

## ADDESTRAMENTO ALLA MARCIA

### ALLINEAMENTO

Ogni vigile deve acquistare l'abitudine ad allinearsi nella propria riga sui compagni di destra, ed a coprirsi, nella propria fila, sull'uomo che ha davanti, senza bisogno di ricevere né comandi né indicazioni.

### POSIZIONE DI ATTENTI

- Al comando: **VIGILI** (allievi) *at... TENTI*,
- all'avvertimento : si alza energicamente il capo;
- all'ordine esecutivo, si assume con azione di scatto la seguente posizione: calcagna unite e sulla stessa linea;
- punte dei piedi egualmente aperte e distanti tra loro quanto è lungo il piede;
- gambe tese, busto eretto, spalle alla stessa altezza, braccia distese ed aderenti al corpo, mani naturalmente aperte con le palme in dentro, dita unite col pollice lungo la costura laterale dei pantaloni, testa alta e diritta, sguardo diretto avanti e, tutte le volte che è possibile, fisso agli occhi di chi comanda.

**Si deve esigere assoluta immobilità e silenzio**, ne consegue che tale posizione dev'essere richiesta solo per il tempo strettamente indispensabile.

### POSIZIONE DI RIPOSO

Per dispensare dalla posizione di attenti si da il comando: **VIGILI** (allievi) *ri...POSO*

- Si porta di scatto un poco avanti ed in fuori il piede sinistro, battendolo energicamente al suolo;
- le mani dietro le reni, l'una nell'altra.
- Eseguito tale movimento si può muovere l'uno o l'altro piede (senza però perdere l'allineamento).

Durante riviste, parate, cerimonie, si mantiene assoluto silenzio.

### MARCIA AL PASSO

La marcia al passo s'inizia al comando: *avanti - MARC'*,

- sempre col piede sinistro battuto al suolo con moderata vivacità;
- viene proseguita con passo deciso e spigliato, con le braccia che assecondano vivacemente il movimento del corpo; busto eretto, testa alta.
- La cadenza normale è di 120 passi al minuto
- Allo scopo di fare apprendere ai soldati più facilmente l'esatta cadenza, di tratto in tratto si fanno suonare i tamburini o la fanfara o la banda.
- Nei primi esercizi l'istruttore può anche dare la cadenza contando ad alta voce «uno-due» ed esigendo che i soldati poggino all'uno il piede sinistro a terra, ed al due il piede destro.
- Nella squadra riunita si può anche controllare la cadenza col comando: **PASSO**, dato quando il piede destro sta per posarsi a terra: a tale comando i soldati battono il piede sinistro a terra, e se tale battuta non è simultanea, si ripete il comando sino ad ottenere l'insieme.

## FERMARE LA MARCIA

Di passo o di corsa cadenzata, al comando: **squadra-ALT**,

- completare il passo col piede che in quel momento è sollevato da terra e riunire ad esso l'altro piede battendolo al suolo con moderata vivacità;
- contemporaneamente disporre le braccia in posizione di attenti, con movimento vivace.
- Perché questo movimento venga eseguito con facilità, conviene dare il comando di esecuzione mentre il piede destro sta per poggiare in terra.

## SEGNARE IL PASSO

Per sospendere momentaneamente la marcia senza perdere la cadenza, si comanda: **segnate il - PASSO**.

- A tale comando i vigili sospendono la marcia e soffermandosi sul posto, sollevano alternativamente le ginocchia sino a portare la punta del piede a circa 20 cm. da terra, mantenendo la stessa cadenza che avevano in marcia.

## MOVIMENTO DI DIETRO FRONTE

Il comando: **dietro-FRONT**

- da fermo: si compie con vivacità un mezzo giro a sinistra girando sulla punta del piede destro e sul calcagno sinistro, indi si accosta il piede destro al sinistro ritornando nella posizione di attenti;
- in marcia (di passo o di corsa): si compie con vivacità il mezzo giro a sinistra, in punta di piedi, non appena il piede destro viene a trovarsi davanti al sinistro, e si continua la marcia in direzione opposta.
- Per rendere più agevole tale movimento conviene dare il comando di esecuzione mentre il piede destro sta per poggiare a terra.

## MOVIMENTO DI FIANCO E DI FRONTE

Al comando: **fianco destr** (o sinistr) - **DESTR** (o SINISTR):

- a) da fermo: si compie con vivacità un quarto di giro a destra (o a sinistra), sul calcagno destro (o sinistro) e sulla punta del piede sinistro (o destro); si accosta quindi all'altro il piede rimasto indietro, ritornando nella posizione di attenti;
- b) in marcia (di passo o di corsa): si compie con vivacità un quarto di giro a destra (o a sinistra) sulla punta del piede che si trova avanti allorché viene udito il comando di esecuzione, e si prosegue la marcia nella nuova direzione.

Per ritornare di fronte dalla posizione di fianco: **Front a destr** (o sinistr) - **FRONT**.

- Il movimento, da fermo come in marcia, si esegue nello stesso modo indicato per quello di fianco.