

Zeitschrift: Der Fourier : offizielles Organ des Schweizerischen Fourier-Verbandes und des Verbandes Schweizerischer Fouriergehilfen
Herausgeber: Schweizerischer Fourierverband
Band: 39 (1966)
Heft: 2

Werbung

Nutzungsbedingungen

Die ETH-Bibliothek ist die Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften auf E-Periodica. Sie besitzt keine Urheberrechte an den Zeitschriften und ist nicht verantwortlich für deren Inhalte. Die Rechte liegen in der Regel bei den Herausgebern beziehungsweise den externen Rechteinhabern. Das Veröffentlichen von Bildern in Print- und Online-Publikationen sowie auf Social Media-Kanälen oder Webseiten ist nur mit vorheriger Genehmigung der Rechteinhaber erlaubt. [Mehr erfahren](#)

Conditions d'utilisation

L'ETH Library est le fournisseur des revues numérisées. Elle ne détient aucun droit d'auteur sur les revues et n'est pas responsable de leur contenu. En règle générale, les droits sont détenus par les éditeurs ou les détenteurs de droits externes. La reproduction d'images dans des publications imprimées ou en ligne ainsi que sur des canaux de médias sociaux ou des sites web n'est autorisée qu'avec l'accord préalable des détenteurs des droits. [En savoir plus](#)

Terms of use

The ETH Library is the provider of the digitised journals. It does not own any copyrights to the journals and is not responsible for their content. The rights usually lie with the publishers or the external rights holders. Publishing images in print and online publications, as well as on social media channels or websites, is only permitted with the prior consent of the rights holders. [Find out more](#)

Download PDF: 18.04.2026

ETH-Bibliothek Zürich, E-Periodica, <https://www.e-periodica.ch>

Vorbereitung auf die Schießsaison 1966.

Kondition:

- nach dem Aufstehen tiefes Durchatmen bei offenem Fenster.
- Treten an Ort und einige Kniebeugen mit horizontaler Armhaltung.
- nach dem Abendspaziergang: Liegestütz, Armschwingen, Rumpfbeugen, Seilhüpfen, Kniebeugen, Hantelheben links und rechts.
- Atemübungen: konzentriert 3 Sekunden einatmen, 2 Sekunden Atem anhalten, 3 Sekunden ausatmen, 2 Sekunden Atem anhalten, usw. Diese Übung kann auch auf dem Rücken liegend durchgeführt werden.
- Fingerturnen.
- längere Fussmärsche, mindestens jede Woche einmal.
- Besuch von Circuit-Trainings.

Schiesstechnik:

- tägliches Halten der Waffe *ohne zu zielen*, erst nur 5–10 Minuten, später bis 20 Minuten ausdehnen.
- später mit Zielbild einprägen (auf weisse Fläche).
- später mit Normalzielbild (rundes Schwarz).
- Stellung kontrollieren, das heisst mit geschlossenen Augen Arm mit Waffe heben, beim Öffnen der Augen soll das Zielbild (Übereinstimmung Visier — Korn — Scheibe) vorhanden sein. Ist dies nicht der Fall, soll die Schießstellung korrigiert werden.
- später Scharfschiesstraining: 10–15 Schüsse auf weisse Scheibe ohne zu zeigen, Garbe soll gleichmässig sein (das heisst keine Ausreisser nach links oder rechts, oben und unten).
- auf normale Scheibe: zuerst 5, später 10–20 Schüsse versuchen mit höchster Konzentration abgeben. Sich selbst vorsagen: «Jetzt gilt's!»
- Resultate von Winterschiessen nicht als Gradmesser nehmen.
- vor dem eigentlichen Beginn der Schießsaison: Waffe vom Fachmann kontrollieren lassen (Vertrauen zur Waffe muss da sein). Ferner sollen auch von Brillenträgern jeden Winter die Augen untersucht und die Schiessbrille kontrolliert werden.
- und zum Schluss: «rächt viel Zähni im 1966!»

