

PROGRAMMA DELL'ESERCITAZIONE ALEXANDER SELKIRK
(17/5/76-25/5/76)

Data	Periodi	Tipo d'istruzione	Località in coordinate	Argomento
Lunedì 26	1-2	Briefing generale	Aula Briefing 9°Btg.	<i>Apertura ufficiale del 1° Corso di Sopravvivenza, Evasione e Fuga</i>
	3	Ed. fisica	Lazzaretto (LI) PP 10302036	<i>Corsa campestre di 45', esercizi di respirazione e mobilità articolare</i>
	4-5	Lotta corpo a corpo	Palestra caserma Vannucci (LI)	<i>Lotta corpo a corpo:</i> - <i>esercizi propedeutici</i> - <i>norme fondamentali per l'attacco</i> - <i>punti vulnerabili del corpo</i>
	6-7	Sopravvivenza	Aula n.1	<i>Sopravvivenza, evasione e fuga</i> - <i>lezione introduttiva</i> - <i>definizione della sopravvivenza, evasione e fuga nel combattimento moderno</i> - <i>prigione e interrogatori</i>
Martedì 27	1	Ed. fisica	Dintorni caserma	<i>Corsa in scioltezza metri 5000</i> - <i>esercizi di mobilità articolare</i>
	2-3	Lotta corpo a corpo	Palestra caserma Vannucci (LI)	<i>lotta corpo a corpo:</i> - <i>cadute e proiezioni</i> - <i>punti vulnerabili del corpo</i> - <i>eliminazione delle sentinelle</i>
	4-5	Orienteering	Aula n1	<i>Orientamento e add. topografico diurno</i> - <i>generalità</i> - <i>metodi di orientamento di giorno e di notte</i> - <i>orientamento della carta topografica con la bussola</i> - <i>determinazione del punto di stazione</i>
	6-7	Orienteering	Limoncino (LI) PP 10502150	<i>Orientamento e add. topografico diurno</i> - <i>esercizi di orientamento diurno sul terreno con e senza la bussola</i> - <i>coordinate polari</i> - <i>stima delle distanze</i>
	8n-12n	Orienteering	Nibbiaia (LI) PP 118144 PP 099155 PP 135182 Sede	<i>Orientamento e add. topografico notturno</i> - <i>marcia notturna con carta e bussola, con istruttori al seguito</i>

Mercoledì 28	1	Ed. fisica	Monte Rotondo (LI) PP 09701820	<i>Corsa campestre metri 8000</i>
	2-3	Lotta corpo a corpo	Monte Rotondo (LI) PP 09701820	<i>Lotta corpo a corpo</i> – <i>esercizio di eliminazione delle sentinelle con funicelle di paracadute</i> – <i>esercizi di parata (pugnalate dal basso e dall'alto)</i> – <i>esercizi da disarmo di sentinelle armate con fucile</i>
	4-5	Orienteering	Aula n 1	<i>Orientamento e add. topografico diurno</i> – <i>lettura della carta a piccola e grande scala</i> – <i>il movimento fuori strada</i> – <i>il mantenimento di una rotta</i> – <i>accorgimenti e precauzioni nel movimento notturno in territorio controllato dal nemico</i>
	6-7	Evasione e fuga	Aula n 1	<i>Evasione e fuga</i> – <i>generalità</i> – <i>comportamento in caso di cattura</i> – <i>resistenza all'indottrinamento e alla forza</i> – <i>l'interrogatorio</i>
Giovedì 29	1-5	Orienteering	Fiume Fine (LI) PP 210070 Lorenzana (PI) PP 240215 Castel Anselmo (LI) PP 180240	<i>Orientamento e add. topografico diurno</i> – <i>marcia di orientamento topografico per nuclei, senza bussola e con l'ausilio di carta topografica a piccola scala</i>
	6-7	Evasione e fuga	Aula n1	<i>Evasione e fuga</i> – <i>la cattura</i> – <i>internamento nei campi di prigionia</i>
Venerdì 30	1	Ed. fisica	Monte Rotondo (LI) PP 09701820	<i>Corsa campestre metri 6000</i> – <i>esercizi di respirazione e mobilità articolare</i>
	2	Lotta corpo a corpo	Monte Rotondo (LI) PP 09701820	<i>Lotta corpo a corpo</i> – <i>attacchi con pugnale</i> – <i>metodi per il disarmo di sentinella con fucile e baionetta</i>
	3-4	Addestramento alla sopravvivenza	Sala di sopravvivenza	<i>Addestramento per la sopravvivenza in zone temperate</i> – <i>linee guida per la costruzione di modelli e tavole didattiche di sopravvivenza</i>
	5	Addestramento alla sopravvivenza	Aula n. 1	<i>Addestramento alla sopravvivenza in zone temperate</i> – <i>proiezione di film didattici su fuochi e ripari</i> – <i>la ricerca e la preparazione di cibi vegetali</i>

