

**Zeitschrift:** Allgemeine schweizerische Militärzeitung = Journal militaire suisse =  
Gazetta militare svizzera

**Band:** 82=102 (1936)

**Heft:** 9

**Artikel:** Marschtüchtigkeit

**Autor:** Heusser, H.

**DOI:** <https://doi.org/10.5169/seals-14183>

### **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:** 02.05.2026

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

Verbände und ausserdem müssten die ermüdeten Truppen ruhen. «The Germans would not come on again the next day» (General Gough: The March Retreat).

Generallt. Lawrence hatte Angriffsverfahren und Angriffswillen seines Gegners völlig verkannt.

Des Gegners Mittel und Kampfverfahren kennen lernen und in Rechnung setzen bedeutet noch lange nicht, die Initiative auf dem Gefechtsfelde dem Feinde zu überlassen.

---

## Marschtüchtigkeit

Von Major *H. Heusser*, Kdt. San. Abt. 4.

Wer sich eingehend mit der Marschtüchtigkeit der Truppe befasst hat, wird ohne weiteres mit der Behauptung einverstanden sein, dass es sich dabei um ein sehr komplexes Problem handelt. Es genügt nicht, einzelne naheliegende Faktoren, die erfahrungsgemäss oft eine Rolle spielen, als allein oder vorwiegend wesentlich zu betrachten, sondern die ganze Frage muss weiter und grundsätzlicher angefasst werden.

Vor allem muss das Marschieren, oder besser gesagt der Gepäckmarsch, behandelt werden wie irgend eine andere systematische körperliche Tätigkeit, die erst dann in höchster Leistungsfähigkeit und Oekonomie der Kräfte geschieht, wenn sie nach den anerkannten Grundsätzen der Physiologie der Leibesübungen gelernt, geleitet und durchgeführt wird.

Es wäre durchaus reizvoll, auf derartige sporttechnische Lehren näher einzugehen, doch erlauben weder Zeit noch Raum allzuweit reichende Exkursionen. So kann im Folgenden nur versucht werden, an Hand von einigen Beispielen den Zusammenhang zwischen Theorie und Praxis darzulegen und ausserdem gewisse Nutzenwendungen für die Bedürfnisse des Dienstes abzuleiten.

### *A. Sportstechnische Bemerkungen.*

*1. Energieverbrauch beim Marschieren:* Der Vorgang des Gehens ist bekannt. Der Rumpf wird abwechselnd von einem der Beine getragen, gehoben und vorwärts geschoben, während das andere Bein frei vorbei schwingt. Die Leistung des Standbeines wie die des Schwingbeines verlangen Muskelarbeit, wie auch das Pendeln der Arme und das Aufrechterhalten des Körpers. Die Vorwärtsbewegung des Mannes geschieht nicht geradlinig, sondern bei jedem Schritt zeigen sich Schwankungen nach der Seite und in vertikaler Richtung. So wird der Körper bei jedem Schritt bis zu 5 Zentimeter gehoben.

Die Arbeit für die Vorwärtsbewegung des Körpers lässt man sich gefallen. Die Zusatzenergie, die das Schwanken und Heben des Körpers verlangt, muss ebenfalls als notwendig, wenn auch nicht als rentabel anerkannt werden. Es soll aber unsere Sorge sein, diese Zusatzleistung möglichst niedrig zu halten, denn hier kann eingespart werden.

Wenn ein Soldat sein Gewicht, das mit der Packung 60 bis 80 kg betragen mag, bei jedem Schritt nur um einen Zentimeter höher als nötig hebt, so macht das in der Minute 1 Meter, in der Stunde 60 Meter. Der Mann leistet also theoretisch pro Stunde eine überflüssige Arbeit, die so gross ist, als nötig wäre, sein eigenes Gewicht in die Höhe der Basler Münstertürme zu heben.