Wandhänger bringen Ordnung in Ein- und Ausgänge Ihres Bureaus

im Format A 4 oder A 5 zu je 5 Fächern

Militärverlag Müller AG, 6442 Gersau — ☎ 041 / 83 61 06

Für die Führung unserer Buchhaltung und als Chef eines kleinen Bureauteams suchen wir einen selbständigen

Buchhalter

Es handelt sich um eine abwechslungsreiche Vertrauensstelle bei zeitgemässen Anstellungsbedingungen.

Ihre Bewerbung erbitten wir an die Geschäftsleitung der **JHCO AG für Elastic-Industrie, 4800 Zofingen, Tel. 062 / 8 63 33**

GEWÜRZ-ASSORTIMENTE

Meine Spezialität sollte in keiner Küche fehlen. Bestehend aus 9 verschiedenen Gewürzen, in Dosen abgefüllt, in speziellen Kartons verpackt

Kleinpackung	für WK mit 100 Mann	in 1/4-kg-Dosen	Fr. 20.—
Mittelpackung	für WK mit 150 Mann	in 1/3-kg-Dosen	Fr. 30.—
Grosspackung	für WK mit 200 Mann	in 1/2-kg-Dosen	Fr. 40.—
Spezialpackung	für Schulen und Kurse	1-kg-Dosen	Fr. 70.—

bestehend aus 1 Dose Pfeffer, Muskat, Paprika, Zimt, Nelken, Curry, Thymian, Lorbeerblätter, Küchengewürz inklusive Packung. Sämtliche Gewürze auch offen. Ferner Speisewürze, Essig, Senf; Cremes: Caramel, Vanille, Chocolate; Dörrbohnen usw.

Hans Moser

HAMO-Produkte, Nahrungsmittel - 3000 Bern 25, Fach 90 - Telefon 031 / 41 74 44
Mitglied des VSMK, Lieferant des Oberkriegskommissariates.

Verkaufszentrale

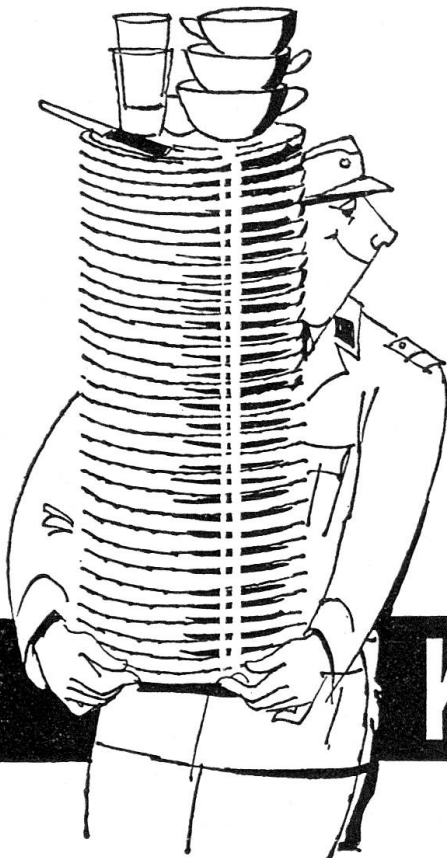


Zürich

Speisekartoffeln Sauerkraut Qualitätsgemüse

empfiehlt militärischen Schulen und Kursen zu prompter und zuverlässiger Lieferung. Verlangen Sie Spezialofferte für Militär.

8005 Zürich Quellenstrasse 2 Telephone 051 / 44 95 44



Sämtliche Geschirr- Vermietungen

Löffel, Gabeln,
Messer, Kaffeetassen,
Suppen- und flache
Teller, Gläser

pro Einheit 2,5 Rappen
pro Mann und Tag

Verlangen Sie für
weitere Artikel eine
Offerte bei

KONIG

OTTO KÖNIG BERN
Geschirr-Vermietungen
Spitalackerstrasse 57

Postleitzahl 3013
Tel. 031 / 41 34 64 oder 25 18 76
wenn keine Antwort: 41 61 10