

**Zeitschrift:** Schweizer Soldat : Monatszeitschrift für Armee und Kader mit FHD-Zeitung  
**Herausgeber:** Verlagsgenossenschaft Schweizer Soldat  
**Band:** 5 (1929-1930)  
**Heft:** 23  
  
**Rubrik:** Verbandsnachrichten

### **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:** 20.02.2026

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

Da beim Patrouillenlauf ein **vorzügliches Laufvermögen** über längere Strecken erforderlich ist, so werden wir das Training im wesentlichen auf das Laufen und Gehen konzentrieren und insbesondere dem Dauerlauf eine bevorzugte Stellung einräumen und ihm die grösste Aufmerksamkeit widmen.

Wie schon einleitend erwähnt, ist der Lauf eine der wertvollsten und nutzbringendsten Uebungen des leichtathletischen Sportes, indem er alles in sich schliesst, was zu einer allseitigen Körperbildung erforderlich ist. Speziell der Dauerlauf, regelmässig und in richtiger Weise gepflegt, bildet einen wesentlichen Teil jedes sportlichen Trainings überhaupt. Seine fördernde Wirkung auf ein Gleichmass in der Entwicklung auf Gesundheit und Leibesbeschönheit kann durch keine andere Uebung auch nur annähernd erreicht werden. Bekanntlich werden beim Dauerlauf fast alle Muskelpartien intensiv betätigt, insbesondere jene der Hüftgelenke, der Sprunggelenke, des Rumpf- und Schultergürtels. Was ihm aber noch weit höheren Wert verleiht, ist sein überaus günstiger Einfluss auf Herz und Lunge. Die ausgiebigen Körperbewegungen bewirken zudem einen lebhaften Stoffwechsel, eine rege Ausscheidungstätigkeit der Haut, ferner eine wesentliche Steigerung der Leistungsfähigkeit sämtlicher inneren Organe, sowie auch eine Kräftigung der Nerven. Dass auch das psychologische Moment beim Dauerlauf nicht zu kurz kommt, versteht sich von selbst. Willenskraft und Ausdauer finden hier eine überaus fruchtbare Pflanzstätte. Die Ausdauer ist es, welche uns befähigt, eine Arbeit lange Zeit ohne Ermattung auszuführen und Anstrengungen zu wiederholen; sie setzt uns in den Stand, grosse körperliche Strapazen und Widerwärtigkeiten im Kampfe des Lebens zu ertragen und ist ein Zeichen robuster Zähigkeit und besonderer Willenskraft. Zäh und ausdauernde Menschen, tauglich zur Bewältigung aller Anstrengungen, die Beruf und Heeresdienst von ihnen verlangen, hat das Vaterland nötig und die Erziehung zu solchen Elementen ist eine Aufgabe, die jeder aufrechte Patriot als Ehrenpflicht betrachten soll.

Vorgängig dem eigentlichen Trainingsbeginn wird zweckmässig ein instruktives Referat gehalten, welches die Teilnehmer über die Technik des Laufes und die organischen Einwirkungen bekannt macht, ihnen Verhaltensmassregeln erteilt, ein fertiges Programm vorlegt, Anregung bietet zwecks Unterstützung des Trainings zu Hause z. B. Zimmergymnastik, Einstellung auf die Lebensweise, Gesundheits- und Körperpflege im allgemeinen etc.

(Fortsetzung folgt.)