Es erübrigt sich, weiter darauf einzugehen, weil schon vor Jahren (1927) Major Richard in der Allg. Schweiz. Militärzeitung gezeigt hat, wie viel Arbeit dem marschierenden Soldaten, der einen schwankenden oder aufjuckenden Gang hat, erspart werden kann, wenn es gelingt, ihm diese störenden Unarten abzugewöhnen.

Dass neben dem Marschieren auch die Geradhaltung des Körpers und das Tragen des Gepäcks im Gang wie beim Stehen eine merkbare Energie verbraucht, ist physiologischerseits klar, verdient aber praktischerseits mehr Beachtung.

**2. Beteiligung des ganzen Körpers beim Marschieren:** An der Leistung des Marschierens sind nicht nur die Muskeln der Extremitäten und des Rumpfes beteiligt, sondern in hohem Masse auch die innern Organe. Herz und Lunge werden stark beansprucht, sicher auch Leber und Niere. Sache der Forschung wird es sein, darüber nähere Auskunft zu erteilen. In der Praxis ist diesen Dingen ebenfalls gerecht zu werden, und zwar beim Training, wie beim Marsch selbst und nachher in der Erholungszeit. Wenn unter Erholung völlige Wiederherstellung des abgearbeiteten Körpers verstanden wird, so verlangt z. B. ein Gepäckmarsch über 50 Kilometer mehrere Stunden oder noch länger dazu. Das ist bei mehrtägigen Märschen in Betracht zu ziehen. Wenn unter Erholung nur verlangt wird, dass das stark arbeitende Herz oder die keuchende Lunge wieder etwas ausschlaufen können, dann sind auch die kürzeren Pausen der normalen Marschhalte sehr von Nutzen. Wer beim Kriegsmarsch ganz auf die Marschhalte verzichtet, sei sich bewusst, wie viel er damit von seinen Soldaten verlangt.

**3. Training:** Das Training ist sportstechnisch eine systematische auf die Leistung abzielende Uebung, wobei als Resultat die erhöhte Leistungsfähigkeit, das rationellere Arbeiten und eine

verkürzte Erholungszeit zu buchen sind. Training ist der halbe Sieg!

Auf Marschfähigkeit trainieren kann man regelrecht nur in längeren Diensten. Trainieren in der Vorkurswoche eines Wiederholungskurses auf die Manöverwoche mag angehen und nützlich sein, aber nur wenn das Training sachkundig und planmässig vor sich geht. Uebertrainieren und falsches Trainieren sind schädlich und führen zum Misserfolg. Trainieren in einem Wiederholungskurs für den Dienst des nächsten Jahres ist — sportlich gesprochen — unmöglich.

Verbindet man aber mit dem Training das Zulernen neuer Technik, das Abgewöhnen von Unarten, also eine besondere Erziehung dann mögen auch in kürzeren Diensten Erfolge sich zeigen. Wenn am Schluss eines W. K. ein grösserer Marsch verlangt und ausgeführt wird, so sehe man seinen grossen Nutzen nicht in dem, was an Leistungssteigerung für das nächste Jahr gewonnen wird, sondern in der Erfahrung, die über den aktuellen Zustand des Marschierenkönnens gesammelt wird.

Wenn während der Grenzbesetzung unsere Bataillone erheblich bessere Marschleistungen vollbracht haben als die heutigen Truppen, so war sicher die während der langen Dienste erzielte Uebung daran schuld. Wenn in den Diensten nach 1918 die Marschfähigkeit immer noch gut blieb, so liegt die Ursache nicht mehr in der körperlichen Trainiertheit vom Grenzdienst her, sondern im Wissen um das Marschieren und Marschierenkönnen, das die Routiniers in die Friedensdienste hinüber gerettet haben.

Unsere Grenzbesetzungssoldaten haben nicht nur gelernt, wie man prompt ein Gewehr reinigt oder ein Pferd rasch putzt, sondern wie man die Anstrengungen des Marsches trotz äusserer guter Leistung für sich selbst auf ein Minimum reduzieren kann. Diese geistige Trainiertheit sollten wir unsern Leuten wieder beibringen können.