	6	Orienteering	Le Palazzine (LI) PP 0201750	<i>Orientamento e add. topografico diurno</i> – <i>esercizi di orientamento della carta con particolari del terreno</i> – <i>esercizi di stima delle distanze</i>
	7	Addestramento alla sopravvivenza	Le Palazzine (LI) PP 14201750	<i>Addestramento sulla sopravvivenza in zone temperate</i> – <i>costruzione di uno zaino individuale con parti di paracadute</i> – <i>accensione di fuochi</i> – <i>consumazione del pasto serale (n. 1 patata a testa – attivazione addestrativa pianificata ma non nota ai frequentatori)</i>
	8n-12n	Orienteering	Le Palazzine (LI) PP 14201750 Parrana S.Giusto (LI) PP 172203	<i>Orientamento e add. topografico notturno</i> – <i>marcia di orientamento notturno, senza bussola, con l'ausilio della carta topografica, con zaino di circostanza affardellato, condotta per nuclei e con ferito grave all'interno del nucleo (istruttori al seguito - attivazione addestrativa pianificata ma non nota ai frequentatori)</i>
	12n-15n	Addestramento alla sopravvivenza	Km 4, strada di Popogna (LI)	<i>Addestramento alla sopravvivenza</i> – <i>simulato rientro al termine della marcia di orientamento</i> – <i>impianto di un bivacco con l'ausilio del paracadute</i> – <i>spianto del bivacco e rientro (attivazione addestrativa pianificata ma non nota ai frequentatori)</i>
Lunedì 3	1	Ed. fisica	Lazzaretto (LI) PP 10402010	<i>Corsa campestre metri 8000</i> – <i>esercizi di respirazione</i>
	2	Lotta corpo a corpo	Palestra caserma Vannucci (LI)	<i>Lotta corpo a corpo</i> – <i>metodi per il disarmo di una sentinella armata di fucile</i> – <i>metodi per disarmare un avversario armato di pugnale o pistola</i>
	3-5	Addestramento alla sopravvivenza	Aula n.1	<i>Addestramento alla sopravvivenza</i> – <i>tabelle dietetiche di sopravvivenze</i> – <i>film didattici su cibi vegetali, caccia</i>
	6-7	Pronto Soccorso	Aula n.1	<i>Pronto Soccorso ed Igiene</i> – <i>richiami di pronto Soccorso ed autosoccorso</i> – <i>traumi - ferite, fratture. emorragie</i> – <i>trasporti incidentati con barelle di circostanza</i>

Martedì 4	1	Ed. fisica	Dintorni caserma	<i>Corso di scioltezza metri 3000</i> – <i>esercizi di mobilità articolare</i>
	2	Lotta corpo a corpo	CAGSM caserma Vannucci (LI)	<i>Lotta corpo a corpo</i> – <i>metodi di disarmo di pugnale e metodi di disarmo di pistola</i>
	3-5	Trasmissioni	Laboratorio per le trasmissioni	<i>Addestramento alle trasmissioni</i> – <i>richiami su alcune leggi di elettrologia</i> – <i>costruzioni di apparati riceventi con apparati di circostanza</i> – <i>montaggio in comune di un modello di apparato ricevente di circostanza</i>
	6-7	Evasione, fuga, introduzione al Processo Informativo	Aula n.1	<i>Evasione, fuga, processo informativo</i> – <i>organizzazione funzionamento del processo informativo a carico dei prigionieri di guerra</i> – <i>trattamento ed utilizzazione dei prigionieri di guerra ai fini informativi</i>
Mercoledì 5	1-5	Addestramento alla sopravvivenza	Base a mare PP 03750740 Il Gombo (LI) PP 02804330	<i>Addestramento alla sopravvivenza in zona costiera sabbiosa</i> – <i>introduzione sull'habitat ittologico della costa sabbiosa</i> – <i>costruzione di attrezzatura di pesca di circostanza</i> – <i>pesca diurna con materiali regolamentari e di circostanza</i> – <i>cattura e consumazione del pescato (attivazione addestrativa pianificata ma non nota ai frequentatori)</i>
	6-8	Addestramento alla sopravvivenza	Base a mare PP 03750740	<i>Addestramento alla sopravvivenza in zona costiera sabbiosa</i> – <i>fuochi e ripari su costa sabbiosa</i> – <i>costruzioni di ricoveri con materiali di circostanza</i> – <i>la ricerca dell'acqua su costa sabbiosa</i> – <i>la ricerca di vegetali su costa sabbiosa</i>
	9n-16n	Addestramento e sopravvivenza	Base a mare PP 03750740	<i>Addestramento alla sopravvivenza in zona costiera sabbiosa</i> – <i>pesca notturna</i> – <i>posa di nasse di circostanza</i> – <i>cattura e consumazione del pescato</i> – <i>pernottamento all'addiaccio nei ricoveri di circostanza (attivazione addestrativa pianificata ma non nota ai frequentatori)</i>

