

Det Kongelige Bibliotek

17.-375

# N e g l e m e n t

for

## den gymnastiske Underviisning

ved

Regimenternes og Corpsernes Underviisnings-Anstalter for Underofficerer og  
Spillemænd

samt

ved Land-Estatens militaire Caserne- eller  
Drengeskoler.



---

København 1821.

Tykt hos Schistz & Mandra.

Disse Reglementer har Hs. Majestæt Kongen allernaadigst approberet til Nettesnor for den gymnastiske Undervisning ved Regimenternes og Corpsernes Undervisningsanstalter for Underofficerer og Spillemænd, samt ved Land-Estatens militaire Caserne- eller Drenge-skoler; hvilket efter allerhoieste Besaling herved bekiendtgøres.

B u l o w,

Generalmajor, Kammerherre, Hs. Majestæts tjenstgjorende Generals adjutant, Chef for Generaladjutant Staben, Storkors af Dannebrog-ordenen, Ridder af den preussiske røde Drns Ordens 1ste Classe, samt Dannebrogsmand.



## S n d h o l d.

---

I. Reglement for den gymnastiske Underviisning ved  
Regimenternes og Corpsernes Underviisnings An-  
stalter for Underofficerer og Spillemand.

Side.

a. Første Afdeling af disse Skoler.

om Forberedelsesøvelser	• • • • •	3
om Ligevægtsøvelser	• • • • •	5
om Smidighedsøvelser	• • • • •	*



	Side.
om Løben . . . . .	6
om Springen . . . . .	7
om Voltigeren . . . . .	8
om Klavren . . . . .	10
om Huggen . . . . .	12
om Bajonetfægten . . . . .	14
om Svømmen . . . . .	16
<b>b. Anden Afdeling af disse Skoler.</b>	
om Forberedelsesøvelser . . . . .	20
om Ligevægtssøvelser . . . . .	=
om Løben . . . . .	=
om Springen . . . . .	=
om Voltigeren . . . . .	21
om Klavren . . . . .	=
om Huggen . . . . .	=
om Bajonetfægten . . . . .	22
om Svømmen . . . . .	=
<b>Om de theoretiske Øvelser . . . . .</b>	<b>23</b>

	Side.
<b>Om Undervisnings Maaden, om den Tid, som skal anvendes til Undervisningen og om enkelte derhen hørende Dele . . . . .</b>	<b>25</b>
<b>Om det nødvendige Locale til den gymnastiske Undervisning og om de Requisiter, som dertil behøves . . . . .</b>	<b>33</b>
<b>Om Lærerne og disse Pligter . . . . .</b>	<b>40</b>
<b>Om de i disse Øvelser afholdende halvaartlige Præver og om Dimissions Examina m. v. . . . .</b>	<b>43</b>
<b>Om Inspicering af Undervisningen m. v. . . . .</b>	<b>47</b>
<b>2. Reglement for den gymnastiske Undervisning ved Land-Estatens militaire Caserne- eller Drengeskoler.</b>	
<b>om Forberedelsesøvelser . . . . .</b>	<b>51</b>
<b>om Ligevægtssøvelser . . . . .</b>	<b>54</b>
<b>om Smidighedsøvelser . . . . .</b>	<b>56</b>
<b>om Løben . . . . .</b>	<b>57</b>
<b>om Springen . . . . .</b>	<b>58</b>

	Side.
om Voltigeren . . . . .	59
om Klabren . . . . .	61
om Huggen . . . . .	64
om Svommen . . . . .	65
om blandede Øvelser . . . . .	68
om Underviisningsmaaden, Locale, Re- quisiter, Lærerne, de aarlige Pro- ver og Inspicering af Underviisnin- gen . . . . .	75-78

---

## R e g l e m e n t

til Rettesnor for den gymnastiske Under-  
viisning ved Regimenternes og Corpsernes  
Underviisningsanstalter for Underofficerer  
og Spillemænd.

---

I første Afdeling af disse Skoler skulle  
følgende Dele af Gymnastikken læres:

I. Af Forberedelsesøvelser.

- a) En god utvungen Stilling.  
b) En sikkert, let og frie, saavel langsom som  
hurtig Gang. Som Forøvelse hertil bruges  
Gang paa Spidsen af Fodderne.

I Forbindelse med disse under a og b ans  
førte Forberedelsesøvelser læres tillige militair  
Anstand og den Maade, paa hvilken en Infes  
ieur bør hilse, svare, nærme sig og staae for  
fine Foresatte, naar disse kalde paa ham, hvor  
ledes han, efterat have modtaget deres Befalinger,  
skal begive sig bort, hvorledes han har at  
overbringe en Melding, samt hvorledes han, un  
der andre enkelte Omstændigheder, har at forhol  
de sig imod sine Foresatte.

- c) At strække og bøje Knæene.
- d) At hoppe, saavel paa Stedet som fremad.
- e) Hængende, deels i begge Hænder, deels i een Haand, at holde sig fast i 5-10 Minuter.

Før at denne nyttige Øvelse kan foretages med flere Elever paa eengang, bruges en løs Bænk eller Bok under Skraaestangen, paa hvilken Eleverne træde op, for at kunne omfatte Bielken, og som derpaa borttages.

- f) Omfattende en lodret staaende Stang og et frit hængende Doug med Hænder og Fodder at holde sig fast 3-5 Minuter.
- g) Omfattende Skraebielken eller Entretouget med Hænder og Been, at holde sig fast, ved afværlende at kaste et eller begge Benene over, og skifte med Hænderne.
- h) At hæve sig op i boede Arme 3-5 Gange efter hinanden, deels med frit nedhængende Legeme, deels ved 5 à 10 Gange efter hinanden at hæve Benene op og over den Gienstand, hvori der hænges.

- i) At stytte paa Hænderne, deels imod en Væg, deels imod hinanden indbyrdes; hvorhos tillige halv Bending til begge Sider bør øves.
- k) Stytende paa Hænderne at synke ned i aldeles bøede Arme og efter at udstrække samme 2 à 3 Gange, saavel imod en Væg, som imod hinanden indbyrdes.

## 2. Af Ligevægtsøvelser:

- a) Staaende at hæve sig op paa Spidsen af Fodderne.
- b) Staaende paa den ene Fod at bevæge den anden frem, tilbage og til Siderne. (dette foretages afværlende med begge Fodderne)
- c) At gaae frem paa et Balanceerbrædt, vende sig og gaae tilbage. (Bendingerne øves til begge Siderne)

## 3. Af Smidigheds Øvelser:

- a) Smidigheds-Øsiningen fremad.
- b) Hovedbøsiningen.

- c) Kraftbøning.
- d) Reiespringet.
- e) De hele Vendinger til begge Sider.

Maar disse Øvelser ere lærte hver for sig, da bør de, for at befordre større Behændighed hos Cleverne, forbindes med hinanden indbyrdes.

De Worne iblandt Cleverne, som ere uffiskeede til at foretage disse Smidigheds Øvelser, bør enten aldeles frietages herfor eller og kun øve de letteste Dele heraf, især saadanne, der mere forstrengte Kraft end Smidighed.

#### 4. Af Løben:

- a) Forberedelsesløbet 150 - 200 Alen.
- b) Det langsomme Løb 300 Alen.
- c) Under det langsomme Løb at giøre Vendingerne til begge Sider og løbe baglænbs 50 à 100 Alen.
- d) Det hurtige Løb 3 = 400 Alen.

Det hurtige Løb bør af og til øves om Raps, saaledes at den Eleve ansees for den

færdigste Løber, som, enten først eller i kortest Tid naerer det bestemte Maal.

De 3de sidste Slags Løbeevelser bør undertiden, paa kielige Dage, tillige foretages med Mundering og saavel med Side- som Skyde- Gewæret (hvortil Bajonet - Gewærene kunne bruges), men da fordres kun de halve af de ved hver Slags Løb angivne Distancer.

#### 5. Af Springen:

- A. Springet uden Tilløb og med samlede Fodder.
- a) I Længden 2 à 3 Alen.
- b) I Høiden 1 à  $1\frac{1}{4}$  Alen.

B. Med Tilløb og uden at samle Fodderne.

- a) I Længden 5 à 6 Alen.
- b) I Høiden  $1\frac{1}{2}$  à 2 Alen.
- c) I Dybden  $2\frac{1}{2}$  à 3 Alen.

Disse Springemaader bør tillige forbindes saaledes, at Cleverne undertiden tillige øves i at springe paa eengang :

- a) I Høiden og Længden.
- b) I Dybden og Længden.

Sidste Tilfælde bør Forholdet være saaledes, at naar den Gienstand, over hvilken der skal springes, er f. Ex.  $1\frac{1}{2}$  ALEN, saa bør Springets Længde ikke overstige 2 ALEN; i sidste Tilfælde, naar nemlig Springet i Dybden og Længden skal forenes, da bør Springets Længde ikke overstige deis Dybde, men snarere over  $\frac{1}{3}$  Deel kortere.

Til disse 2de sidste Springemaader afbenytes, foruden Springemaskinen, tillige de Madrasser, som bruges til Voltigeren, der opstilles saaledes, at de kunne anvendes til det omtalte Diens med.

De forskellige Spring med Tilsøb bør tilslige øves i fuld militair Paaklædning og med Vaaben.

