

**Zeitschrift:** Rivista militare della Svizzera italiana  
**Herausgeber:** Lugano : Amministrazione RMSI  
**Band:** 79 (2007)  
**Heft:** 3

**Vereinsnachrichten:** Gruppo Nijmegen Ticino

### **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>**

# Gruppo Nijmegen Ticino

SGT BRUNO HORN, ASSU Mendrisiotto e Basso Ceresio



Gruppo Ticino al completo.



Passaggio del fiume Waal all'alba da parte delle delegazioni straniere.

Nel 1998 un gruppo di amici ha deciso di concretizzare una idea un poco diversa e partecipare alla 4 Giorni di marcia di Nijmegen in Olanda come gruppo di marcia militare.

Grazie agli sforzi di alcuni elementi dell'ASSU di Bellinzona e Mendrisiotto e Basso Ceresio, il primo gruppo di marciatori si è potuto concretizzare nella primavera di quell'anno. Sotto la guida di Paolo Baiardi, primo capogruppo, si sono affrontate le distanze tipiche delle marce militari dei 40 km, come la General Guisan Marsch di Spiez e la 2tagemarsch di Berna (2 x 40) includendo alcune marce indipendenti e la Prenimega di Malnate in Italia.

Con questa preparazione il gruppo si è pertanto presentato alla partenza dal Camp Heumensoord di Nijmegen nel luglio 1998 con il Battaglione Svizzero di Marcia per la 4daagse di Nijmegen.

La prima edizione è costata in termini di ritiri per via della mancanza di elementi con esperienza capaci di trasmettere i trucchi e di gestire gli sforzi in maniera ottimale.

Le peculiarità del percorso, quasi tutto asfalto in pianura e con temperature elevate del mese di luglio, sono ben diver-

se dalle nostre camminate che si svolgono con pendenze e dislivelli e con una buona combinazione di sterrato e asfalto. Il clima olandese è ben diverso dal nostro dove al mattino alla partenza si possono avere 6°C e sul mezzogiorno superare i 30°C con umidità variabile ma sempre presente, non di rado si parte al mattino con la brina nei prati.

Ben presto si imparano trucchetti che collidono in maniera eclatante con la saggezza delle marce appresa nelle nostre scuole reclute, ognuno trova le sue soluzioni e quello che funziona per uno non è detto che valga per l'altro.

## La 4daagse

È la manifestazione dei superlativi, la manifestazione più grande al mondo per partecipazioni e chilometri percorsi, la più grande manifestazione con partecipazione militare al mondo e la manifestazione di marcia più antica al mondo. I numeri parlano da sé, 50'000 partecipanti dei quali circa 5'000 sono in divisa, ci sono state guerre con meno soldati coinvolti, almeno un milione di spettatori al quarto giorno per l'entrata in città e le migliaia di chilometri coperti creano un evento veramente grandioso.

Iniziata prima della Grande Guerra iniziò come marcia militare sulla distanza divenuta tradizionale, 160 km percorsi in 4 giornate di marcia e con carico nello zaino di 10 kg.

Nelle prime edizioni i militari partecipanti dovevano percorrere una prova di corsa ad ostacoli sulla distanza di 400 metri entro una ora dalla fine della marcia per poter ottenere il riconoscimento, una medaglia da portare come decorazione reale essendo ufficialmente insignita dalla reale famiglia olandese.

Il percorso originalmente si svolgeva partendo da diverse città per snodarsi di città in città attraverso l'Olanda.

Solo dopo la 1° Guerra Mondiale si è centralizzata la manifestazione a Nijmegen partendo ed arrivando sempre in questa città dell'Olanda orientale a ridosso del confine tedesco.

## Le distanze

Negli anni la partecipazione di civili ed elementi femminili hanno portato alla creazione a diverse distanze per le singole categorie:

- Uomini da 16 a 50 anni – 4 x 50 km senza peso obbligatorio
- Donne da 16 a 50 anni e uomini di 50 anni a 60 anni – 4 x 40 km senza peso obbligatorio
- Donne oltre i 50 anni e uomini oltre i 60 anni – 4 x 30 km senza peso obbligatorio
- Militari fino ai 50 anni – 4 x 40 km con carico zavorrato di 10 kg
- Militari oltre i 50 anni – 4 x 40 km senza peso obbligatorio

Per gli elementi militari femminili valgono i 4 x 40 km senza peso così da marciare insieme agli uomini.