Giovedì 6	1-2	A disposizione	Alloggi	<i>A disposizione dei frequentatori per riassetto dei materiali</i>
	3-6	Addestramento alla sopravvivenza	Castel Sonnino (LI) PP 09701340	<i>Addestramento alla sopravvivenza in zona costiera rocciosa</i> <ul style="list-style-type: none"> - introduzione all'habitat floristico e ittologico della costa rocciosa - la ricerca dell'acqua su costa rocciosa - la ricerca di vegetali su costa rocciosa - pesca diurna con materiali regolamentari e di circostanza - cattura e consumazione del pescato e dei vegetali ritrovati (pianificazione addestrativa pianificata ma non nota ai frequentatori)
	7-8	Lotta corpo a corpo	Castel Sonnino (LI) PP 09701340	<i>Lotta corpo a corpo</i> <ul style="list-style-type: none"> - metodi di disarmo di pistola - metodi di disarmo di fucile - metodi di legatura e trasporto dei prigionieri - metodi di perquisizione dei prigionieri
Venerdì 7	1-4	Evasione e fuga	Foce Fiume Serchio (PI) PP 06000450	<i>Evasione e fuga</i> <ul style="list-style-type: none"> - costruzione di zattere di circostanza - superamento diurno di un corso d'acqua con zattere di circostanza
	5-7	Addestramento alla sopravvivenza	Foce Fiume Serchio (PI) PP 06000450	<i>Addestramento alla sopravvivenza</i> <ul style="list-style-type: none"> - l'habitat dei corsi d'acqua - potabilizzazione dell'acqua salmastra - ricerca dei vegetali su lingua di terra sabbiosa - accensione di fuochi - utilizzazioni di volatili di fiume e di mare e loro utilizzazione come cibo di circostanza (attivazione addestrativa pianificata ma non nota ai frequentatori)
	8	Evasione e fuga	Il Gombo (LI) PP 28043300	<i>Evasione e fuga</i> <ul style="list-style-type: none"> - superamento di ostacoli acquei con ponti di corda (attivazione addestrativa pianificata ma non nota ai frequentatori)
	9n-10n	Evasione e fuga	Foce Fiume Serchio (PI) PP 06000450	<i>Evasione e fuga</i> <ul style="list-style-type: none"> - superamento notturno di un corso d'acqua con zattere di circostanza
	11n-13n	Orienteering	Foce Fiume Serchio (PI) PP 06000450 Marina di Vecchiano PP 07000190	<i>Orientamento e add. topografico notturno</i> <ul style="list-style-type: none"> - marcia di orientamento notturno con lo sfruttamento di elementi naturali del terreno, quali il corso del fiume e la linea di costa
	14n-15n	Evasione e fuga	Aula n. 1	<i>Evasione e fuga</i> <ul style="list-style-type: none"> - condizionamento psicologico: soluzioni di un questionario di materie professionali in condizioni di stress psico-fisico
	16n	Evasione e fuga	Aula n.1	<i>Evasione e fuga</i> <ul style="list-style-type: none"> - test psicologico somministrato ai frequentatori in condizioni di stress, al rientro di attività notturna superata con rilevante impegno fisico e psichico

Lunedì 10	1-5	Evasione e fuga	Palestra Roccia di Vecchiano (PI) PP 131490	<i>Evasione e fuga</i> – <i>superamento degli ostacoli rocciosi con mezzi di circostanza ricavati dal fascio funicolare del paracadute</i> – <i>sicurezza e nodi</i>
	6-7	Evasione e fuga	Palestra d'Ardimento del paracadutista	<i>Evasione e fuga</i> – <i>superamento di ostacoli attivi</i> • <i>trappole regolamentari e di circostanza</i> • <i>riconoscimento degli ostacoli e rimozione degli stessi</i>
	8n-10n	Evasione e fuga	Palestra d'Ardimento del paracadutista	<i>Evasione e fuga</i> – <i>superamento del senso di claustrofobia e vincita del senso di repulsione agli odori repellenti con il passaggio attraverso tombini e fognature(attivazione addestrativa pianificata ma non nota ai frequentatori)</i>
Martedì 11	1	Ed. fisica	Ardenza Mare (LI)	<i>Educazione fisica (sveglia anticipata alle ore 6.00</i> – <i>corsa in scioltezza metri 3000</i> – <i>esercitazione di respirazione e mobilità articolare</i>
	2-3	Lotta corpo a corpo	Campo CAGSM della caserma Vannucci (LI)	<i>Lotta corpo a corpo</i> – <i>le immobilizzazioni</i> – <i>cadute e proiezioni</i> – <i>modalità per sfuggire alle immobilizzazioni</i> – <i>punti vulnerabili del corpo</i>
	4-5	Evasione e fuga	Aula n°1	<i>Evasione e fuga</i> – <i>la fuga da un campo da prigionia</i> – <i>comportamento in caso di incontri indesiderati</i> – <i>proiezione del film didattico “utilizzo dei prigionieri ai fini informativi”</i>
	6-7	Addestramento alla sopravvivenza	Aula n° 1	<i>Addestramento alla sopravvivenza</i> – <i>ripari</i> – <i>fuochi</i> – <i>giacigli e l'alimentazione</i>
	8	Addestramento alla sopravvivenza	Sala di sopravvivenza	<i>Addestramento alla sopravvivenza</i> – <i>presentazione di modelli della sala di sopravvivenza inerenti i fuochi e la caccia</i>