## 6. Af Voltigeren:

### A. Side-Spring.

#### a) Begyndelses Springene.

Heraf læres alle de, som i § 13 i Neglementet for Recruternes gymnastiske Undervisning m. v. ere fastsatte.

- b) Hele Bomspring over Sadlen til høire og venstre.
- c) Halv og heel Bending over Sadlen til høire og venstre.
- d) Heel Mellomspring i Sadlen og paa Bagdelen af Hesten.
- e) Heel udvendig Spring, saavel med Hænderne paa Bommene, som i Sadlen.
- f) Det samme Spring med Bending. (Revers)
- g) Halv udvendig Spring paa Bommene.
- h) Heel Beenspring (Skelette) ligefrem, med høire og venstre Been over begge Bommene.
- i) Særen paa Bagdelen, frem og tilbage.

### B. Bag-Spring.

- a) Halv siddende udvendig Spring paa Bagdelen og ned bag ud.
- b) Halv siddende udvendig Spring i Sadlen og ned til Siden.
- c) Halv staende udvendig Spring paa Bagdelen.
- d) Det samme Spring og ned med heel udvendig Spring over Halsen paa Hesten (Kattespring).

- e) Halv staende udvendig Spring i Sadlen.
- f) Halv staende udvendig Spring paa bagerste Bom.
- g) Heel udvendig Spring over Hesten.

Sidespringene bør først flittigen øves af Eleverne uden Tillsb, førend de foretages med Tillsb.

Voltigeerhestene skulle have den ved allerhøieste Rescript af 15 Junii 1819 befædede Høide for enhver voren Eleve, nemlig: 1 Alen 18 Tommer, naar Øvelsen begyndes; men ved Tilfætning af Træe-Klodse bør de kunne forhøjes til en Høide af 1 Alen 22 Tommer, naar Eleverne allerede have gjort nogen Fremgang i Øvelserne. For de yngre Elever, der endnu ei ere udvorne, bør det derimod anses tilstrækkeligt, naar Hesten har en Høide af 1 Alen 16 Tommer à 1 Alen 18 Tommer.

#### 7. Af Klavren:

- a) At gaae op af en dobbelt Reebstige, saavel i Midten som paa Siderne.

- b) At gaae op af et frit hængende Knudetoug, hvis Knuder ikke bør være over  $\frac{1}{2}$  til  $\frac{3}{4}$  ALEN fra hinanden.
- c) At gaae op af et frithængende glat Toug.
- d) At gaae op af en lodret staende Stang, hvis Glennemsnit i det mindste bør være 3 til  $3\frac{1}{2}$  Tomme.
- e) At entre paa en Skraastang af 10 til 12 Alens Længde.
- f) At entre paa et skraat hængende Toug af 15 til 20 Alens Længde.
- g) At gaae op i Hænderne alene, saavel med stærkt bøede som strakte Arme, af en skraa Stang.
- h) At gaae i det mindste 6 Alen op i Hænderne alene af et frit hængende glat Toug.
- i) At skifte Touge og Stænger og under Skiftningen stedse at stige høiere.
- k) Hængende i et frit hængende glat Toug at lade og at affyre Geværet.

De under litra a. b. c. d. e. f. i og k anførte Dele af Klavren, bør tillige øves af og til i fuld Mundering og med Vaaben, hvortil

dog kun bør bruges gamle og utiensløgtige Munderingsstykker.

De Stænger og Touge, paa hvilke Klavre-Ovelserne foretages, bør i det mindste være 7 - 8 Alen høie, og i Midten af Klavre-Apparatet bør der, i en øverst i den høieste Stang indskaaren Skive, anbringes et Hjelptreib, for dermed at understøtte de mindre øvrede og sikre dem for Fald.

### 8. Af Huggen.

#### A. Begyndelsesgrundene:

- Den rettede Stilling til Huggen.
- Dæk (Garde) Stillingen paa Tælling og paa Commando.
- At reise sig fremad og baglæn ds op og træde i Dæk (Garde) Stillingen igien.
- At marschere og retirere paa Tælling og paa Commando.
- At falde ud paa Tælling og paa Commando.
- At forandre Stillingen af Klingen (hangere).
- At trække.

- At svinge Klingen (espadonner) paa Tælling og paa Commando.

Paa Tælling øves Klingesvingningen (Espadonneren) kun til 40 à 50 Hug, og paa Commando til 80 à 100 Hug. Denne Ovelse foretages med Palladsker af de større og med Huggerter eller Musketeer-Sabler af de mindre og svagere Elever.

#### B. Paraderne.

- Qvart.
- Tiers.
- Cirkel.
- Qvint.
- Prime.

#### C. Angrebene.

- De enkelte Hug.
- At forbinde de enkelte Hug med Paraderne.
- En-Toerne.
- At forbinde En-Toerne med de dertil hørende Parader.
- En-To-Treerne.

- f) At forbinde En- To- Treerne med de dertil hørende Parader.
- g) Battuterne.
- h) Snittene.

D. Muraillehuggen.

E. Forberedelsen til Contrahugning.

F. Contrahugning.

Paniers bør aldrig bruges til Hugning, men stedse Huggerter og i Mangel af disse Musketeers Sabler.

Læreren bør, i de til Underviisning i Hugning bestemte Timer, selv give Lection til enhver Eleve i den ældste Afdeling; og Eleverne af ældste Afdeling, bør, naar flere Afdelinger arbeide samlede, give Lection til Eleverne af de yngre Afdelinger og desuden indbyrdes gientage og øve hvad Læreren med dem selv har giennemgaat.

### 9. Af Bajonetfægtten.

- a) At attaqvere paa den udvendige Side.
- b) At attaqvere paa den indvendige Side.
- c) Efter Attaqverne at degagere.

- d) At parere Tiers, Prima, Octav og Quart. De anførte Bevægelser øves først staende og derpaa ved at avancere og retirere.
- e) Contra Bajonesteren.

Da denne er den væsentligste Del af Bajonetfægtten, bør den øves fortrinligen, og det ikke blot efter Commando af flere samlede, men tillige, ligesom Contrahugning, af 2de Elever førstilt.

Eleverne bør under Contrabajonetten, være forsynede med Master, saavel som med Plastrons.

Torinden Eleverne øves samlede i de angivne Dele af Bajonetfægtten, bør Læreren først give hver enkelt Eleve og derpaa tvende Elever samlede Lection, hvorpaa de, ligesom ved Hugning, øve hinanden indbyrdes.

Hvis der findes Elever, der ere saa unge og svage, at de ikke kunne udføre Øvelserne med virkelige Geværer, da bør enten nogle mindre Geværer requireres til disse, hvis saadanne kunne faaes paa Arsenalet, eller ogsaa bør de øves med Træ- Stokke i Form af Geværer, indtil de have

opnæaret den, til Brugen af de virkelige geværer  
fornødne Kraft.

Denne Øvelse foretages ikke i Artilleriets  
Underofficersskole.

#### 10. Af Svømmen.

##### a) Badning.

Hørinden Svømmeøvelserne foretages med  
nye Elever, bør disse, hvis de ei ere vandte til  
Vandet, 2 à 3 Gange bades paa et sikkert og  
dertil bekvemt Sted; Læreren bør selv, i Fore-  
ning med nogle gode Svømmere blandt de ældre  
Elever, væreude i Vandet, imedens Badningen  
foretages, og i øvrigt ordne alt saaledes, at al  
muelig Fare forbygges.

##### b) Svømmebevægelserne paa Land.

Disse foretages enten i en hængende Svøm-  
mesele, eller paa andre dertil bekvemme Maader.

##### c) Nedspringet i Vandet.

##### d) Forberedelsen til Brystsvømning:

- 1) med Benene alene,
- 2) med Armene alene og
- 3) med Arme og Been samlede.

Brystsvømning øves først paa Tælling og  
dernæst uden Tælling, i Begyndelsen i stram,  
Sid efter anden i slap Sele.

##### e) Rygsvømning.

- 1) Med Benene alene.
- 2) Med Armene alene.
- 3) Med Arme og Been samlede.

Dette øves til en Længde af 50 ALEN. Un-  
der denne Øvelse bør Eleven tillige lære at gøre  
Overgangen fra Rygsvømning til Brystsvømning  
og omvendt.

Ingen Eleve maa svømme uden Sele før-  
end han, med Sikkerhed og med regelmæssige Be-  
vægelser, kan svømme 150 - 200 ALEN i slap  
Sele og han tillige kan gøre Wendingerne, samt  
svømme 20 - 30 ALEN paa Ryggen, med Arme  
og Been; fra den Sid øves han i Længde-Svøm-  
ning, ved Sid efter anden at lade ham lægge  
30 - 50 ALEN til, indtil han har saa megen Fær-  
dighed, at han kan svømme 1200 ALEN i Længden.

##### f) Flyden.

##### g) At træde Vandet:

- 1) først med Hænder og Been, dernæst
- 2) med Benene alene.

h) Dykning:

- 1) I Dybden 4 à 6 Alen.
- 2) I Længden 10 à 15 Alen.

Naar begge Maader at dykke paa ere lært, da bør Eleverne og vænnes til under Dykningen at opføge en lys, samt optage en tung Gienstand fra Grunden.

i) Strømsvømning:

- 1) ned,
- 2) imod og
- 3) tvers over Strømme.

k) At svømme med Mundering 100 Alen, med Baaben tillige 60 Alen og mod Bepakning 40 à 50 Alen.