Ueber das Training im Zivilleben ist zu bemerken, dass es nur dann einen vollen Erfolg verbürgt, wenn oft und auf Dauerleistung gearbeitet wird. Das Training, das verschiedene schnelle Sportarten wie Fussball, Leichtathletik und ähnliche verlangen, leistet der Marschtüchtigkeit keinen grossen Dienst.

**4. Toter Punkt:** Mit dem etwas mysteriösen Begriff des «toten Punktes» bezeichnet man einen bei längerer dauernder Anstrengung oft plötzlich eintretenden Zustand von psychischer Depression, Beschleunigung der Herzaktion, vermehrter Atmung und raschem Sinken der Leistung. Dieser Zustand kann sich ebenso rasch wieder lösen, meist mit Schweissausbruch, und es setzt wieder ein leichteres Arbeiten ein. Der tote Punkt muss bekannt sein. Nicht jeder Soldat «der plötzlich nicht mehr kann»,

ist am Ende seiner Kraft. Abnehmen des Gepäcks, Aufmunterung, Entfernen des Mannes aus der Dunstsäule der Marschkolonnen wirken oft Wunder, und nach einer viertel oder halben Stunde marschirt der schon erschöpft scheinende Mann mit seinem Gepäck wieder ruhig weiter.

### *B. Störende Faktoren der Marschfähigkeit.*

1. Als erster Feind des Marsches zählen die bekannten Fusskrankheiten, wie Fusschweiss, Hornhautschwielen, Hühneraugen, eingewachsene Nägel und ähnliche Kalamitäten. Sie verursachen an sich schon Beschwerden, wie das aus tausendfacher Erfahrung bekannt ist. Sie verstärken und vermehren sich, wenn weitere Hindernisse hinzukommen, wie ungeeignete Schuhe, harte Strassen, schweres Gepäck. Ueber ihre Vermeidung berichtet das Merkblatt über die ausserdienstliche Fusspflege. Ueber ihre Behandlung orientieren die Militärärzte.

2. Weniger bekannt sind die Schmerzen, die durch einen statisch veränderten Fussbau wie Plattfuss, Senkfuss, Spreizfuss entstehen. An diese Leiden wird ohne weiteres gedacht, wenn man z. B. bei einer Fussinspektion irgend ein Prachtsexemplar eines Plattfusses zu Gesichte bekommt. Man wird meistens erstaunt sein, wenn der betreffende Fussbesitzer strahlend erklärt, dass er eigentlich ganz gut auf den Füßen sei. Und meistens hat er dabei recht. Denn im Grunde genommen sind es weniger die fertigen Plattfüsse, die beim Marschieren versagen, als alle die Füsse, die im zivilen Leben in leichtem Schuhwerk ohne Belastung und ohne Ermüdung ganz normal aussehen, und sich erst beim Marschieren mit der Ausrüstung zu senken beginnen. Dann werden die Muskeln überstreckt, die Bänder gezerrt, die Gelenksflächen anders gestellt, und der schmerzhaft krampfartige Zustand ist komplett.

Alle diese schwachen, untrainierten, vielleicht degenerierten Füsse — und wir haben eine Unmenge davon in der Armee — verursachen m. E. den grössten Teil der Marschmaroden. Wenn man hier helfen kann — und das wäre nicht nur eine rein militärische, sondern direkt eine volkshygienische Aufgabe — dann wäre für die Marschertüchtigung der Truppe viel getan. Das Problem ist weniger die Sache des Truppenoffiziers, sondern vielmehr eine Aufgabe des Schulalters, der Lehrlings- und Studienzzeit. Aber festzustellen ist an dieser Stelle, dass das Programm des Schul- und des Militärturnens unbedingt auf eine bessere, kräftigere Fussentwicklung hintendieren muss.