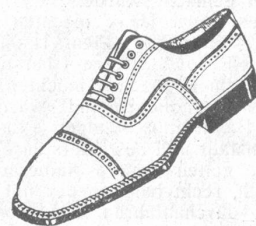
Sie geniessen ist Genuss

## Verbandsnachrichten

**Von der Unteroffiziersgesellschaft aller Waffen Zürichsee rechtes Ufer** wurde Samstag, den 19. Juli im «Blumental» in Meilen eine Versammlung abgehalten, die den Zweck hatte, das Arbeitsprogramm für die Wettkampfperiode 1930/31 festzulegen. Der Aufmarsch von Mitgliedern aller Kategorien war ein erfreulich grosser, und nach reiflich gewalteter Diskussion wurde beschlossen, im November, in Verbindung mit den Kavallerie- und Radfahrervereinen am See, eine grössere Uebung durchzuführen. Erstmals soll nun auch eine Wettkampfschübung im Winter durchgeführt werden, um den skifahrenden Unteroffizieren Gelegenheit zu geben, sich auch auf diesem Gebiete weiter auszubilden, sind doch tüchtige Skifahrer für unsere Armee von eminenter Wichtigkeit. Die Abhaltung dieser Winterübung ist auf Januar/Februar festgesetzt worden. — Am 13./14. September soll in Stäfa das Programm der eidgen. Wettkämpfe (Gewehr-schiessen, Pistolenschiessen und Handgranatenwerfen) abgewickelt werden. Ebenfalls ist der Besuch der kantonalen Tagung vorgesehen. Für die Teilnehmer sind zahlreiche Uebungsgelegenheiten festgesetzt worden. Für das Handgranatenwerfen z. B. jeden Sonntag von 9 bis 11 Uhr auf dem Schulhausplatz in Uetikon. — Die Frage betreffend Erstellung einer Vereinsphotographie wurde eingehend behandelt; Kamerad Feldweibel Stoll hat die Gelegenheit in Fluss gebracht und à fonds perdu in sehr verdankenswerter Weise bereits einen namhaften Betrag gezeichnet. Der Vorstand und die Photographie-Kommission werden die Sache weiter studieren und an einer nächsten Generalversammlung Bericht und Antrag stellen. — Zum Schlusse entbot Herr Hauptm. Zaugg aus Feldbach als Präsident der freien Offiziersvereinigung die Grüsse der Offiziere vom rechten Seeufer und sicherte von dieser Seite der Gesellschaft in jeder Hinsicht tatkräftige Unterstützung zu. J. H.

**Herisau. Unteroffiziersverein.** Nach einer etwas langen Pause, die aber nichtsdestoweniger mit verschiedenen Uebungen und Anlässen ausgefüllt war, hat der Unteroffiziersverein nun wieder straff in die Zügel gegriffen mit seiner ersten Wettkampfschübung der neuen Wettkampfperiode. Machte auch der Wettergott anfänglich eine recht saure Miene, die um die vierte Morgenstunde am vorletzten Sonntag verschiedenen misstrauischen Blicken ausgesetzt war, und wenn auch zeitweise noch kleine Regenspritzer nichts Gutes erwarten liessen, trotz diesem allem fand sich um 5 Uhr im «Landhaus» eine stattliche Anzahl Unteroffiziere ein, um einen Tag ihrer ausserdienstlichen Tätigkeit der Stärkung, Belehrung und Weiterbildung zu widmen. Zu unserer Freude liessen es sich auch Offiziere nicht nehmen, uns zu begleiten, und, wie immer, fanden sich auch Mitglieder des Militärsanitätsvereins ein. Abmarsch nach dem Bahnhof und Fahrt nach Urnäsch, wo uns der Uebungsleiter, Herr Hauptmann Steinemann, Fahr. Mitr., die taktische Lage als Rahmen zu unserer Uebung und dann speziell unsere heutige Aufgabe bekannt gab. Hierauf Abmarsch über Rossfall nach Kräzerli, wo sich der Schweizer. Fournierverband, Sektion Ostschweiz, schon am Samstag eingefunden hatte zur Besprechung verschiedener verpflegungstechnischer Aufgaben, speziell im Gebirge. Nach kurzem imbiss begrüsst uns Herr Oberstleutnant Knellwolf sowohl im Namen des ostschweizerischen Fournierverbandes als auch im Auftrag der Appenzellischen Offiziersgesellschaft, darauf hinweisend, dass, wenn auch die Unteroffiziersvereine und die Fourniere getrennt marschieren, so haben doch beide Organisationen gemeinsame Anknüpfungspunkte, die gemeinsame Uebungen ermöglichen. Als Vertreter der Appenzellischen Offiziersgesellschaft führt Herr Oberstleutnant Knellwolf weiter aus, dass die Offiziersgesellschaft, den Wert der freiwilligen Weiterbildung der Unteroffiziere wohl kennend und schätzend, diesen immer mit Rat und Tat zur Seite stehen und mit regem Interesse die Arbeit der Unteroffiziersvereine verfolge. Während des gemeinsamen Weitermarsches über den

**Löwy Schuhe**  
sie sind dauerhaft und darum preiswert



Kräzernpass nach der Bernhalde, von wo aus die Patrouillenübung mit Gefechtsschiessen durchgeführt wurde, hellte sich die graue Wolkendecke langsam auf und stieg höher, leider aber nicht so hoch, dass die Felshäupter unseres lieben Alpsteins und der Churfürsten frei wurden, und so blieb den ganzen Tag über die Aussicht sehr beschränkt. Das Gefechtsschiessen ging reibungslos vonstatten und ergab unter erschwerenden Umständen, da die Beleuchtung fast ständig wechselte, ein Resultat von 31 Punkten. Jetzt folgte der schwerste Teil des Tages, der Aufstieg zum Windenpass. Allen rannen ganze Bäche von Schweiss über Gesicht und Rücken. Wie froh waren wir alle, dass sich die Sonnenstrahlen den Weg zur Erde durch den Wolkenvorhang bahnen mussten. Trotz allen Strapazen erreichten alle im besten Zustande die Höhe des Windenpasses, wo denn auch dem Züni tüchtig zugespochen wurde. Fast zu schnell ertönten die Rufe: «Fertig machen!» und so wurde bald wieder der Abstieg unter die Füsse genommen; von Zeit zu Zeit fanden schwierige, aber interessante Uebungen im Distanzschätzen statt, wo vielen aufs neue die Schwierigkeit der Schätzung im Gebirge wieder recht drastisch zum Bewusstsein kam. Den Füssen und Knien setzten die letzten 600 Meter Abstieg recht fühlbar zu, und alle waren froh, als die Strasse bei Starkenbach erreicht war, die uns bei Gesang und Trommelschlag nach Stein und Nesslau führte und die hergenommenen Muskeln wieder ins Gleichgewicht brachte. Aber noch war die Tagesarbeit nicht beendet; es mussten noch die Uebungen im Handgranatenwerfen erledigt werden. Dank dem Entgegenkommen von Nesslauer Bürgern war der Platz bereit und die Uebungen konnten rasch durchgeführt werden.