Før de yngre Elever, som endnu ikke have de fornødne Kræfter til at svømme med Baaben og Bepakning, bør det ansees tilstrækkeligt, naar de kunne svømme 100-150 Alen, blot med Mundering og Sidegevær.

l) At bierge og svømme med den Biergede 50 Alen i Længden. Den, der skal bierges, maa

lade sig synke omrent i Alen under Vandets Overflade og den Biergende dykke og hente ham under Vandet.

m) De simpleste Evolutioner.

Ved Svømmeeøvelserne bør især den indbyrdes Undervisning finde Sted, dog saaledes, at stedse den, der skal holde en anden i Selen, har den fornødne Kraft dertil, da der i manglende Fald maa gives ham en Hjælper. Læreren bør ikke, uden under enkelte Omstændigheder, selv holde og føre Eleverne i Selen, da han derved hindres fra at have det nødvendige Tilsyn med Alle. Han bør derimod ordne alt paa hensigtsvarende Maade, lade et vist Antal af Eleverne paa en gang begynde og ophøre, samt fastsætte hvad der skal foretages med hver enkelt Eleve m. v., og i øvrigt nøje følge de for denne Øvelse i det gymnastiske Reglement fastsatte Forsigtigheds Regler og øvrige Forstyrter.

Ganden Afdeling af disse Skoler skulle  
Eleverne lære følgende:

### 1. Af Forberedelsesøvelser:

Alle de, som i det Foregaaende ere fastsatte for  
1ste Afdeling, undtagen de under litra i og k  
anførte.

### 2. Af Ligevægtsøvelser:

Alt hvad, som for den første Afdeling er  
fastsat.

### 3. Af Løben:

Ligeledes, med den Forstiel, at det lang-  
somme Løb i denne Afdeling kun øves til 5 à  
600 Alen og det hurtige Løb til 2 à 300 Alen.

### 4. Af Springen:

Alt det, som for 1ste Afdeling er fastsat,  
dog øves Springet med Tillob i Længden kun  
til 4 à 5 Alen.

### 5. Af Voltigeren:

#### A. Sidespring:

- a) Begyndelsesspringene.
- b) Heel Bomspring til høire og venstre over  
Sadlen.
- c) Heel Mellemsspring i Sadlen.
- d) Heel Vending til høire bag Sadlen.

#### B. Bag- eller Længdespring:

- e) Halvsiddende udvendig Spring bag Sadlen.
- f) Halvsiddende udvendig Spring i Sadlen.
- g) Halvstaende udvendig Spring bag Sadlen.
- h) Kattespringet.

### 6. Af Klavren:

Alle de Øvelser, som ere fastsatte for 1ste  
Afdeling, med Undtagelse af de under litra f og  
h anførte.

### 7. Af Huggen:

Alt hvad, som er bestemt for 1ste Afdeling,  
med Undtagelse af det, som i Angrebene findes  
anført under litra e. f. g og h.

### 8. Af Bajonetfægten:

Allt det, som er fastsat for 1ste Afdeling.

### 9. Svømning:

Det, som i det Foregaaende er bestemt for 1ste Afdeling, under litra a. b. c. d. e. f og m, ved den Forstiel, at det ansees tilstrækkeligt, naar en Eleve af 2den Afdeling, (som ei har kunnet svømme förend han kom i Skolen) kan svømme 800 à 1000 Alen i Længden og 30 à 40 Alen paa Ryggen med Arme og Been.

Den Eleve, som har lært at svømme förend han kom paa Skolen, eller som har fortrinlige Anlæg til Svømning, og derfor hurtigere lærer de her angivne Dele af Svømning, bør tillige øves i alle de øvrige, for 1ste Afdeling fastsatte Dele af Svømning.

---

### Om de theoretiske Øvelser.

Da de Elever, som i Underviñningsanstalterne opdrages, for det meste enten ere, eller skalles dannes til at blive Underofficerer, og som saadanne, ikke blot bør udmarke sig frem for Mandskabet ved større practisk Færdighed i alle Dienstens Grene, men tillige bør være satte i Stand til hensigtsmæssigen at kunne undervise og øve Mandskabet, saavel i disse som i alle dets øvrige Øvelser, efter som de kunne blive commanderede som Lærere i Exerceerstolerne, og de desuden bør kunne bruges som Assistentere for Gymnastik- og Compagnielærerne, ved det tjenstgjerrende Mandskabs Øvelser i Hugning og Svømning, saa et det nødvendigt og hensigtsvarende, at de besidde nogen theoretisk Kundskab, især om de Dele af Gymnastiken, hvori det tjenstgjorende Mandskab skal øves, nemlig: Hugning og Svømning. Dog bør denne theoretiske Kundskab indskrænkes til det allernødvedigste og derved især fun haves til Formaal, i Almindelighed at give dem bekjendte med Nutten af Øvelserne, den

Ordnen, i hvilken de ved Underviisningen bør følge paa hinanden, det Commando, som ved enkelte Dele af Øvelserne skal bruges, samt de vigtigste Forholds og Forsigtighedsregler, som derved ere at jagttagte, hvorved Reglementet for Mekruter-nes m. v. gymnastiske Underviisning, for saavigt som det omhandler disse 2de Øvelser, skal lægges til Grund.

Til saadanne theoretiske Øvelser, bør der ikke bruges nogen særligt Tid af Underviisnings-timerne, men disse bør foretages, enten naar Læ-reren, efter meget anstrengende Øvelser, hvori alle paa en gang have taget Deel, finder det nødvendigt at bevære en almindelig Høile i 8 à 10 Minuter, eller og i Forbindelse med Øvelserne i militair Anstand og i Underviisningsmaaden, med hvilken sidste Øvelse i en theoretiske Under-viisning staaer i nærmeste Forbindelse.

Ei heller bør Lærerne selv alene øve Elever-ne i de theoretiske Øvelser, men ligesom ved de practiske Øvelser indføre og bruge den indbyrdes Underviisning.

---

Om Underviisningsmaaden, om den Tid, som skal anvendes til Underviisningen og om enkelte derhen hørende Dele.

1) Den indbyrdes Underviisning bør lægges til Grund ved alle Øvelserne og fornemmeligen bruges ved saadanne, hvor Læreren kun personligen kan bestreftige sig med en eller tvende Elever, da den især ved disse er mest nyttig og hensigtsvarende.

a) Efterat Eleverne, ved den indbyrdes Under-viisning og Øvelse, ere noget forberedede og have tabt den Forlegenhed, som almindeligen lægger Begyndere Banskeligheder i Veien, og efterat de, ved de theoretiske Øvelser, ere blevne bekendte med Ordens Følgen, m. v. ville de, naar de tillige selv practisk nogen-lunde kunne udføre Øvelserne, ogsaa Tid eft-ter anden lettelig kunne vænnes til, med Ord-en at lære disse Øvelser fra sig. Herved bør de især holdes til at være opmærksomme paa de Andres Fejl og rette samme, at un-derstøtte hinanden rigtigt og med Forsigtig-

hed at bruge Redskaberne og behandle dem med Orden, samt at commandere m. v.

Dette vil især snart læres ved Lige-vægts og Forberedelses Øvelser, Løben, Springen og Klavren, men være forbundet med større Vanskelighed ved Smidigheds Øvelser, Boltigeren, Bajonetfægten, Huggen og Svømmen; fordi disse Øvelser tildeels ere vanskeligere og deels farligere, og de deraf udfordre en konstmæssigere og langt forsigtigere Behandling.

- b) Undervisningen skal stedse behandles overensstemmende med de her, eller i Reglementet for Rekruternes gymnastiske Undervisning, eller og i den i Aaret 1805 trykte Instruction for de gymnastiske Lærere givne Regler og Forstrikter; og da det kan antages, at enhver Eleve kan opnaae den, for hans Stilling og Bestemmelse nødvendige Færdighed, naar han har lært de her angivne Dele af hver forskellig Øvelse, saa bor Læreren ikke øve nogen Eleve i vanskeligere Bevægelser end de, som her ere anførte,

med mindre han med særliges Lyst forener fortrinligt Anlæg og allerede har opnaaet den fornødne Færdighed i det her fastsatte. Læreren bor da heller anvende Elevens Tid og Kraft til at forstørre ham store Duelighed i at bruge sit Sødegevær og Bajonetten, i hvilke Øvelser han aldrig kan opnaae for megen Færdighed.

2) Den gymnastiske Undervisning skal, overensstemmende med allerhøjest Befaling af 9de November 1818, foretages 3 Gange ugentlig, 2 Timer hver Gang, eller hvor Omstændighederne ikke tillade denne Inddeling, da kan 1 Time daglig anvendes hertil.

Den fortsættes uafbrudt hele Aaret, undtagen i Exerceer- og Høstmaneuvertiden, samt i Ferie Tider (hvis saadanne tillige ere tilstaaede for den øvrige Undervisning). Efter saadanne Tiders Forløb paabegyndes den strax i Foreening med den øvrige Skole- Undervisning.