3. Ueber die Schuhe genügen wenige Worte. Unsere Militärschuhe sind gut. Vom medizinischen und orthopädischen Standpunkt aus ist kaum etwas daran auszusetzen.

Aber diese Schuhe werden oft nicht richtig passend ausgelesen, nicht liebevoll genug behandelt, und vielfach zu wenig aestimiert. Dann stellen sich die bekannten Folgen ein, wunde Füsse, Fussblasen, Sehnenscheidenentzündungen und anderes mehr. Ueber Schuhpflege findet sich alles Nötige im bekannten Merkblatt im Dienstbüchlein des Mannes.

Auch die Socken sollen richtig sitzen, womöglich nicht geflickt, ohne Naht, gut angezogen und gut passend sein.

All dies ist zur Genüge bekannt. Zu wünschen wäre nur noch, dass die Leute ihre Schuhe nicht erst im Militärdienst anziehen, sondern sich schon Wochen vorher mit ihnen befreunden möchten.

Im letzten W. K. der 4. Division hat das Krankendepot Olten eine überraschend grosse Zahl an Fusskranken aufgenommen. Es handelte sich um wunde Füsse, eitrige Fussblasen, Sehnenscheidenentzündungen, Verstauchungen usw. Die Statistik ergibt dass die Gebirgstruppen weniger beteiligt waren, als die Feldbrigaden, obschon sie nicht sehr viel kleinere Marschleistungen zu bezwingen hatten, und sicher primär nicht ein tüchtigeres Soldatenmaterial aufweisen. Ein Regimentsarzt, mit dem ich mich darüber besprochen habe, ist der Ansicht, dass die Gebirgler im Zivilleben viel mehr marschieren, öfters hohe Schuhe tragen und nicht allzuseiten, zu Hause die Militärschuhe benützen. Auch das Transportieren von Lasten ist ihnen noch eher gewohnt, als den Flachlandbewohnern. In den Feldbrigaden finden sich die erwarteten Unterschiede zwischen Stadt- und Landbewohnern nicht vor. Im Gegenteil. Die Höchstziffer an Fusskranken fand man nicht beim ans Trottoir gewöhnten Städter, sondern bei verschiedenen Landbataillonen. Das zeigt wohl nur, dass die «Domestikationskrankheit» der Füsse überall da vorkommt, wo durch Transportmittel der Gebrauch der Gehwerkzeuge vermindert wird, ob es sich nun um die Strassenbahn in der Stadt oder um das Motorrad und die Autos auf dem Lande handelt.

4. Alles bisher Gesagte betrifft zur Hauptsache die Leistung und die Anstrengung des einzelnen Mannes. Das Marschieren in der Kollektivität bringt weitere Unannehmlichkeiten. Der Mann ist in der Marschkolonne eingeordnet, was Tempo, Marschstreifen, Marschordnung betrifft. Die kleinen Nöte des Einzelnen, Schuhschnürung, Fehler in der Kleidung, Hunger, Durst, und anderes mehr ver Hundert- und vertausendfachen sich. Die Luft in der Kolonne ist düstig, wassergesättigt, überhitzt. Der Unterführer, der die Uebersicht über seine Mannschaft noch haben kann, ist in grösserem Verband ausser Stande, seine Truppen nach dem momentanen Zustand marschieren zu lassen.

Marschieren im kleineren Verband, Oeffnen der Kolonne und vielleicht auch die Dreiermarschkolonne sind Mittel zur Abhilfe.

5. Die asphaltierten Strassen sind alles andere als marscherleichternd. Wo Abhilfe geschafft werden kann, z. B. durch Benutzen der Nebenstrassen, wird dies sicher getan. Bei den grossen Märschen aber, die zur Hauptsache in die Nachtzeit fallen, wird man sich an die grossen, gut markierten Autostrassen halten müssen. Wir haben uns darum wohl oder übel mit ihnen abzufinden.