Jetzt aber verlangte der Magen sein Recht und nachdem die verbrauchten Kräfte und Säfte einigermaßen ersetzt waren, kam auch der Geselligkeit und Kameradschaft der gebührende Platz zu. Nur allzu schnell verflogen die Stunden und bald führte uns der Zug den heimischen Penaten zu. In strammem Schritt begleiteten wir die Fahne zum Vereinslokal, wo der Präsident, Korporal Wickle, allen für die Teilnahme und die aktive Mitarbeit dankte, ganz besonders aber Herrn Hauptmann Steinemann für seine flotte Durchführung, dann auch den Offizieren und den Mitgliedern des Militärsanitätsvereins. Verbandspräsident Wachtmeister Hans Hugener schloss sich diesem Dank an und gab seiner besondern Freude darüber Ausdruck, dass an diesem Reisewettmarsch eine so grosse Anzahl junger Unteroffiziere mitmachen, und hoffte, dass es auch weiterhin so bleiben werde. Bald gingen wir auseinander mit der grossen Genugtuung, einen schönen, wenn auch strengen Tag nutzbringend zur Förderung unserer dienstlichen Tätigkeit zum Wohle der Armee und des Vaterlandes verbracht zu haben.

W. B.

**U.-Off.-Verein Zürichsee linkes Ufer.** Am 12./13. Juni führte der Unteroffiziersverein Zürichsee l. Ufer mit dem Unteroffiziersverein St. Galler Oberland einen Ausmarsch über die Tschingla-Schrina-Hochrugg durch. Der Wettergott war uns nicht hold gestimmt, konnte aber den Teilnehmern den Humor nicht trüben.

Als Hauptaufgabe wurde Kartenlesen und Meldungs-Uebungen durchgeführt. Herr Lieut. Hammer von Horgen erteilte die Befehle und führte die Kritik. Leider sah er sich gezwungen, die Uebungen nach Erledigung des Handgranatenwerfens abzuberechnen, weil durch den anhaltenden Gewitterregen eine Durchführung des vorgesehenen Gefechtsschiessens keinen instruktiven Wert mehr gehabt hätte.

Trotz der sehr ungünstigen Witterung haben die beiden Vereine in 8¼ Marschstunden 37½ Kilometer zurückgelegt. Es wurde eine Fourrierübung durchgeführt, welche in jeder Beziehung tadellos gelang. Instrukтив wirkte der Dreirutenmarsch bei Nacht sowie die Meldeübungen am Sonntagmorgen. Die Handgranaten-Wurfbungen waren durch den Regen sehr ungünstig beeinflusst.

Während der Abendstunden auf der Tschingelalp und am Sonntagnachmittag war Gelegenheit der Kameradschaft zu leben, wovon besonders beim Lampenschein ergiebiger Gebrauch gemacht wurde.

Besondern Dank möchten wir an dieser Stelle unsern Uebungsleiter, Herr Lieut. Hammer, für seine instruktiven Anregungen, sowie Herrn Oberst Otter für seine Mithilfe anbieten. Ein Kränzchen möchten wir auch dem Trauben-Wirte für den freundlichen und «warmen» Empfang und gastfreundliche Bewirtung winden. Euch wackern Kameraden von Wallenstadt und besonders eurem werten Präsidenten, Fourier Jaussi, gelten unsere kameradschaftlichen Grüsse und der Wunsch, recht bald wieder mit euch zusammen eine ähnliche Arbeit durchzuführen, nur wenn möglich unter günstigeren Bedingungen.