Da Svømmesøllerne i Almindelighed ikke kunne foretages mere end 10 til 12 Uger

om Sommeren, saa bør de til Underviisning i Gymnastikken fastsatte Timer alene anvendes til Svømning, saalænge Værstiden og Beirliget tillader det og de Elever, som ei endnu kunne svømme den befalede Distance, bør i de Skoler, hvor Øvelserne foretages 3 Gange ugentlig, desuden tillige øves de 3de øvrige Dage, saaledes at de i alt een Gang daglig nyde Underviisning i Svømning, indtil de kunne svømme 1000-1200 ALEN i Længden og tillige have giort nogen Fremgang i Rygsvømning.

Naar Beirliget paa enkelte Dage ikke tillader, at Svømmeøvelserne kunne foretages, da bør de til Svømmeunderviisningen fastsatte Timer bruges til Hugning, naar det i Forveien kan befales Eleverne at møde i Gymnastikhuset, i Stedet for paa Svømmestedet.

I øvrigt foretages ikke andre gymnastiske Øvelser i de Maaneder, i hvilke Svømmeøvelserne finde Sted.

- 3) a) Spillemændenes Øvelser i at slaae paa Tromme, blæse Horn, m. v. bør ikke, uden den allerstørste Nødwendighed, foretages i den til Underviisningen i Gymnastik fastsatte Tid, men dertil vælges andre passende Timer. Ligeledes bør ingen Øvelse i at slaae paa Tromme, blæse Horn m. v. foretages paa det gymnastiske Locale paa saadanne Timer, hvor dette afbenyttes til den gymnastiske Underviisning.
- b) Ligesom de 10 første Minuter i hver Øvelses Tid, hvis dertil bruges 2 Timer ad Gangen, hvergang bør anvendes til forberedende Øvelser; saaledes bør de 10 sidste Minuter af Øvelsesstiden stedse anvendes til theoretiske Øvelser, i Forbindelse med Øvelse i militair Kunstand, for at Eleverne kunne afføles forinden de forlade Øvelsesstedet. Hvor der bruges daglig een Time til den gymnastiske Underviisning, der bør de 5 første og de 5 sidste Minuter anvendes i samme Hensigt.

4) Enhver Underviisningsanstalt bør Læreren være forsynet med en ved Skolens Forstanders Underskrift autoriseret Timeseddel for Tidens Fordeling til Øvelserne. Ved en saadan Timeseddel bør især tages Hensyn til:

- a) At enhver Øvelse erholder den, for sin større eller mindre Vanskelighed nødvendige Deel af Tiden, og at der især dagligen anvendes en Deel af Tiden til Hugning.
- b) At Øvelserne nogenlunde apteres efter Mars-tiderne, hvorfor der bør indrettes en Timeseddel for Sommer- og en anden for Winter-Underviisningstimerne.

Denne Timeseddel bør, hvor Localet tillader det, opslaaes til Rettesnor og Læreren bør ikke uden Bedkommendes Tilladelse, afgive fra samme.

5) Ved Underviisningen bør ingen almindelig Hvile finde Sted, men den bør ordnes saaledes, at Eleverne ved verelviis at tage og give hinanden Underviisning i de praktiske Øvelser,

eller ved theoretisk med hinanden at giennemgaae hvad der af Læreren er foredraget, sættes i Stand til uafbrudt at være i Virksomhed. Skulde en almindelig Hvile, ved enkelte Ueiligheder, af Læreren findes nødvendig, da bør denne Hviletid dog afbenyttes til Øvelse i militair Anstand, i Commando, eller paa en anden ikke for Legemet anstrengende men dog hensigtssvarende Maade.

6) I Underviisningsanstalternes Journal indføres, under Forstanderens Tilshyn, efter Op-givende af Gymnastiklæreren: Forsommelser, Fra-værelse foraarsagede ved Sygdom eller ved Dies-nesten, daglige Caracterer for enhver Eleve af 1ste Afdeling, Uge-Caracterer for enhver Eleve af 2den Afdeling, samt Hovedbemærkninger over Elevernes Forhold, Flid, Fremgang m. v., saa ofte saadanne Bemærkninger ere nødvendige, dog i det mindste tvende Gange om Maaneden. Naar Skolen undersøges af de af Hans Majestæt dertil befalede Personer, forevises Journalen dem paa Forlangende.

7) Frietagne for at tage Deel i den gymna-stiske Underviisning ere de Elever, som:

- a) fremlægge Regimentschirurgens Beviis,
  - b) ere over 35 Aar, eller
  - c) ere oplærte og examinerede Gymnastiklærere.
  - d) Endeligen Stusse og Compagnielærerne være frietagne for at undervises i den eller de Grenne af Gymnastikken, i hvilke de ere Compagnielærere.
- 

Om det nødvendige Locale til den gymnastiske Undervisning, og om de Requisiter, som dertil behøves.

1) Enhver Undervisningsanstalt bør enten selv have, eller have Adgang til sit respective Regiments eller Corpses Klavreapparat, samt til et rummeligt Locale, hvor disse Øvelser om Vinteren kunne foretages i Huus, og i hvilket tillige de til Øvelserne fornødne Requisiter kunne hensættes og opbevares, hvis ikke Høiden i det omtalte Locale tillader de til Klavren nødvendige Apparater at opsættes i samme, da bør strax derved, paa en beqvem og til Øvelserne indrettet aaben Plads, en Klavremaschine i Foreening med en Skraebielke til Entren m. v. opsættes, i hvilken de til Klavren nødvendige Touge, Stiger og Stænger anbringes. I de Garnisoner, hvor ikke et saadant særligt Locale kan haves, og hvor ei Exerceerhuset, eller en Casernestue dertil kan afbenyttes, bør et af Skolens Bærelser, naar det er beliggende ved Forden, bruges til Under-

viiisningen i Gymnastik, paa saadanne Tider, hvori ingen anden Underviisning for Eleverne der finder Sted, og her foretages alle de Øvelser, som Rummet tillader; de øvrige Øvelser kunne udsættes indtil Værstiden tillader at foretage samme under aaben Himmel paa et dertil bequemt Sted, der neppe i nogen Garnison vil kunne mangle. Hvis intet Værelse eller andet Locale kan tilveiebringes, hvor Øvelserne kunne foretages i Huus, da bør den aabne Plads tillige afbenyttes til alle Øvelserne, naar Værstiden og Virligtet tillader det.

2) Enhver Underviisningsanstalt bør, naar ikke vedkommende Regiments og Corpses gymnastiske Requisiter af Skolen kunne afbenyttes, selv være forsynet med følgende Requisiter, for et Antal af omrent 20 Elever:

- 1) Et 8 - 10 ALEN langt og 6 - 8 TOMMER høit Balanceerbrædt.
- 2) En Springmaskine, hvori Hullerne ere anbragte i 2 TOMMERS Afstand fra hinanden og afmarkede til 2 à 2½ ALEN i Højden, begge Enderne af Snorerne bør

være forsynede med Skindposer fyldte med Sand.

- 3) En dobbelt Rebstige 7 - 9 ALEN lang, 2 glatte Touge af samme Længde, helst det ene noget forere end det andet; tvende Touge med Knuder i  $\frac{1}{2}$  -  $\frac{3}{4}$  ALENs Afstand, af samme Længde; tvende Stænger, den ene paa 3, den anden paa 4 TOMMERS Giennemsnit i Midten af Stangen, den ene 7 - 9 ALEN lang og den anden 2 - 3 ALEN højere end de øvrige Rebstaber.

En Skraebielke, 9 - 10 ALEN lang, med en Rende i Midten; dens høieste Ende bør ikke være mere end 5 à 6 ALEN og dens laveste Ende ikke mere end  $2\frac{1}{2}$  -  $3\frac{1}{2}$  ALEN fra Jorden.

Et Entre-Touge af 18 til 20 ALENs Længde.

Maar disse Requisiter skulle qnbringes i et Huus, som ikke tillader de angivne Høider og Længder, kunde disse formindskes noget efter Omstendighederne.

Naar Klavre-Requisiterne ere anbragte i en dertil indrettet Maskine, under aaben Himmel, da bør en saadan Maskine være 8 - 9 ALEN høi, og ovenmeldte Requisiter bør om Efteraaret, saasnart Klavresøvelserne ophøre, tages ned og opbevares; Skraae-Bie!ken anbringes i Klavremaskinen.

- 4) En Trappe til Dybdespring, hvis høieste Trin ikke bør være mere end  $3 - 3\frac{1}{2}$  ALEN fra Jorden; Afstanden imellem Trinnene bør være 4 - 6 Tommer og Høiden ved hvert Trin være paamalet.
- 5) a) En Voltigeerhest, 1 ALen og 16 Tommer høi, der ved Tilsætning af Træeklods kan forhøjes til 1 ALen og 22 Tommer, den bør være omkrent 3 ALEN lang.  
b) En Sadelpuude til samme.  
c) Ævende Madratser, hver paa  $3 - 3\frac{1}{2}$  ALens Længde og  $1\frac{1}{2} - 2$  ALens Brede og tvende mindre Madratser, hver paa 2 ALens Længde og  $1 - 1\frac{1}{2}$  ALens Bredde.

Disse Madratser kunne tillige afbenyttes til Smidighedssøvelser og til Springerøvelser.