## Percorsi

Per i militari i percorsi sono diversi dalle equivalenti distanze per i civili dato che il punto di partenza è sito a Camp Heumensoord, e il congiungimento con il percorso per i civili si svolge a diverse distanze dal campo obbligando gli organizzatori a creare bretelle di scorciatoia per i militari che piazzano spesso i loro campi di ristoro su tali percorsi.

### Primo giorno

Porta da Nijmegen oltre il Waal (fiume che bagna la città) in direzione di Bommel e Arnhem per poi piegare a ovest e raggiungere il fiume che viene costeggiato al rientro verso Nijmegen.

### Secondo giorno

Vede sempre l'attraversamento della città verso ovest e, dopo un percorso nella campagna del Gelderland, rientra verso Nijmegen per attraversare il centro vecchio in festa. Dato che è la giornata più lunga in chilometraggio e il panorama poco interessante, è di gran lunga la giornata più noiosa.

### Terzo giorno

Vede gli svizzeri partire secondi dopo i canadesi per poter raggiungere il cimitero militare canadese di Groesbeek per una cerimonia di commemorazione per le vittime delle guerre.

La tratta che porta al rientro è l'unica serie di dislivelli della marcia percorrendo alcune colline per dei dislivelli totali sui 200 metri.

Una di queste tratte ha la peculiarità di percorrere il confine con la Germania.

Questa giornata viene chiamata Giornata degli Svizzeri per i dislivelli.

### Quarto giorno

Giro nella campagna tra località in gran festa per rientrare passando il fiume Maas su un ponte di barche, il clou è la sfilata che vede tutto il battaglione camminare insieme a una banda musicale ospite delle manifestazioni che vedono anche la settimana svizzera a Bommel.

Purtroppo la tragedia ha colpito la manifestazione nel 2006 con il decesso per via del caldo eccezionale di tre marciatori, questo ha causato la decisione del comitato organizzativo di interrompere le marce alla fine della prima giornata.

La mancata conclusione della manifestazione, unita anche al dubbio che la cosa possa ripetersi anche quest'anno, sta creando problemi per le iscrizioni svizzere che quest'anno hanno subito un impressionante calo.

### Partecipazione militare svizzera

Da oltre 40 anni la partecipazione svizzera viene organizzata sotto forma di una delegazione ufficiale che prende la denominazione di Battaglione Svizzero di Marcia della 4daagse. Conta circa 15 gruppi di marcia con un minimo di 10 marciatori e un elemento di supporto che segue in bicicletta.



Passaggio del Pontoonbrücke Kuijk.



Pediluvio dopo una marcia a Heumensoord.

Il gruppo Ticino da diversi anni marcia insieme al Fermeldienst Gruppe del Canton Argovia per unire le esperienze e raggiungere il numero minimo.

Visto che la delegazione ha forma ufficiale, dispone di una infermeria indipendente e di elementi di supporto e di sicurezza autonomi.

La sicurezza interna di Camp Heumensoord viene garantita dalle polizie Militari tedesca e svizzera.

*Quest'anno elementi ticinesi parteciperanno per la decima volta a questa manifestazione e vorremmo ampliare questa partecipazione rivolgendoci a chi fosse interessato a passare una piacevole settimana a confrontarsi con sé stesso.*

*Molto probabilmente per il 2007 siamo in ritardo dato che le iscrizioni si chiudono ufficialmente alla fine di Aprile, ma considerando il periodo di allenamento che parte con gennaio pensiamo che iniziando adesso a cercare elementi, magari per l'anno prossimo possiamo iniziare come gruppo in maniera efficace a partire dall'inizio degli allenamenti.* ■

Per contattarci scrivete a:

Andrea Castoldi,

Mendrisio - Capogruppo - cast@freex.ch

Bruno Horn, Sala Capriasca - bborn@swissonline.ch