereinigen sich zu Viererreihen, ebenso die andern und ziehen von b nach e bis h; bei h angekommen, zieht eine Viererreihe links die andern rechts im Umzuge bis b. Bei b vereinigen sich alle zu einer Achterreihe und gehen von b nach e und h, womit der Aufmarsch beendet ist. Nach dem Haltbefehl erfolgt das Oeffnen der Reihen aus der Mitte zu einem Abstände von einer Armlänge.

II. Theil.

Die Ersten, Zweiten, Dritten und Vierten üben:

a) 1. Eine $\frac{1}{4}$ Drehung links auf der linken Fußspitze und Ausfall rechts seitwärts mit Schwingen beider Arme nach links und oben; 2. Beugen der Arme zum Seitstoßen und Kreuzschrittstellung rechts vor dem Standbeine; 3. Seitstoßen der Arme, eine $\frac{1}{2}$ Drehung links auf beiden Fußspitzen in den Stand und Kniebeugen in die tiefe Hochstellung; 4. Beugen der Arme zum Hochstoßen, Kniestrecken und eine $\frac{1}{2}$ Drehung rechts auf beiden Fußspitzen in die Kreuzschrittstellung; 5. Hochstoßen der Arme und Ausfall rechts seitwärts; 6. Senken der Arme in den Abhang und Stand; 7.—12. Übung; 1.—6. widergleich.

Die Fünften, Sechsten, Siebenten und Achten üben gleichzeitig:

a) 1. Eine $\frac{1}{4}$ Drehung rechts auf der rechten Fußspitze und Kniebeugen in die tiefe Hochstellung mit Seitheben der Arme; 2. Hochheben der Arme und Ausfall rechts seitwärts; 3. Eine $\frac{1}{2}$ Drehung links auf der linken Fußspitze und Ausfall rechts seitwärts mit Beugen der Arme zum Hochstoßen; 4. Eine $\frac{1}{2}$ Drehung rechts auf der linken Fußspitze, Ausfall rechts seitwärts und Hochstoßen der Arme; 5. Seitensenken der Arme, Stand und Kniebeugen in die tiefe Hochstellung; 6. Senken der Arme in den Abhang und eine $\frac{1}{4}$ Drehung links auf der rechten Fußspitze in den Stand; 7.—12. Übung; 1.—6. widergleich.

Die Ersten u. Zweiten üben: b) Wie bei a).	Die Dritten u. Vierten üben: Wie die Fünften, Sechsten, Siebenten und Achten bei a).	Die Fünften und Sechsten üben: Wie die Ersten, Zweiten, Dritten und Vierten bei a).	Die Siebenten u. Achten üben: Wie bei a).
---	---	--	--

Die Ersten, Dritten, Fünften und Siebenten üben:

c) Wie die Ersten, Zweiten, Dritten und Vierten bei a).

Die Ersten, Zweiten, Dritten und Vierten üben:

d) 1. Beugen der Arme zum Seitstoßen, eine $\frac{1}{4}$ Drehung links auf der linken Fußspitze und Auslagestellung rechts rückwärts; 2. Seitstoßen der Arme und Ausfall rechts seitwärts; 3. Hochheben und dann Tieffsenken der Arme in Verbindung mit einer $\frac{1}{4}$ Drehung links auf beiden Fußspitzen, Kniebeugwechsel und Vorbeugen des Rumpfes; 4. Rumpfstrecken, Hochheben und dann Seitfenken der Arme in Verbindung mit einer $\frac{1}{4}$ Drehung rechts auf beiden Fußspitzen und Kniebeugwechsel; 5. Beugen der Arme und Auslagestellung rechts rückwärts; 6. Strecken der Arme in den Abhang und eine $\frac{1}{4}$ Drehung rechts auf der linken Fußspitze in den Stand; 7.—8. Übung; 1.—6. widergleich.