- 6) 12 Stkr. Geværer til Vajonetfægten, disse kunne i øvrigt være utienstdygtige; de bør være forsynede med bevægelige Spankrør af 6 - 12 Tommers Længde, i Stedet for Vajonetter.
- 7) a) 10 Stkr. Huggerter.  
b) 12 à 16 Stkr. Musqveeteersabler, som i øvrigt kunne være utienstdygtige.  
c) 10 à 12 Stkr. Palladsker til Espandoneren.  
d) 5 à 6 Stkr. Brystværn med Klapper.  
e) 5 à 6 Stkr. Mastser.  
f) 10 Stkr. udstoppede Handsker.
- 8) En hængende Svømmesele til Lection paa Land.  
5 Stkr. almindelige Svømmeseler.  
5 = Svømmekroze.

4 Stkr. Hjelpestænger.

4 = Hjelpeereb.

- 9) En Seildugs Treie og et Par Beenklæder samt et Par Skoe for hver Eleve.
- 10) En Kasse med Paas og Nøgle til at opbevare Klæder, Skoe og smaae Requisiter.

Er Antallet af Eleverne ved en Undervisningsanstalt større eller mindre end 20, da maa de under 6. 7 og 8 anførte Requisiter haves efter det her angivne Forhold, doz er een hængende Svømmesele tilstrækkelig, endog til det dobbelte af det her anførte Antal.

Enhver Undervisningsanstalt bør være forsynet med: Reglementet for den gymnastiske Undervisning og en Aftirskrift af de senere Regler og Bestemmelser, som blive givne for denne Undervisning ved flige Skoler.

Det er Lærerens Pligt, at sørge for at alle Requisiter behandles med den muligste Orden og Forsigtighed og at de efter Brugen strax

ophænges eller henlægges, paa de dertil bestemte Steder, samt at Arbeidsklæderne og Skoene, som ved Orden og god Deconomie kunne afbenyttes i flere Aar, ikke bruges udenfor Øvelserne, men blot naar disse foretages; at de holdes hele og rene, samt ikke opbevares af Eleverne selv, men efter Brugen strax afleveres og indelukkes i en Kasse eller et Skab, hvortil kun Læreren, eller hvem dertil af Skolens Foresatte er beordret, harer Nøglen.

---

Da det er til Fordeel for ethvert Regiment og Corps, at de fra samme i Underviisningsanstalterne kommandeerter Underofficerer og Spille mænd opnæs saa megen Færdighed, som muligt, i Øvelserne, saa bør begge de ved et Regiment eller Corps ansatte Gymnastiklærere com manderes til Underviisningen i Regimentets Skole, hvis der i samme ere flere end 20 Elever, og bør da enhver Lærer tildeles en vis Afdeling, eller visse bestemte Øvelser i hver Afdeling, hvilke han ikke, uden de Foresattes Tilladelse, maa ombytte med den anden Lærer, da de hver især skulle være ansvarlige for de dem tildelede Elevers Fremgang m. v.

Hvor flere Regimenter have een Skole fælleds, der behøve ikke alle de ved vedkommende Regimenter og Corps ansatte Gymnastiklærere at beordres til Underviisningen, men det kan være tilstrækkeligt, naar der, ved en saadan Skole, for hvert Antal af 20-25 Elever haves een Lærer.

Naar det indtræffer, at en Gymnastiklærer formedelst Sygdom, anden gymnastisk Dieneste

ved Regimentet eller Corpsset, eller af andre antagelige Hørsager hindres fra at give de til den gymnastiske Underviisning i Skolen bestemte Timer, da bør den anden Gymnastiklærer forestaae Underviisningen, og hvis der ikke ved et saadant Regiment eller Corps haves det befalede Antal af 2 Gymnastiklærere, bør der com manderes en duelig Compagnielærer til at forestaae Underviisningen, indtil Gymnastiklæreren selv igien kan tiltræde samme, for at Øvelserne ikke skulle standses.

Lærerne skulle omgaas og behandle Eleverne overensstemmende med de Forstrikter, som ere givne for saadanne Lærere i den før omtalte Instruction fra Året 1805, i Reglementet for den gymnastiske Underviisning og efter de nærmere dem af deres respective Foresatte meddelede Ordres.

Før de mindre Feil og Nordener, som Eleverne giøre sig skyldige i, bør de af Lærerne anses med passende Grindringer eller Trettesætters; dog bør det ikke være Lærerne tilladt, for

større Feil eller Uordener, selv at straffe nogen som helst Eleve, med mindre de dertil have de Foresattes udtrykkelige Tilladelse, hvorimod de stedse uopholdeligen til de Foresatte have at indmelde deslige og alle øvrige, den dem anbetroede Undervisning vedkommende Uordener og Mangler, for af Samme snarest muligt at blive paaankede og afhiulpne.

---

Om de i disse Øvelser afholdende halvaarslige Prøver og om Dimissions Graminam. v.

1) Der bør i disse Skoler aarlig afholdes 2de Prøver i Gymnastikken, den ene om Sommeren, fort førend Svømmesøvellerne ophøre, og den anden ved Udgangen af Aaret, strax efter at Examen i de øvrige Dele af Skoleundervisningen er endt.

Bed den første Prøve bør Elevernes praktiske Færdighed i Svømning og ved den sidste deres praktiske Færdighed i de øvrige Øvelser undersøges. Ved begge Prøverne maa tillige bedømmes deres theoretiske Kundskaber om Øvelserne og deres才能 til at undervise i samme.

2) Disse Prøver skulle i Københavns og Citadellet Frederikshavns Garnisoner, i de Skoler, som ere henlagte under Directionen for Garnisons Skolevæsenet, afholdes af Directionen i Forening med den, under hvis Inspection den gymnastiske Undervisning paa disse Steder er

henlagt, og bør Skolens Forstander være nærværende ved disse Prøver.

3) I de øvrige Skoler i Københavns Garnison bør disse Prøver afholdes af den, under hvis Inspection den gymnastiske Undervisning er henlagt, hvorved da og Skolens Forstander bør være nærværende.

4) I de udenfor København garnisonsende Regiments og Corpsers Undervisningsanstalter, bør disse Prøver afholdes af Skolerne's Forstandere, i Regiments-Chefens, eller den Officerers Overværelse, som af Regiments-Chefen dertil beordres.

5) Ved saadanne Prøver bør Elevernes Færdighed i selv at udføre Øvelsen og deres Duelighed i at lære dem fra sig, bestemmes ved fem Caracterer for første Afdeling og trende Caracterer for anden Afdeling.

a) For 1ste Afdeling skulle gives:

I for Ligevægts, Forberedelses, Smidighedsøvelser og Klavren.

I for Løben, Springen og Voltigeren.

I for Bajonetfægten og Hugning.

I for Svømning.

I for Duelighed i at undervise i ovenstaende Øvelser, hvorved især bør tages Hensyn til Hugning og Svømning, som og til Elevens større eller mindre Lethed i theoretiskt at forklare det Hornsøgne.

b) For 2den Afdeling skulle gives:

I for Hugning.

I for Svømning og

I for det øvrige.

Disse Caracterer udtrykkes, som sædvanligt, ved: særdeles eller udmærket godt, meget godt, godt, temmelig godt, maadeligt, slet eller Intet.

6) Ingen Eleve bør dimitteres fra den første Afdeling af nogen Undervisningsanstalt for Underofficerer og Spillemand, med mindre han af de 5 Caracterer, der ere bestemte for Gymnastikken, i det mindste har godt for Gymnastikken og Hugning, for Svømning og for Duelighed i at undervise, og i det mindste temmelig godt til de tvende øvrige Caracterer, og ingen Eleve bør dimitteres fra den 2den Afdeling, for-

inden han kan qvalificere sig til Caracteren godt for Svømning og Hugning og i det mindste temmelig godt for det øvrige. Ei heller maa en Eleve ved sin Afgang, tilkiendes nogen Præmie, med mindre saavel hans Forhold, som Flid og Fremgang ved disse Øvelser, har været ligesaa roesværdig som ved de øvrige Dele af Skoleunderviisningen.

Paa den Dimissionsaftest, som ved en Eleves Afgang meddeles af vedkommende Foresatte, bør tillige de ham for Gymnastikken tilkiendte Caracterer være anførte.

---

Udenfor de 2de Prøver skal den gymnastiske Underviisning inspiceres af de dertil befalede Personer, saa tidt disse have Leilighed dertil og saa ofte det af dem maatte skønnes nødvendigt.

Listen over Eleverne, undertegnet af Forstanderen selv, fremvises da af Gymnastiklæren lige saavel som Timesedlen til den Inspicerende. Denne bør desuden af Forstanderen gives Oplysning og Underretning om hvilke Punkter, han med Hensyn til Underviisningen maatte opgive.

Skolens Forstander bør jevnligen eftersee Elevernes Fremgang i Gymnastikken og undersøge, om Underviisningen af Læreren behandles efter de her givne Negler, samt om de øvrige, med Hensyn til de gymnastiske Øvelser, givne Forstyrter bedbørligen tagtages.

Ingen Skole maa tillade sig Afgivelser fra de her givne Negler, ei heller maa de til

Underviisningen eengang fastsatte Timer forandres  
eller for enkelte Gange ophere, uden at Skolens  
Forstander derom betimeligen underretter de Per-  
soner, under hvis Bestyrelse eller Inspection Un-  
derviisningen er henlagt.