Mercoledì 12	1.	Ed. fisica	Ardenza Mare (LI)	<i>Educazione fisica</i> <ul style="list-style-type: none"> - sveglia anticipate alle ore 06.00 - corsa in scioltezza - esercizi di respirazione e mobilità articolare
	2	Lotta corpo a corpo	Campo C.A.G.S.M della caserma Vannucci (LI)	<i>Lotta corpo a corpo</i> <ul style="list-style-type: none"> - cadute proiezioni - metodi per sfuggire alle immobilizzazioni - disarmo da pistola e da pugnale
	3-7	Addestramento alla sopravvivenza	Colognole (LI)	<i>Addestramento alla sopravvivenza in campagna</i> <ul style="list-style-type: none"> - costruzioni di ripari di circostanza occultati alla vista del nemico - costruzioni delle trappole per la caccia e messa in sito - ricerca del cibo vegetale e dell'acqua - scuoiamento, preparazione e cottura degli animali (agnelli) e conservazioni delle parti non utilizzate (attivazioni addestrative pianificate ma non note ai frequentatori)
	8n-18n	Evasione e fuga	Colognole (LI) Cimitero di Nibbiaia (LI)	<i>Evasione e fuga</i> <ul style="list-style-type: none"> - movimento notturno di coppia in territorio occupato dal nemico - costruzione di rifugi - bivacchi e occupazione degli stessi per sottrarsi alla osservazione e alla ricerca del nemico
Giovedì 13	1-5	Addestramento alla sopravvivenza	Podere del Gorgo (LI)	<i>Addestramento alla sopravvivenza in campagna</i> <ul style="list-style-type: none"> - ricerca dell'acqua e potabilizzazione - ricerca del cibo vegetale - preparazione e cottura della selvaggina - consumazione per pranzo delle interiora di agnello(attivazione addestrativa pianificata ma non nota ai frequentatori)
	6-7	Evasione e fuga	Ponte di Calignaia (LI)	<i>Evasione fuga</i> <ul style="list-style-type: none"> - superamento di ostacoli naturali e artificiali con funi regolamentari e di circostanza
Venerdì 14	1	Ed. fisica	Dintorni caserma	<i>Educazione fisica</i> <ul style="list-style-type: none"> - corsa in scioltezza metri 4000 - esercizi di respirazione e mobilità articolare
	2-3	Evasione e fuga	Aula n°1	<i>Evasione e fuga</i> <ul style="list-style-type: none"> - proiezione e commento di film didattici sull'interrogatorio ai prigionieri di guerra <ul style="list-style-type: none"> • il codice di condotta • il comportamento del prigioniero
	4-5	Addestramento alla sopravvivenza	Poligono di tiro ridotto della caserma Vannucci (LI)	<i>Addestramento alla sopravvivenza</i> <ul style="list-style-type: none"> - esercizi di puntamento e tiro con la pistola calibro 22 - esercizi di tiro istintivo per la caccia
	6-7 8n-16n	Orienteering diurno e notturno	Strada provinciale di Ponsacco (PI) e Strada provinciale di Peccioli (PI)	<i>Orientamento diurno e notturno</i> <ul style="list-style-type: none"> - marcia di orientamento diurno e notturna sulla distanza di km 20 circa condotta per coppie e con l'ausilio di bussole e carte a piccola scala



Materiale di sopravvivenza a disposizione dei piloti: kit da pesca, fischiotto, spilli, sega a filo, coltello galleggiante, depuratore per acqua salmastra, bustine da 50gr di acqua potabile. Certamente se Alexander Selkirk fosse naufragato avendo con se il kit di sopravvivenza dei piloti odierni la permanenza sull'isola gli avrebbe comportato minori difficoltà.



Battellino individuale di salvataggio. Dispone anche di strisce radar riflettenti per essere meglio individuato.