Die Zweiten, Vierten, Sechsten und Achten üben gleichzeitig:

Wie die Fünften, Sechsten Siebenten und Achten bei a)
48 Zeiten

Die Fünften, Sechsten, Siebenten und Achten üben gleichzeitig:

d) 1. Eine $\frac{1}{4}$ Drehung rechts auf der linken Fußspitze und Rücktritt rechts mit Vorheben der Arme; 2. Ausbreiten der Arme und Kniebeugen bis zum Aufknien rechts; 3. Kniestrecken, eine $\frac{1}{4}$ Drehung links auf der linken Fußspitze und Ausfall rechts vorwärts; 4. eine $\frac{1}{4}$ Drehung rechts auf der linken Fußspitze, Rücktritt rechts und Kniebeugen bis zum Aufknien rechts mit Seitfenken der Arme; 5. Vorschwingen der Arme und Kniestrecken in die Rückschrittstellung; 6. Senken der Arme in den Abhang und eine $\frac{1}{4}$ Drehung links auf der linken Fußspitze in den Stand; 7.—12. Übung 1—6. widergleich.

48 Zeiten

Die Ersten u. Zweiten üben:	Die Dritten u. Vierten üben:	Die Fünften und Sechsten üben:	Die Siebenten und Achten üben:
e) Wie bei d).	e) Wie die Fünften, Sechsten, Siebenten, und Achten bei d).	e) Wie die Ersten, Zweiten, Dritten u. Vierten bei d).	e) Wie bei d).

Die Ersten, Dritten, Fünften
und Siebenten üben:

f) Wie die Ersten, Zweiten,
Dritten und Vierten bei a).

Die Zweiten, Vierten, Sechsten
und Achten üben gleich-
zeitig:

f) Wie die Fünften, Sechsten,
Siebenten und Achten bei
d). 48 Zeiten

III. Theil.

Abmarsch.

Nach dem Schließen der Reihen zur Mitte erfolgt ein Abmarsch
in beliebiger Auswahl.

XX.

Ordnungs- und Stabübungen.

Inhalt: Kette im Dual und Stabübungen
widergleich.

Fig. 65.

Zur Ausführung ist mindestens eine geöff-
nete Säule von 2 Stirn-Viererreihen (Fig. 65)
erforderlich.



Vorbereitung: Antreten — marsch!
Stäbe holen — marsch! Abzählen zu Viererreihen —
zählt! Rechts — um! Richtet — euch! Nebenreihen links
neben den Ersten — marsch! Eintheilung zum Reihenkörper-
gefüge so, daß je eine erste und zweite Reihe einen Reihenkörper
bilden, und dann wird jeder Reihenkörper wieder so eingetheilt,

dass die Ersten bis Vierten die erste Reihe und die Fünften bis Achten die zweite Reihe bilden. Schließen der einzelnen Reihenkörper vorwärts bis zu einem Abstände von einer Schrittlänge — marsch! Deffnen der Reihen links seitwärts zu einem Abstände von zwei Schrittlängen — marsch! Stab rechts auf — übt! 1, 2.

a) Der Erste und Zweite, der Dritte und Vierte, der Fünfte und Sechste, der Siebente und Achte drehen sich in die Gegenstellung und machen mit 4 Schritten die kleine Kette rechts zur Stellung Rücken gegen Rücken. 4 Zeiten

b) Alle gehen 4 Tritte an Ort. 4 Zeiten

c) Die Zweiten und Sechsten, die Fünften und Achten, die Siebenten und Dritten, die Vierten und Ersten drehen sich in die Gegenstellung und machen mit 4 Schritten die kleine Kette links in die Stellung Rücken gegen Rücken. 4 Zeiten

Fig. 66.

7) 1) 4) 6)

d) Alle drehen mit 4 Tritten an Ort ihre linke Seite nach außen (Fig. 66). 3) 5) 8) 2)

Die Sechsten, Vierten, Ersten und Siebenten üben:

e) 1. Stab links hoch und Ausfall links seitwärts; 2. Stab hoch, eine $\frac{1}{4}$ Drehung links auf der linken Fußspitze und Vortritt rechts; 3. Stab rechts über links, Schlußtritt links und Kniebeugen in die tiefe Hochstellung; 4. Stab hoch, Kniestrecken und Rücktritt links; 5. Stab links hoch, eine $\frac{1}{4}$ Drehung rechts auf der linken Fußspitze und Ausfall rechts seitwärts; 6. Stab rechts auf und Schlußtritt links.