---

R e g l e m e n t  
til Rettesnor for den gymnastiske Under-  
viisning ved Land-Estatens militaire Ca-  
serne- eller Drengestoler.

---

I alle saabanne Skoler skulle de gymna-  
stiske Øvelser indføres og følgende  
Deler, som de meest hensigtsvarende,  
læres; dog saaledes, at intet Barn  
ansføres til mere, end hans Alder og  
Vært tillader, hvorom de Befalende  
altid nærmere have at instruere Gym-  
nastiklærerne.

### I. Af Forberedelsesøvelser.

- a) En god og utvungen Stilling.
- b) En sikker, let og frie, saavel hurtig som langsom Gang.
- c) I Forbindelse med disse Øvelser bør Drengene lære, at træde an, tage Afstand, rette sig, se til høire, venstre og ligeud, giøre høire om, venstre om og omkring, samt at marschere; for saaledes hurtigen og med Orden at kunne giøre Overgangene fra en Stilling og Beveg.

gelse til en anden, og tillige at vænnes til at være opmærksomme paa, samt øieblinkeligen at udføre Lærerens Besalinger; de bør tillige lære, hvorledes de skulle hilse, svare og nærme sig deres Foresatte, naar der kaldes paa dem, hvorledes de, efterat have modtaget Sammes Besalinger m. v. etter skulle gaae bort fra dem, hvorledes de have at frembringe en eller anden Melding eller Underrætning og hvorledes i øvrigt deres udvortes Forhold bør være imod hver den, de skyldte Respect, Hørighed og Høflighed.

- d) At gaae paa Spidsen af Fødderne 80 til 100 Skridt.
- e) at strække og bøje Knæene.
- f) At hoppe paa Stedet, derefter frem og tilbage, saavel paa eet som begge Benene.
- g) Bevægelsen (vexelvis at slaae høire eller venstre, eller og begge Fødder paa eengang, op til Sædet).
- h) Hængende, deels i begge deels i een Haand, at holde sig fast 5 à 10 Minuter; til Afvejling hænges og undertiden i Albueleddene,

og i saa Fald, saavel i det høire som i det venstre.

- i) Hængende i Hænder og Fødder, at holde sig fast 10 à 15 Minuter.
- k) Omfattende Skraabielen eller Entretouget, med Hænder og Been, at holde sig fast, ved afverlende at svinge eet eller begge Benene over og skifte med Hænderne.
- l) Hængende i Hænderne at hæve sig op flere Gange i bøiede Arme; dette øves ved afverlende at hæve sig op til høire og venstre Side, deels med begge Hænder paa samme, og deels med een Haand paa hver Side af Stangen eller Touget.
- m) Hængende i Hænderne at hæve Benene flere Gange op paa eller over det Redstab, hvorpaa Øvelsen foretages.
- n) Hængende med begge Hænder paa den ene Side af et horizontalt eller strække Touget, at hæve Benene op imellem Armene og at springe ned, eller og at trække Benene tilbage igjen, og først da at springe ned.

- o) Ut staæ paa Hænderne, deels imod Væggen, deels imod hinanden indbyrdes.
- p) Stykende paa Hænderne at giøre halv Venstre til begge Sider.
- q) Stykende paa Hænderne at synke ned i bøende Arme og atter at strække dem ud igien 2 à 3 Gange, saavel imod en Væg som imod hinanden indbyrdes.

Til de Forberedelsesøvelser, som foretages paa Skraebielken, bruges en løs Bænk eller Bul, som sættes under Skraebielken, for at flere paa eengang kunne tage fat og foretage den angivne Øvelse, hvilken derpaa borttages.

## 2. Af Ligevægtsøvelser:

- a) Staænde paa eet Been at bevæge det andet frem, tilbage og til Siderne m. v. Som hensigtsmæssige Forandringer ved denne Øvelse kan tilføies, at trække Foden op til Brystet, Skulderen, Ansigtet, bag Hovedet m. v., at overlevere eller faste noget til hin-

anden, at foretage forskellige Bevægelser med een eller begge Armene og med Overkroppen, i forskellige Retninger at tage noget op fra Jordens og at lægge det ned igien m. v. Dette øves afværlende paa høire og venstre Been.

- b) Ut hæve sig op paa Spidsen af begge Fødder eller paa een Fod, og i nogen Tid at forblive staænde saaledes.
- c) Ut gaae paa smalle Flader, f. Ex. Lægter og halvrunde Træestammer, som ligge fladt paa Jordens, ud til Enden, vende sig og gaae tilbage igien, gaae baglænbs og til Siderne. Hertil kan og tilføies: gaaende saaledes, at bøje sig ned og tage noget op, som er henlagt paa Jordens; at gaae over en og anden Gienstand f. Ex. en Hue, Hat, m. v. som er lagt til Hindring, uden at røre ved eller rive samme ned; at berøve hinanden Ligevægten, gaae forbi hinanden m. v.; naar dette er øvet vel paa denne Maade, da foretages de samme Øvelser ved

- d) Ut gaae paa et Balanceerbrædt, hvis Høi-  
kant dog ikke maa være mere end høist 6  
Tommer fra Jorden.

### 3. Af Smidigheds Øvelser:

- a) Ut sidde ned paa Jorden og reise sig op igien uden Hjælp af Hænderne, dette øves deels ved Hjælp af begge Benene og deels ved Hjælp af eet Been.
- b) Ut hoppe frem og tilbage over et, først mere derpaa mindre bevægeligt, og først længere derpaa kortere Spanskrør, Kvist eller Green, i Mangel heraf Hat eller Handske, hvilke holdes med begge Hænderne, og til sidst blot over de sammenholdte Hænder.
- c) Knælende at bøie Kroppen saa meget tilbage, at Nakken kan berøre Jorden eller Hælene.
- d) Smidighedsbøiningen fremad.
- e) Hovedbøiningen.
- f) Kraftbøiningen.
- g) Reiespringet.
- h) Møllen (at slæe Hjul).

De under litra d. e. f. g og h anførte Øvelser bør, naar de ere lærte førstilt, forbindes med hinanden, for at befordre større Smidighed og Behændighed hos Drengene.

Wed de under litra d. e. f. og g anførte Smidigheds Øvelser, maa Læreren stedse selv tage imod og veilede Drengene, og saaledes den indbyrdes Undervisning eller Øvelse ei bruges ved disse 4 Bevægelsel; der bør i det hele anvendes megen Forsigtighed ved denne Slags Øvelser.

### 4. Af Løben:

- a) Forberedelsesløbet, 100 à 150 ALEN.
- b) Det langsomme Løb, 6 à 800 ALEN.
- c) Med Øvelserne i litra a og b forbindes Bendingerne og det baglæn ds Løb.
- d) Løbet i Slangegang i Foreening med Løbet til Siden og baglæn ds.
- e) Det hurtige Løb 150 - 200 ALEN.

Før at udmærke de flinkeste og hurtigste Løbere, foretages dette Løb undertiden om Kaps eller efter Uhret, af et Antal af 10-12 eller flere

Drenge, som i Alder, Størrelse og Færdighed nærme sig hinanden.

De meest anstrengende Arter af Løbet bør kun øves paa folde eller klogte Dage.

Til Løbesvæsserne affstikkes og afmærkes en Bane, fra 50 til 100 Aленs Længde (efter Omstændighederne), og naar disse foretages i Huus, bør Læreren have affridtet den indre Omkreds af Øvelsesstedet, for at vide, hvor meget af Øvelsen han daglig maae tilføie, samt hvad han bør fordre af hver især.

Bed enhver nogenlunde anstrengende Løbesøelse bør Drengene aftage Halstørklæde, Hat og Trøje, naar Karstiden tillader det, og strax igien paatage samme, naar Øvelsen er endt, samt ved først hurtig, derpaa langsom Gang afsløles.

### 5. Af Springen:

A. Springet uden Tilløb og med samlede Fodder.

- I Længden 2 = 2½ Aлен.
- I Højden 3½ = 4 Kvarteer.

B. Med Tilløb uden samlede Fodder.

I Længden 4 = 5 Aлен.

I Højden 1 = 1½ Aлен.

I Dybden 2 = 2½ Aлен.

Disse Springesøesser foretages tillige paa eengang:

- I Højden og Længden.
- I Dybden og Længden,

hvorved da det, i foregaaende Reglement for den gymnastiske Undervisning ved Undervisningsanstalterne omtalte Forhold maa iagttagtes, og de Madratser, som bruges til Boltigeer- og Smidigheds-Øvelserne tillige maa afvenyttes.

Bed de lettere Spring giøres det af og til Børnene til Pligt, under Springet at vende sig saaledes, at Springet endes med Ansigtet imod det Sted, fra hvilket Opspringet steede, og under samme øves da Bendingen til begge Sider.