W. H.



**Kanton Thurgau. Jungwehr-Kantonallehrkurs.** — Samstag und Sonntag wurde in Frauenfeld der kantonale Lehrkurs für die Sektionsleiter und das Instruktionspersonal durchgeführt. Die Kursteilnehmer sammelten sich Samstag 14.30 Uhr im Hotel Bahnhof, wo sie Herr Oblt. Merz, Frauenfeld, Präsident des kant. Jungwehrkomitees, in seinem prägnanten Eröffnungswort begrüßte und zu unentwegter Arbeit auf dem Gebiete der Jungwehr aufmunterte. Er gab der Hoffnung Ausdruck, dass alle Anwesenden den praktischen Teil mitturnen was sehr notwendig war, um in der kurzen Zeit die verschiedenen Disziplinen in sich aufzunehmen. Kamerad Feldw. Weiss, Frauenfeld, kant. Kursleiter bemeisterte wiederum den theoretischen und administrativen Teil. Die Teilnehmer wurden über Zweck und Ziel der Jungwehr eingehend aufgeklärt, um nachher das sehr reichhaltige Arbeitsprogramm kennen zu lernen. Unbarmherzig brannte die Sonne, als die Truppe sich anschickte, zu Marschübungen und Programmtraining überzugehen. Herr Lieut. Siegrist, Aadorf, als technischer Leiter der kant. Jungwehrkurse, und Herr Lieut. Schmidli führten die Abteilung in die Marschübungen und das Programmtraining ein, welche Disziplinen gründlich durchgearbeitet wurden. Auch wurden einige Kampfspiele geübt. Herr Oblt. Merz unterrichtete dann in Gewehrkenntnis und Schiesslehre, unter Berücksichtigung der bei den jungen Leuten oft noch gebundenen Körperkraft. Nach den Uebungen im Werfen und Hangeln war das Programm für den Samstag erledigt. Ein erfrischendes Fussbad in der Kaserne tat jedem wohl. Am Sonntagmorgen begann die Arbeit mit Schiesslehre und wechselte dann in bunter Reihenfolge mit Programmtraining, Ordnungs- und Marschübungen, Widerstandsübungen, Sprüngen, Laufen, Beobachtung und Bewegung im Gelände. Inzwischen war als Inspektor Herr Hptm. Merk, Pfyn, Kdt. Sch.-Kp. 1/7 eingetroffen, der den Uebungen der Jungwehrleiter mit Interesse folgte. Kamerad Feldw. Weiss gab Instruktionen über das Rechnungswesen und praktische Winke für die Durchführung der Kurse. Herr Hptm. Merk sprach der kant. Kursleitung und den Kursteilnehmern für ihre geleistete Arbeit den wärmsten Dank aus. Er bemerkte auch, dass es heute nicht immer leicht sei, den Anrempelungen unserer Gegner die Stange zu halten. Umso mehr sollen wir durch pflichtbewusste Arbeit im Dienste des Vaterlandes das Ansehen unserer Armee erhalten und für ihre Notwendigkeit einstehen. Mit dem Wunsche auf ein gutes Gelingen der Jungwehrkurse konnte die Tagung am Sonntagnachmittag geschlossen werden. Alle Teilnehmer gingen mit dem Bewusstsein nach Hause, für das Wohl unserer Jugend ein schönes Stück Arbeit geleistet zu haben. Sie hoffen die angehenden Kurse so durchführen zu können, dass die ihnen anvertrauten Schüler aus dem Unterricht weitgehenden Nutzen ziehen und mit gestähltem Körper und frischem, festen Willen in den Kampf des Lebens treten können. Der Arbeit treu, der Pflicht bewusst!

J. Berliat, Korp. 11/73.

## Arbeitskalender. Calendrier du travail.

**Journée cantonale des Sous-officiers neuchâtelois, Dimanche 14 septembre 1930 à La Chaux-de-Fonds.** Concours: Fusil, pistolet-révolver, Estimations de distances, Lancement de grenades, Courses d'estafettes, Signaux optiques (fanions). Challenges inter-sections: Couronnes de sections, Mentions et prix individuels. Bonnes cibles. Danse. Fête champêtre. Concert. Cortège obligatoire pour tous les participants.

Le comité d'organisation sollicite dès maintenant une forte participation. La Chaux-de-Fonds se fera accueillante aussi nombreux doivent être les sous-officiers qui viendront une fois encore affirmer leur fidélité au drapeau.

**Schaffhausen.** Die Einladungen zur Marschwettübung vom 2./3. August a. c. sind bereits sämtlichen Mitgliedern zugestellt worden. Der Vorstand, in Verbindung mit der Uebungsleitung, hat wiederum nichts gescheut, diese Uebung für jeden Einzelnen interessant und lehrreich zu gestalten. Wir verweisen aber auch hier nochmals darauf, dass die best angelegte Uebung nichts nützt, wenn die Teilnehmerzahl fehlt. Wir hoffen daher zuversichtlich, dass die Anstrengungen des Vorstandes von jedem Kameraden durch seine Teilnahme unterstützt werden.