Die Dritten, Fünften, Achten und Zweiten üben gleichzeitig:

1. Eine $\frac{1}{4}$ Drehung links auf der rechten Fußspitze, Ausfall links vorwärts und Stab hoch; 2. Stab vor, Schlußtritt rechts und Kniebeugen in die tiefe Hochstellung; 3. Stab zum Hieb und Ausfall rechts vorwärts; 4. wie bei 2; 5. Stab hoch und Ausfall links rückwärts; 6. Stab rechts auf und eine $\frac{1}{4}$ Drehung rechts auf der linken Fußspitze in den Stand.

f) Die Sechsten und Vierten, die Ersten und Siebenten, die Fünften und Dritten, die Zweiten und Achten drehen sich in die

Gegenstellung und machen mit 4 Schritten die kleine Kette rechts in die Stellung Rücken gegen Rücken. 4 Zeiten

g) Alle gehen 4 Tritte an Ort. 4 Zeiten

h) Die Vierten und Achten, die Sechsten und Siebenten, die Zweiten und Dritten, die Ersten und Fünften drehen in die Gegenstellung und machen mit 4 Schritten die kleine Kette links in die Stellung Rücken gegen Rücken. 4 Zeiten

i) Alle drehen mit 4 Tritten an Ort ihre linke Seite nach außen. 4 Zeiten

Die Fünften, Sechsten, Siebenten und Achten üben:

k) 1. Stab nach links und Ausfall links seitwärts; 2. eine $\frac{1}{4}$ Drehung rechts auf der linken Fußspitze und Auslagestellung rechts rückwärts in Verbindung mit Stab zum Hieb (Fig. 67a); 3. Speichhieb und Ausfall rechts vorwärts; 4. Stab rechts hinten und Auslagestellung rechts rückwärts; 5. Stab schrägvorhoch und mäßiges Vorbeugen des Rumpfes; 6. Stab rechts hinten; 7. Stab nach links, eine $\frac{1}{4}$ Drehung links auf der linken Fußspitze und Ausfall rechts seitwärts; 8. Stab rechts auf und Schlußtritt links.

Die Ersten, Zweiten, Dritten und Vierten üben gleichzeitig:

k) 1. Stab nach links und Ausfall links seitwärts; 2. eine $\frac{1}{4}$ Drehung rechts auf der linken Fußspitze und Auslagestellung rechts rückwärts und Stab rechts hinten (Fig. 67b). 3. Stab schrägvorhoch und mäßiges Vorbeugen des Rumpfes (Speichhiebdeckung); 4. Stab zum Hieb; 5. Speichhieb und Ausfall rechts vorwärts; 6. Stab zum Hieb und Auslagestellung rechts rückwärts; 7. Stab nach links, eine $\frac{1}{4}$ Drehung links auf der linken Fußspitze und Ausfall rechts seitwärts; 8. Stab rechts auf und Schlußtritt links.

Fig. 67. a



$\frac{1}{4}$ Drehung rechts auf der linken Fußspitze und Auslagestellung rechts rückwärts und Stab rechts hinten.

$\frac{1}{4}$ Drehung rechts auf der linken Fußspitze und Auslagestellung rechts rückwärts in Verbindung mit Stab zum Hieb.

1) Die Achten und Siebenten, die Sechsten und Fünften, die Vierten und Dritten, die Zweiten und Ersten drehen sich in die Gegenstellung und machen die kleine Kette rechts mit 4 Schritten in die Stellung Rücken gegen Rücken. 4 Zeiten

m) Alle gehen 4 Tritte an Ort. 4 Zeiten

n) Die Dritten und Siebenten, die Achten und Fünften, die Sechsten und Zweiten, die Vierten und Ersten machen mit 4 Schritten die kleine Kette links in die Stellung Rücken gegen Rücken. 4 Zeiten

2) 8) 5) 3) die Stellung Rücken gegen Rücken. 4 Zeiten

6) 4) 1) 7) o) Alle drehen mit 4 Tritten an Ort ihre linke Seite nach außen (Fig. 68). 4 Zeiten

Die Zweiten, Achten, Fünften und Dritten üben:

p) Wie die Sechsten, Vierten, Ersten und Siebenten bei e).