### 6. Af Boltigeren:

Hvor Lejlighed er til det, og hvor en mindre Hest kan anskaffes, der kunne de ældste

Drenge anføres til denne Øvelse, dog foretages kun følgende Spring med disse Drenge, saasom:

a) Af Sidespring:

- 1) Halv Bomspring i Sadlen til høire og venstre.
- 2) Halv Bomspring bag Sadlen til høire og venstre.
- 3) Siddende i Sadlen og bag Sadlen at hæve sig op og ned.
- 4) Halv Mellempring i og bag Sadlen.
- 5) Heel Mellempring i og bag Sadlen.
- 6) Halv udvendig Spring, med Hænderne i Sadlen eller paa Bommene.
- 7) Heel udvendig Spring, med Hænderne i Sadlen.
- 8) Fortsat halv Mellem- og Udvendig-Spring, med Hænderne paa Bommen.

b) Af Bag- eller Længde-Spring:

- 1) Halv siddende udvendig Spring paa Bagdelen.
- 2) Halv siddende udvendig Spring i Sadlen.
- 3) Halv staende udvendig Spring paa Bagdelen.

- 4) Kattespringet fra Sadlen.
- 5) Kattespringet fra Bagdelen.

Da den indbyrdes Undervisning ikke, uden Fare for Børnene, kan bruges ved denne Øvelse, saa bør Læreren stedse selv veilede og tage imod Børnene ved Boltigeren og aldrig tillade, at de herved indbyrdes hielpe hinanden, ligesom han og bør anvende den største Forsigtighed, samt stedse bruge Madratser og hvor det giøres nødvendigt, tillige Sadelpuden, for at forebygge Uheld.

Springbræder eller Battuter bør aldeles ikke afbenyttes ved denne Øvelse.

7. Af Klavren:

- a) At klavre op af Træstiger, saavel i Midten som paa Siderne, samt bag ved, naar Stigen holdes straat ud; at møde og undvige hinanden m. v.
- b) De samme Øvelser paa en dobbelt Reebstige.
- c) At gaae op af et frithængende Knudetoung, hvis Knuder ikke bør være mere end  $\frac{1}{2}$  ALEN fra hinanden.

- d) At gaae op af frithængende glatte Touge (hæst af forskellige Dimensioner).
- e) Under Klavren paa et glat Toug at gaae forbi hinanden.
- f) At hvile i et glat Toug (et saadant maa ikke være for tykt).
- g) At gaae op af lodretstaende, deels faste deels bevægelige, Stænger, af forskellig Førhed, dog bør den tyndeste kun være  $2\frac{1}{2}$  Tomme i Giennemsnit.
- h) At entre paa en Skraastang af omrent 10 Ulens Længde.
- i) At entre paa et straat hængende Toug af 12-15 Ulens Længde.

Naar Drengene i de 2de sidste anførte Klavresvælser have opnaaet nogen Sikkerhed, da bør de og vænnes til, efterat de ere komne op paa Midten, at vende sig og entre nedad igien.

- k) At gaae op med Hænderne alene, saavel i stærkt boiede som strakte Arme, af Skraastangen, deels ved at flytte den ene Haand efter den anden, deels ved at flytte begge Hænderne paa eengang (hoppe); i første Til-

fælde foretages Øvelsen saavel med begge Hænderne paa den ene, som med een Haand paa hver Side af Stangen, og med Ansigtet vendt saavel imod den laveste som imod den høieste Ende af Skraastangen.

- l) S det der klavres op ved Hjælp af Hænderne alene, giøres halv eller heel Vending til begge Sider paa Skraastangen.
- m) At skifte Touge og Stænger og under Skiftningen stedse at stige noget høiere.
- n) At Klavre over Maskinen, eller hvor Omstændighederne tillade det, over de Bieler, i hvilke Klavre-Requisiterne ere anbragte.

Denne Øvelse, som især er stillet til at betage Svindel, er mere fatlig end vanskelig, og bør derfor ikke foretages med Begyndere, med mindre de ere forsynede med en Hjælpesel, eller et Hjælpereeb. Klavretedskaberne kunne, hvor Localet tillader det, have den, i Forslaget til Reglementet for Undervisningsanstalterne angivne Høide.

### 8. Af Huggen.

Heraf bør kun følgende Begyndelsesgrunde læres, nemlig :

- a) Den rettede Stilling til Huggen.
- b) Dæk (Garde) Stillingen paa Tælling.
- c) Dæk (Garde) Stillingen paa Commando.
- d) At reise sig fremad og baglænbs op og træde i Dæk Stillingen igien.
- e) At avancere (marschere) og retirere paa Tælling.
- f) At avancere (marschere) og retirere paa Commando.
- g) At falde ud paa Tælling.
- h) At falde ud paa Commando.

Denne Øvelse maa i disse Skoler kun foretages med Panniers.

Efterat Læreren har instrueret hver enkelt Dreng, lader han dem indbyrdes undervise og øve hinanden, og derpaa afdelingsviis gientage Øvelsen, efter Lærerens Commando.

### 9. Af Svømmen.

a) Forinden Svømmeøvelserne foretages med Begyndere, bør de, ved flittig Badning, gjøres fortroelige med Vandet, og de Børn, der endnu ere for smaa til at lære Svømning, bør ikke destomindre jevnlig bades, deels paa dertil bekvemme Steder, hvor de kunne vade, og deels i dybt Vand, da de herved ikke blot nyde de Fordele, som med Hensyn til Reenlighed og Sundhed ere forbundne med denne Øvelse, men og den næsten ethvert Barn i Begyndelsen egne Frygt og Modbydelighed for Vandet derved lidt efter lidt aftager og Børnene, paa denne Maade, langt lettere og hurtigere forberedes til Svømning. Derpaa læres :

- b) Svømmebevægelerne paa Land.
- c) Nedspringet.
- d) Bryllsvømning, først
  - 1) med Benene alene, dernæst
  - 2) med Armene alene og derpaa

## 3) med Arme og Been.

Før de mindre Børn bør det ansees tilstrækkeligt, naar de svømme 5 à 600 ALEN og for de større 800 - 1000 ALEN i Længden.

e) Flyden.

f) Rygsvømning med Arme og Been.

g) Vandtræden med Hænder og Fodder.

h) Dykning.

1) I Dybden 2 à 3 ALEN.

2) I Længden 6 à 8 ALEN.

i) At svømme med Klæder 80 - 100 ALEN.

k) At bierge og svømme med den Biergede, 30 à 40 ALEN.

Da den med Svømmesøllerne forbundne Fare er større, jo yngre og mindre de Børn ere, som heri skulle undervises, saa bør den strængeste Forsigtighed anvendes fra Lærerens Side og han bør ikke blot drages til Ansvar for de uhyggelige Tilfælde der møde, som følger af uforsigtig Fremgangsmaade, men endog for enhver Mangel paa Orden og god Indretning, hvorved Børnenes Sundhed eller Liv muligen kan udsættes for Fare. Det kan ikke forlanges, at Læreren,

naar han er ene, kan dele sin Opmærksomhed saavæl imellem de Børn, der ere i Vandet, som imellem dem, der ere paa Land og enten allerede have været, ellers snart skulle ned til Svømning; der bør derfor commanderes en sat og paatidelig Underofficer til Assistance for Læreren, hvis Pligt det især skal være, at drage Omsorg for den fornødne Orden imellem de Elever, som ere paa Land og at sørge for, at de ere afdækkede til rette Tid, for at være færdige, naar Læreren kalder dem til Øvelserne, samt at de strax igien klæde sig paa og sættes i Bevægelse, naar de have endt Øvelsen m. v.

Eftersom Svømmesøllerne paa en regnfuld eller i øvrigt ugunstig Dag, ofte maa udsættes, fordi der paa Svømmestedet ikke gives nogen Lejlighed for Børnene til at søge Lyne eller henlægge deres Klæder under Svømningen, saa bør enhver Skole enten selv have, eller og have Adgang til et Telt til Afbenytelse under saadanne Omstændigheder.

Da den indbyrdes Underviisning ikke, uden Fare, i disse Skoler kan indføres ved Svømning, fordi Børnene ere for smaa og unge til med Sikkerhed at kunne holde og lede hinanden i Sæle, saa bør der sorges for, at Underviisningsanstalternes Svømmeøvelser kunne blive foreenede med de militaire Caserne-Skolers, for at Eleverne af Underviisningsanstalterne kunne bruges til Hjælp ved Drengenes Svømning, og saaledes selv tillige erholde en større Øvelse i Underviisningsmaaden.

#### 10. Blandede Øvelser.

Af disse, som deels bestaae i hensigtsmæssige gymnastiske Lege, og deels i saadanne Øvelser, som ikke bestemt kunne henføres til en af de foranførte forskellige Hovedøvelser, skulle følgende, som de anvendeligste og meest nyttige, læres:

- Rygprøven.

Drengene opstilles i en eller flere Rækker, efter Localets Bestaffenhed, i omtrent 3 Åbens Afstand fra hinanden. Paa Lære-

rens Commando: strækker Eder! skytte de alle Hænderne paa Jorden og strække Benene samlede saa langt bag ud som muligt; Kroppen maae fra Hovedet til Hælene danne en lige Linie, følgelig Ryggen, Hosterne, Laar, Knæ og Been strækkes, og Fodderne hvile paa Spidsen af Læerne.

I denne Stilling forblive alle, enten i en vis Tid, f. Gr. 5 - 10 Minuter, og reise sig derpaa efter Commando op, eller ogsaa prøves der, hvo der i denne Stilling kan holde det længst ud.