Dass der Strassenverkehr mit den militärischen und zivilen Transporten, den Fuhrwerken und Autos eine marschierende Truppe stark behindert, ist anerkannt. Systematische Verkehrsordnung, Wegpatrouillen und Strassenpolizei können hier Gutes tun.

Dass unnötiges Warten, Umwege, Rückmärsche unbedingt vom Uebel sind, bedarf keiner weiteren Worte.

### *C. Marscherleichterungen.*

Den genannten störenden Faktoren gegenüber ist es geboten, sich auf alle Erleichterungen des Marschierens zu besinnen. Die Mittel dafür sind zu bekannt, als dass im Einzelnen darauf einzugehen wäre.

Nur wenige Worte zu diesem Kapitel seien erlaubt:

1. Der Anzug werde so befohlen, dass neben geeignetem Schutz gegen Witterung und Kälte genügend Bewegungsfreiheit und Transpirationsmöglichkeit vorhanden sind und gegen die Wärmestauung vorgesorgt wird. Auch vom Standpunkt der Marschfähigkeit aus wäre eine praktischere und wandlungsfähigere Uniform durchaus zu wünschen.

2. Der Vorteil der Marschhalte liegt darin, dass dem ermüdeten Körper Ausruhen und den schmerzenden Füessen Pflege und Luftbad gegönnt wird, dass allen den vielen Kalamitäten des Mannes abgeholfen werden kann, und dass u. U. eine Verpflegung möglich ist. Im Kriegsmarsch sind Halte naturgemäss wenig am Platz. Sie sollten jedoch nicht ganz unterbleiben, und wo sie angeordnet werden, sollen sie so rationell wie möglich sein, wobei auch auf genügenden Platz zum Lagern, auf Trinkwasserversorgung, auf Schutz gegen Sturm und Regen und bei Nachtmärschen vielleicht sogar auf Beleuchtung auf einem hellen Dorfplatz, in einem Saal oder in einer Turnhalle zu sehen ist.

3. Die kameradschaftliche Unterstützung durch gegenseitige Hilfe, durch Abnehmen von Lasten, durch Austausch von Vorräten kann goldeswert sein. Auch der Zugführer wird sich mit Vorteil daran beteiligen. Oft hilft Singen, Rauchen, Trommeln

nützlich mit. Oft aber ist es am rationellsten, ruhig, stetig, zielbewusst und schweigend seines Weges zu ziehen.

4. Die beste Marscherleichterung ist eine gute Marschdisziplin. Ein ehemaliger Fremdenlegionär schreibt in Erinnerung an einen 600 Kilometer langen Marsch darüber: «Man marschierte mechanisch weiter, wenn man einmal in Bewegung gesetzt war, jeder in schnurgerader Linie hinter seinem Vordermann. Selbst die leiseste Berührung eines aus der Linie geschwankten Kameraden wurde von dem geplagten Körper wie eine neue Last empfunden und mit derben Schimpfworten quittiert». Die gewohnte feste Ordnung gibt selbst völlig Ermatteten einen letzten Halt, an den sie sich willig anklammern.

Das Aufrechterhalten der Marschordnung ist Sache des Zugführers. Er selbst muss über die Anstrengungen des Marsches erhaben sein. Er wird nicht an der Spitze des Zuges als Führer und nicht an seinem Schluss als Antreiber marschieren, sondern überall zu haben sein, als Helfer, Ratgeber, Ordner. Das Auseinanderfallen eines Zuges oder einer Kompagnie ist seltener die Folge der Marschunfähigkeit, viel häufiger aber ihre Ursache.

5. Die Ernährung ist auch beim Kriegsmarsch von hervorragender Bedeutung. Nüchtern marschiert man schlecht, mit frisch gefülltem Magen ebenfalls. Auch bei unvorhergesehenen Märschen ohne vorherige Verpflegung kann unterwegs mancherlei nachgeholt werden. Kohlehydrate in Form von Zucker, Schokolade, Ovomaltine, getrocknetem Obst, sind während des Marsches wohl am meisten zu empfehlen. Von den Sportsleuten werden unsere Soldaten lernen müssen, ihrem Körper auch während der Anstrengung — gewissermassen unter der Hand und ohne Zeitverlust — die nützlichen Kalorien zuzuführen.