q) Die Dritten und Fünften, die Achten und Zweiten, die Siebenten und Ersten, die Vierten und Sechsten drehen sich in die Gegenstellung und machen mit 4 Schritten die kleine Kette rechts in die Stellung Rücken gegen Rücken. 4 Zeiten

r) Alle gehen 4 Tritte an Ort. 4 Zeiten

s) Die Fünften und Ersten, die Dritten und Zweiten, die Siebenten und Sechsten, die Achten und Vierten drehen sich in die Gegenstellung und machen mit 4 Schritten die kleine Kette links in die Stellung Rücken gegen Rücken. 4 Zeiten

t) Alle drehen mit 4 Tritten an Ort ihre linke Seite nach außen. 4 Zeiten

Die Fünften, Sechsten, Siebenten und Achten üben:

u) Wie die Ersten, Zweiten und Vierten bei k).

Die Sechsten, Vierten, Ersten und Siebenten üben gleichzeitig:

Wie die Dritten, Fünften, Achten und Zweiten bei e).

Die Ersten, Zweiten, Dritten und Vierten üben gleichzeitig:

Wie die Fünften, Sechsten, Siebenten und Achten bei k).

v) In die Stirnstellung drehen — dreht! Die zweite Reihe 3 Schritte rückwärts gehen — marsch! Hinterreihen hinter den rechten Führer — marsch! Stäbe ablegen — marsch!

Anmerkung: Als Schlussübung kann auch irgend ein passender Abmarsch zur Verwendung kommen.

XXI. *)

Ordnungs- und Eisenstab-Übungen.

Inhalt: Aufzug, Stabübungen widergleich und Abzug.

Zur Ausführung ist mindestens eine Flankenachterreihe erforderlich.

*) Ausgeführt von den Turnern des Einzel Turnvereines beim Kreisturnfeste in Budweis 1892.

Vorbereitung: Bildung einer Flankenlinie von Achterreihen in der Mitte des Übungsraumes und Stab rechts auf.

1. Die Ungeradzähligen machen mit 4 Tritten an Ort eine Vierteldrehung rechts und die anderen eine Vierteldrehung links.

2. Alle gehen 4 Schritte vorwärts.

3. Wie bei 1.

4. Wie bei 2.

5. Wie bei 1.

6. Wie bei 2, so daß die Ersten und Zweiten, die Dritten und Vierten, Fünften und Sechsten, Siebenten und Achten in die geschlossene Gegenstellung kommen.

7. Wie bei 1.

8. Wie bei 2.

9. Die Ersten, Zweiten, Fünften und Sechsten machen mit 4 Tritten an Ort eine Vierteldrehung rechts und gleichzeitig die anderen eine Vierteldrehung links.

10. Alle gehen 4 Schritte vorwärts.

11. Wie bei 9.

12. Wie bei 10.

13. Wie bei 9.

14. Wie bei 10, so daß die Ersten, Zweiten, Dritten und Vierten und ebenso die Fünften, Sechsten, Siebenten und Achten in die Gegenstellung kommen.

15. Wie bei 9.

16. Wie bei 10.

17. Die Ersten, Zweiten, Dritten und Vierten machen mit 4 Tritten an Ort eine Vierteldrehung rechts und gleichzeitig die andern eine Vierteldrehung links.

18. Alle gehen 4 Schritte vorwärts.

19. Wie bei 17.

20. Die Ersten, Zweiten, Dritten und Vierten gehen 4 Schritte vorwärts und die anderen gehen gleichzeitig 4 Tritte an Ort.

21. Wie bei 17.

22. Alle gehen 4 Tritte an Ort.

23. Wie bei 17.

24. Alle gehen 4 Schritte vorwärts mit Beibehalten des Abstandes von einer Schrittlänge.

B. Stabübungen. *)

I.

Vorbereitung: Stab vornher — übt! 1, 2.

1. Stab vor, eine Vierteldrehung links auf der linken Fußspitze und Kniebeugen bis zur tiefen Hockstellung; 2. Stab hoch, Kniestrecken und Seittritt links; 3. Stab nach links, eine halbe Drehung links auf der linken Fußspitze und Ausfall rechts seitwärts; 4. Stab hoch, eine halbe Drehung rechts auf der linken Fußspitze und Seittritt rechts; 5. Stab vor, Schlußtritt links und Kniebeugen bis zur tiefen Hockstellung; 6. Stab vornher und eine Vierteldrehung rechts auf der rechten Fußspitze in den Stand; 7.—12. Uebung, 1.—6. widergleich.