Endmere anstrengende bliver denne Øvelse, naar det giores Drengene til Pligt, at holde Fodspidserne paa samme Sted og med Hænderne at beskrive en Cirkel, ved at skytte dem til en af Siderne, enten i visse bestemte Gange, eller saalænge som Enhver selv føler Lyk og Kraft til at udholde denne Anstrengelse.

#### b) Reebløbet (Schippen).

Den Løbende tager Snoren i begge Endor og lader den midterste Deel hænge ned til

Torden i en Rue. Nu svinges Rebet enten bag fra frem, eller for fra bag ud og under Fodderne, i det Drengen enten staende hepper op, hver Gang Rebet nærmer sig Torden, eller og i Løb svinger Rebet under Fodderne. Denne Øvelse foretages af flere paa eengang.

#### c) Kreds - Springet.

Paa Enden af et 8-10 ALEN langt Reeb bindes en Seildugs- eller Skind-Posse, fyldt med Jord eller Sand; Læreren tager den modsatte Ende af Rebet i Haanden, og staaende paa samme Sted, svinger han Rebet med Posen rundt, langs med Jorden, dog uden at røre samme. Maar Posen er sat i en jevn og stadig Bevægelse springe Drengene, som før Svingningen ere opstillede uden for den Kreds, som Posen under Svingningen beskriver, efter givet Tegn eller Commando, ind i Kredesen, og hoppe nu, enten staaende eller løbende, over Rebets yderste Ende, hver Gang samme nærmer sig dem.

#### d) Spring i Rebet.

Hertil bruges det samme Reeb som til Kreds - Springet. Læreren holder Rebet i den ene og en af de ældste Clever i den anden Ende, og sætte det i en kredsformig Bevægelse. Drengene maae under denne Bevægelse løbe ind under Rebet, blive staaende der og hoppe over, ved hvert Omsving. Til Forandring ved denne Øvelse lader Læreren Drengene ogsaa springe over eller under Rebet, fra den ene Side til den anden, uden at blive staaende m. v.

Saavel Reeblobet som Kredsspringet og Spring i Rebet, bør ikke alcne udføres med Opmærksomhed og Kaslhed, men tillige med en smuk og god Holding.

#### e) Bukspringning.

Bed denne almindeligen bekendte Øvelse, bør det paasees, at kun Dreng af omkrent lige Størrelse og Kraft øve sig med hinanden.

#### f) At springe med Stang i Høiden.

Denne Øvelse foretages aldeles efter de i Instructionen for de gymnastiske Lærere § 26 derfor givne Negler.

**k) At løfte.**

Hertil bruges smaa Løftestenger af 4 à 5 Kvarteers Længde, forsynede med et Greb og med Indsnit, hvori Vægten kan anbringes, efter den Løftendes større eller mindre Kraft. De i det følgende omtalte Seildugspose kan ligeledes afbenyttes her til. Det paasees, at Drengene ved denne som ved enhver anden Øvelse giøre Overgangen fra det lettere til det sværere.

**h) At bære.**

Hertil bruges Seildugspose, fyldte med Sand af større eller mindre Vægt, forsynede med Stroppe; disse bæres i Hænderne, men aldrig paa Skulderen eller Ryggen.

**i) At trække.**

Denne Øvelse, som ganske behandles, efter de, i Instructionen for de gymnastiske Lærere pag. 11 derfor givne Negler, anbefa-

rer sig især derved, at flere og næsten alle Drengene paa eengang kunne sættes i Besæftigelse.

**k) At kaste.**

- 1) I Høiden og
- 2) I Længden.

I sidste Tilfælde deels med horizontale og deels med Buckast.

Denne Øvelse bør kun foretages paa Fællederne, eller paa større dertil begvemme Steder og ikke paa det sædvanlige Øvelseslæge, med mindre det dertil findes stort nok og begvemt.

**l) At brydes.**

Af denne Øvelse, som naar den ei overdrives er høist nyttig for alle Legemets Dele og uden al Fare, naar Øvelsen ledes af Læreren, bør dog kun vælges:

- a) Den lette Kamp, som bestaaer i at den ene søger at flyde den anden ud af den bestemte Kreds, og
- b) Den halve Kamp, som bestaaer i enten at omfatte Modstanderen saaledes, at man

blot kan løste ham op fra Jorden, eller og tillige bære ham (ikke kaste ham) ud over den bestemte Kreds.

- m) Om Sommeren skal eengang hver 14de Dag, en Torsdag eller Fredag Eftermiddag, naar Beiret er godt, af Gymnastikkæreren foretages Udvandringer med Drengene paa Øster- eller Nørrefælled ved København, og i Provindserne paa dertil nær Byen værende bequemme Pladse.

Artilleriets Caserne Skole kan dertil afbenytte Pladsen paa Laboratoriet paa saadane Tider, hvor den ikke bruges til Mandsskabets eller Recruternes Øvelser.

Til saadan Vandring tages en Eftermiddag og foretages da ingen anden Undervisning paa samme.

Børnene øves da i enkelte Forberedelses-Øvelser, Forberedelsesløbet og det hurtige samt Væddeløb, Springning i Længde og Heide, Bukspringning, Rygprøven, Kreddspringet, Kasten og Bryden. Paa Veien til og fra Stedet skulle Børnene

gaae i Orden, og for hensigtsmæssigen at benytte Hen- og Tilbagegangen paaseer Læreren tillige, at Drengene derhos gaae let og utvungett, saavel langt sommt som hurtigt.

Paa denne Maade vænnes Børnene til at anvende Øvelserne paa de i det daglige Liv mødende Tilfælde, og mange Øvelser, hvilke ikke ville kunde finde Sted paa det sædvanlige Øvelses-Locale, eller i det mindste der blot kunne foretages med Indskrænkninger, ville saaledes kunne udføres med Held.

---

Den indbyrdes Undervisning bør lægges til Grund ved alle de Øvelser, som ei ere forbudne med nogen Fare, men ei bruges ved de øvrige, da det ikke kan antages, at Børn af en Alder fra 6 til 12 - 15 Aar kunne behandle hinanden og gaae frem med den Forsigtighed, som mange Øvelser fordre; derimod bør Læreren stedsøge selv at bestrengte et saa stort Antal af Børnene, som muligt, paa eengang.

Hvad der i øvrigt, i foregaaende Reglement for Underviisningsanstalterne's gymnastiske Øvelser, er fastsat i Henseende til de Forskrifter, efter hvilke Underviisningen skal behandles m. v. pag. 26. b. pag. 27 No. 2, pag. 29. b. pag. 30 No. 4 og 5 pag. 31 No. 6 og 7, bør ogsaa, for saavidt som det kan være anvendeligt for de militaire Deenge-Skoler, her følges.

Det som i foregaaende Reglement pag. 33 No. 1 er anført om det gymnastiske Localie og pag. 34-39 om de fornødne Requisiter, og om Lærerens Pligt at paasee, at disse behandles med Orden m. v., er ligeledes anvendeligt for disse Skoler, med den Forskiel, at disse ei behøve Geværer til Vojenetsægten og Hugge-Requisiter, hvorimod saadanne Skoler, foruden de øvrige deri omtalte Requisiter, tillige bør være forsynede med følgende:

2 à 4 Lægter eller halvrunde Træstammer til Balanceren.

1 Stk. 10-12 Favne langt,  $1\frac{1}{2}$  Tomme tykt Toug til Træfning.

10-12 Stkr. Springestænger, 3 à 4 ALEN lange,

12-16 Stkr. omrent 3 ALEN lange, smække Reeb til Schipning.

1 Stk. 10-12 ALEN langt,  $\frac{1}{2}$  Tomme tykt Reeb til Springning i Reeb, hvilket tillige kan afbenyttes til Kredsspringet.

10-12 Stkr. Løfestænger.

Nogle til Kasten stikkede Stene af større og mindre Vægt.

10-12 Stkr. Seildugs-Poser, forsynede med Stroppe, fyldte med Jord, Sand eller Ste ne (af forskellig Vægt).

15-20 Stkr. Panniers.

Er Drengenes Antal i en Skole større end 25 à 30, da bør der være 2 eller flere Lærere, efter Antallets Størrelse. Dertil commanderes af de Regimenter eller Corpser, som have Elever i Skolen, dygtige Compagnielærere; og i en Skole, hvori flere Regimenters Born nyde Underviisning, have Regimenterne stiftviis og aarviis at afgive det fornødne Antal af Compagnielærere til Børnenes gymnastiske Underviisning. Dog maa saadanne Compagnielærere ikke beordres at møde til Underviisning i Skolerne i de Timer,

hvori de skulle bruges til deres respective Regimenter's og Corpsers Mandstabs Øvelser i Hugning og Svømning; ligesom og Compagnielærerne ikke maa fordres paa de Dage, paa hvilke de komme fra Vagt.

I øvrigt er det i meer bemeldte foregaaende Reglement under pag. 40 - 42 anførte, om Læren m. v. ligeledes gildende, for saavidt som det kan være anvendeligt for disse Skoler.

De i omtalte Reglement anførte Bestemmelser, i Henseende til de aarlige Prøver m. v. pag. 43 - 45 under No. 1 - 5 skulle (for saavidt som de ere passende) ogsaa antages for disse Skoler, saavelsom

de øvrige, under pag. 47 - 48 med Hensyn til Inspiceringen af Underviisningen m. v. anførte Bestemmelser.

---