

## 5. EXERCITIE

### 5.1 EXERCITIEPROGRAMMA NIEUWE EXERCITIE

Voor de uitvoering van de exercitieprogramma's A en B zijn voor wat betreft het **halthouden** en het **richten** van de afdeling twee mogelijkheden toegestaan:

- \* 1<sup>e</sup> Beide oefeningen worden conform het N.E. reglement 4<sup>e</sup> druk 1956 uitgevoerd of;
- \* 2<sup>e</sup> Beide oefeningen worden volgens onderstaande regels uitgevoerd (Nieuwe Exercitie 2015).

#### Halthouden

Nadat de rechter voet op de grond is gekomen, wordt met de linker voet nog een halve pas gemaakt en wordt de rechter voet met een krachtige beweging naast de linker voet geplaatst, als in de houding. Daarna stellen de manschappen zich op, als in de houding.

Toelichting: De versnelde beweging conform N.E 4e druk 1956 vervalt bij deze uitvoering.

#### Richten van de afdeling

a. Co: „Naar rechts (links) = richten”

- (1) *Eerste beweging — Uitgezonderd de rechter(linker) vleugelman wenden allen het hoofd en de ogen naar rechts (links). Uitgezonderd de rechter vleugelman heffen de manschappen in het voorste gelid snel de rechterarm zijwaarts horizontaal, met de rug van de tot vuist gebalde hand naar boven gekeerd en de duim in het verlengde van de arm. De rechter(linker) vleugelman van het tweede, derde en achterste gelid handelt overeenkomstig de rechter(linker) vleugelman en richt zich op en neemt afstand tot zijn voorman door de rechterarm voorwaarts te strekken en zich zodanig te verplaatsen tot hij met gebalde vuist zijn voorman raakt; terstond daarna brengt hij de arm in de houding terug.*
- (2) *Tweede beweging — De linkervoet wordt 20 cm opgeheven en krachtig naast de rechter geplaatst, waarna de manschappen in het voorste gelid, uitgezonderd de rechter(linker) vleugelman, zich (naar links, rechts, voor- of achteruit) verplaatsen door snel en krachtig te dribbelen tot zij in staat zijn met de knokkels van de tot vuist gemaakte hand de bovenarm van hun nevenman te raken en zij de linker (rechter) wang van de tweede man rechts (links) van hen nog juist kunnen zien.  
De manschappen van het tweede, derde en achterste gelid richten zich, zodra zij naar rechts (links) gericht zijn, op hun voorman.  
De schouders worden in front gehouden. Het naar rechts (links) gedraaide hoofd wordt rechtstandig gehouden.  
De afdeling is juist gericht, wanneer de hielen van de manschappen in één lijn staan.*

b. Co: „Hoofd = front”

De commandant geeft dit commando wanneer het peloton gericht staat.

c. Co: “Met verkorte tussenruimte naar rechts(links) =richten”.

De uitvoering is als onder “a”, met dien verstande dat de manschappen in het voorste gelid de tot vuist gebalde rechterhand (met de rug naar voren gekeerd) juist boven de heup plaatsen en daarbij de rechterelleboog in de lijn van het gelid brengen; daarna plaatsen zij zich in de juiste richting, tot zij in staat zijn de linker(rechter) arm van de nevenman raken. De overige manschappen handelen als onder (2) is omschreven. Op het Co: “Hoofd = front” wordt snel de houding aangenomen.

**Serie A** (per commando maximaal 10 punten):