II.

1. Stab rechts hoch, eine Vierteldrehung rechts auf der rechten Fußspitze und Ausfall links seitwärts; 2. Stab hinter der linken Schulter und Kreuzschrittstellung links vor dem Standbeine; 3. Stab vor, eine halbe Drehung rechts auf beiden Fußspitzen und Kniebeugen bis zur tiefen Hockstellung; 4. Stab hinter der linken Schulter, Kniestrecken und eine halbe Drehung links auf beiden Fußspitzen in die Kreuzschrittstellung; 5. Stab rechts hoch und Ausfall links seitwärts; 6. Stab vornher und eine Vierteldrehung links auf der rechten Fußspitze in den Stand; 7.—12. Uebung, 1.—6. widergleich.

III.

Die 1.—4. Rotte üben:
Uebung I.

Die 5.—8. Rotte üben gleichzeitig:
Uebung II.

IV.

Die 1., 2., 5. und 6. Rotte üben:
Uebung: I.

Die 3., 4., 7. und 8. Rotte üben gleichzeitig:
Uebung II.

V.

Die 1., 3., 5. und 7. Rotte üben:
Uebung: I.

Die 2., 4., 6. u. 8. Rotte üben gleichzeitig:
Uebung II.

P a u s e .

*) Die Uebungen werden im $\frac{3}{4}$ -Takte in der Weise ausgeführt, daß auf das erste Viertel die Tätigkeit und auf die letzten drei Viertel die Ruhepause fällt.

VI.

1. Stab hoch, eine halbe Drehung links auf der rechten Fußspitze und Ausfall links vorwärts; 2. eine halbe Drehung rechts auf beiden Fersen und Kniebeugwechsel; 3. Stab vorlings tief und Vorbeugen des Rumpfes; 4. Stab hoch und Rumpfstrecken; eine halbe Drehung links auf beiden Fersen und Kniebeugwechsel; 6. Stab vornher und eine halbe Drehung rechts auf der rechten Fußspitze in den Stand; 7.—12. Uebung, 1.—6. widergleich.

VII.

1. Stab links vor und Kreuzschrittstellung links; 2. Stab links zum Zielen, Rückschwingen des rechten Armes und Ausfall links vorwärts; 3. Schwingen des linken Armes nach oben und hinten (zum Stabwerfen), Vorschwingen des rechten Armes und Ausfall links rückwärts; 4. Schwingen des linken Armes (wurfartig) von hinten nach oben und vorn, und Rückschwingen des rechten Armes mit Ausfall links vorwärts; 5. Stab links vor und Kreuzschrittstellung links; 6. Stab vornher und Stand; 7.—12 Uebung, 1.—6. widergleich.

VIII.

Die 1.—4. Rotte üben:
Uebung: VI.

Die 5.—6. Rotte üben gleichzeitig:
Uebung VII.

IX.

Die 1., 2., 5. und 6. Rotte üben:
Uebung VI.

Die 3., 4., 7. u. 8. Rotte üben gleichzeitig:
Uebung VII.

X.

Die 1., 3., 5. und 7. Rotte üben:
Uebung VI.

Die 2., 4., 6. u. 8. Rotte üben gleichzeitig:
Uebung VII.

Pause.

1. Stab rechts zum Stoß und Auslagestellung links rückwärts; 2. Vorstoßen und Ausfall links vorwärts; 3. Stab zum Hieb und Auslagestellung links rückwärts; 4. Speichhiebung und Ausfall links vorwärts; 6. Stab rechts zum Stoß und Auslagestellung links rückwärts; 6. Stab vornher und Stand; 7.—12. Uebung, 1.—6. widergleich.

XII.