6. Mit dem Entlasten des Mannes von allen entbehrlichen und anderweitig nachzuführenden Gepäck gelingt es, die Leute auch auf langen Märschen leistungsfähig zu erhalten. Was wir dem Soldaten an Energieverbrauch für das Lastentragen ersparen, haben sie noch zur Verfügung, wenn es gilt, am Ende des Marsches ins Gefecht überzugehen. Die Kriegsmärsche sind nicht Selbstzweck, für den man alle Energie einzusetzen gewillt ist, sondern Mittel zur Dislokation, die an sich möglichst rentabel und kräftesparend durchzuführen ist. Die lebendige Energie des Mannes bleibe in höchstem Grade aufgespart für die auf den Marsch folgende Kampfbarkeit!

#### *D. Zusammenfassung.*

Das richtige Marschieren basiert auf der Erfüllung verschiedener Aufgaben, von denen einige wenige nur erwähnt werden konnten. Die Aufgaben haben eine technische, eine taktische,

eine physische und eine psychologisch-moralische Seite. In ihrer Gesamtheit würden sie eine — m. W. noch ungeschriebene — Lehre des militärischen Gepäckmarsches bilden.

Je mehr und je intensiver alle Angehörigen der Armee am Aufbau dieser Lehre und am bewussten und unbewussten Umsetzen in die Praxis arbeiten, um so mehr wird sich die Marschfähigkeit der Truppe, eines unserer wichtigsten Kriegsmittel, heben und bessern.

### Zum „Heft der Jugend“

A. S. M. Z. Heft 6/1936.

Von *Werner Grob*, Grindelwald, Oblt. Geb. S. Kp. III/8.

Ich muss gestehen, dass mich als Jungen das «Heft der Jugend» etwas enttäuscht hat. Es ist weniger das Gesagte als das Nichtgesagte, was mir Sorgen macht. Ich vermisste unter den mitarbeitenden jungen Kameraden einen, der auf die immense Bedeutung der ständigen physischen Bereitschaft, des ständigen körperlichen Trainings hinwies. Und doch ist dies ein Punkt, um den es nach meiner persönlichen Erfahrung verhältnismässig schlecht bestellt ist.

Der Offizier, der Zugführer und Kp. Kdt. vor allem, muss seiner Mannschaft auch in bezug auf körperliche Leistungsfähigkeit und Durchhalten Beispiel sein.

Wer unser prächtiges Soldatenmaterial kennt und weiss, wie z. B. bei den Gebirgstruppen die Offiziere sehr oft aus dem Unterland rekrutiert werden müssen, während die Mannschaft allein schon durch ihren Beruf ständig auf den Gebirgsdienst vorbereitet wird, muss zugeben, dass sich der Offizier nur durch ständiges körperliches Training auf der Höhe seiner Aufgabe halten kann.

In welcher Art dies nun geschehe, ist im Grunde genommen unbedeutend. Ich möchte nicht in die Befürchtungen von Lt. Meyer in seinen «Gedanken zum Militärskilauf» einstimmen und (ähnlich wie er für den Skisport) fordern, dass jeder Offizier seine ganze körperliche Vorbereitung militärischen Gesichtspunkten unterordne. (Ein Volk, dem der Skisport Allgemeingut geworden, das im Wettkampfsport Höchstleistungen herausbringt, die immer auf einer Massenbewegung beruhen müssen, wird eher eine skitüchtige Truppe stellen können, als es jemals einem andern Volke möglich wäre, das ohne eine Massenbewegung des Sport-Skilaufs einen Militär-Skilauf heranzüchten wollte.) Das Wichtigste ist meines Erachtens, dass jeder lernt, seinen Körper zu beherrschen, ihn zu Ausdauer und