1. Stab links hinten, eine halbe Drehung links auf der rechten Fußspitze und Auslagestellung links rückwärts; 2. Stab rechts vor und Aufknien links; 3. Stab zum Hieb und Ausfall links vorwärts; 4. Stab rechts vor, Rücktritt links und Aufknien links; 5. Stab links hinten und Kniestrecken in die Auslagestellung; 6. Stab vornher und eine halbe Drehung rechts auf der rechten Fußspitze in den Stand; 7.—12. Übung, 1.—6. widergleich.

XIII.

Die 1.—4. Rotte üben:
Übung XI.

Die 5.—8. Rotte üben gleichzeitig:
Übung XII.

XIV.

Die 1., 2., 5. und 6. Rotte üben:
Übung XI.

Die 3., 4., 7. u. 8. Rotte üben gleichzeitig:
Übung XII

XV.

Die 1., 3., 5. und 7. Rotte üben:
Übung XI.

Die 2., 4., 6. u. 8. Rotte üben gleichzeitig:
Übung XII.

Pause.

C. Abzug.

Vorbereitung: Stab rechts auf.

1. Die Ersten, Zweiten, Dritten und Vierten machen mit 4 Tritten an Ort eine Vierteldrehung rechts und gleichzeitig die andern eine Vierteldrehung links.

2. Schließen zur Mitte mit 4 Schritten.

3. Wie bei 1.

4. Die Fünften, Sechsten, Siebenten und Achten gehen 4 Schritte vorwärts und gleichzeitig gehen die andern 4 Tritte an Ort.

5. Wie bei 1.

6. Alle gehen 4 Schritte vorwärts mit Einreihen zur Säule von Viererreihen.

7. Wie bei 1.

8. Alle gehen 4 Schritte vorwärts.

9. Die Ersten, Zweiten, Fünften und Siebenten machen mit 4 Tritten an Ort eine Vierteldrehung rechts und gleichzeitig die andern eine Vierteldrehung links.

10. Alle gehen 4 (kurze) Schritte vorwärts.

11. Wie bei 9.

12. Wie bei 10.

13. Wie bei 9.

14. Alle gehen 4 Schritte vorwärts mit Einreihen zur Säule von Paaren.

15. Wie bei 9.

16. Wie bei 10.

17. Die Ersten, Dritten, Fünften und Siebenten machen mit 4 Tritten eine Vierteldrehung rechts und gleichzeitig die andern eine Vierteldrehung links.

18. Alle gehen 4 Schritte vorwärts.

19. Wie bei 17.

20. Wie bei 18.

21. Wie bei 17.

22. Wie bei 18, mit Einreihen zu einer Reihe.

23. Wie bei 17.

24. Wie bei 18.

II. Abschnitt.

Das Turnen zerfällt in Frei-, Ordnungs-, Geräthübungen und Spiele.

A. Freiübungen.

Dieselben gliedern sich in solche erster und zweiter Ordnung.

I. Freiübungen erster Ordnung.

Dieselben zerfallen in die Thätigkeiten des Leibes und in die Uebungen im Stehen, Gehen, Laufen, Hüpfen, Springen und Drehen.*)

II. Freiübungen zweiter Ordnung.

Zu diesen gehören: Kopf-, Genick-, Hand- Armstehen, Handgehen, Uberschlagen (Drehen um die Breitenachse), Radschlagen (Drehen um die Tiefenachse), Sitzen, Knien und der Liegestütz.*)

B. Ordnungsübungen.

Dieselben gliedern sich in die Uebungen der Reihe, des Reihenkörpers, Reihenkörpergefüges, in reigenartige Uebungen und in die Uebungen des Reigens.*)

Diese beiden Hauptübungsformen (Frei- und Ordnungsübungen) treten auf dieser Stufe auch in Verbindung miteinander auf: Gehen im Viereck widergleich im Wechsel mit Freiübungen Ia—d**) Reihungen mit Kreisen, Gehen an und von Ort im Wechsel mit Freiübungen III a—l; Reihungen nach außen und innen im Wechsel mit Freiübungen widergleich V a—q; Gehen an und

*) Die weitere Gliederung siehe im III. Abschnitte der I. Stufe.

II. II. II. III. "

**) Die römischen Ziffern bedeuten die Uebungsfolgen und die lateinischen Buchstaben die einzelnen Uebungen in den betreffenden Uebungsfolgen.

von Ort, Drehungen und Schwenkungen in Verbindung mit Freiübungen widergleich VIII a—b; Aufzug, Reihungen mit Kreisen im Wechsel mit Freiübungen XI—43; Schwenksterne in Verbindung mit Freiübungen in widergleicher Ausführung XIII a—r; Kette im Oval in Verbindung mit Freiübungen widergleich XV a—e; Aufzug und Freiübungen widergleich XIX 1—15 und a—f.

C. Geräthübungen.

Dieselben zerfallen in Uebungen mit Geräthen und in solche an Geräthen.

Die Uebungen mit Geräthen gliedern sich wieder in solche mit Hanteln, Holz- oder Eisenstäben, Keulen, Schwungseilen, Wurfsteinen, Seren, Discus u. s.

I. Hantelübungen.

Diese Uebungen werden wie die Freiübungen als einfache oder als zusammengesetzte Arithätigkeiten ausgeführt. Sie werden ferner mit anderen passenden Thätigkeiten des Leibes und mit verschiedenen Stellungen, sowie mit Gehen, Hüpfen, Springen, Laufen, Drehen und auch mit Ordnungsübungen in Verbindung gebracht!

Reihungen, Drehungen, Gehen an und von Ort im Wechsel mit Hantelübungen II 1.—4. Theil; Reihungen im Viereck durch Hinterreihen, Oeffnen und Schließen und Hantelübungen VII a—w; Reihungen mit Drehungen in Verbindung mit Hantelübungen XII a—d; Schwenken im Viereck widergleich, Gehen an und von Ort, Bilden einer Kreisreihe und Hantelübungen widergleich XVIII, 1. und 2. Theil.

II. Stabübungen. *)

In dieser Stufe treten die Stabübungen auch in Verbindung mit Ordnungsübungen auf:

Reihungen im Paar, Drehungen, Gehen an und von Ort im Wechsel mit Stabübungen IV 1.—4. Theil; Reihungen mit Drehungen, Gehen an und von Ort in Verbindung mit Stabübungen IX a—q; Reihungen, Drehungen in Verbindung mit Hieben und Deckungen XIV 1. und 2. Theil; Auf- und Abmarsch in Verbindung mit Stabübungen XVII 1—27; Kette im Oval und Stabübungen widergleich.

III. Keulenübungen.*)

In dieser Stufe treten dieselben auch in Verbindung mit Ordnungsübungen auf:

Reihungen an hintere Führer, Drehungen, Deffnen und Schließen in Verbindung mit Keulenübungen VI a—r; Mühle, Gehen an und von Ort mit Keulenübungen XI 1. und 2. Theil; Kette in der Viererreihe in Verbindung mit Keulenübungen XVI 1. und 2. Theil.

*) Die weitere Gliederung siehe im III. Abschnitte der I. Stufe.

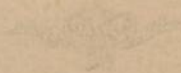
"	II.	"	"	II.	"
"	II.	"	"	III.	"



THE UNIVERSITY OF CHICAGO

THE UNIVERSITY OF CHICAGO
THE UNIVERSITY OF CHICAGO
THE UNIVERSITY OF CHICAGO
THE UNIVERSITY OF CHICAGO
THE UNIVERSITY OF CHICAGO

THE UNIVERSITY OF CHICAGO



THE UNIVERSITY OF CHICAGO

Inhaltsverzeichnis.

	Seite
I. Abschnitt. Übungsfolgen der IV. Stufe	1
a) Ohne Belastung.	
Übungsfolge I	1
" III	8
" V	15
" VIII	25
" X	31
" XIII	41
" XV	51
" XIX	
b) Stabübungen.	
Übungsfolge IV	12
" IX	28
" XIV	45
" XVII	59
" XX	
" XXI	
c) Hantelübungen.	
Übungsfolge II	4
" VII	21
" XII	40
" XVIII	63
d) Keulenübungen.	
Übungsfolge VI	18
" XI	36
" XVI	55



Z BIBLIOTEKI
C. k. kursu naukowego i gimnazjalnego
W KRAKOWIE.



KOLEKCJA
SWF UJ

374

Biblioteka Gl. AWF w Krakowie



1800053063

DOCUMENT