

**Zeitschrift:** Schweizer Soldat : Monatszeitschrift für Armee und Kader mit FHD-Zeitung  
**Herausgeber:** Verlagsgenossenschaft Schweizer Soldat  
**Band:** 5 (1929-1930)  
**Heft:** 25

**Artikel:** Der Patrouillenlauf als ausserdienstliche Tätigkeit [Fortsetzung]  
**Autor:** Surber, Albert  
**DOI:** <https://doi.org/10.5169/seals-710443>

### **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:** 30.04.2026

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

bres reçoivent des instructions directement du chef d'exercices. Ce dernier est chargé par la section, d'organiser un exercice de marche pour une date fixée. C'est lui seul qui prend les dispositions y relatives et donne ses instructions; par contre l'exécution de l'organisation en ce qui concerne les transports et logements est du restant de la commission, et pour cela deux membres suffisent amplement. Personne d'autre ne doit prendre part à la discussion! Là, ou on parle beaucoup on fait généralement peu et du mauvais travail. Les discoureurs les plus acharnés arrivent le plus souvent en retard ou même ne se présentent pas au rassemblement. Pour ces motifs et pour d'autres encores il serait à souhaiter, que les chefs d'exercices soient confirmés par le Comité central; cette façon de faire, les attacheraient aux sections et ce serait pour les plus grand bien de ces derniers.

Comme modification à l'ancien règlement, le nombre des exercices nécessaires pour le classement a été réduit, en ce sens qu'il n'existe plus d'exercices supplémentaires dit «de bonification». L'ancienne façon de faire engageait mainte section à exécuter un grand nombre d'exercices, la plupart du temps mal organisés et de faible participation d'où un résultat très médiocre. Le peu de valeur de pareilles organisations, obligeait le jury de les taxer en conséquence, ce qui provoquait des réclamations nullement justifiées de la part des sections atteintes.

Dorénavant les sections pourront dépasser le nombre d'exercices prévu par le règlement, mais ces exercices supplémentaires deviendront plus rares; aussi est-il à souhaiter que les exercices prescrits soient étudiés à fond et fréquentés par le plus grand nombre possible de membres d'une section; cela arrivera certainement du fait que les membres sauront qu'ils ne seront pas appelés trop souvent.

On pourrait invoquer que cette limitation paralysera l'activité, et la volonté de travail de certaines sections. Le contraire nous paraît plus vrai; tout l'intérêt se concentrera sur exercices bien établis, organisés intelligemment, et mainte petite section, réussira de la sorte à participer au concours, du fait que le nombre d'exercices à effectuer le lui permettra.

Les exercices supplémentaires qui ne comptent plus pour l'obtention du rang dans le classement général du concours de marches, ne devront plus dorénavant être annoncés au délégué du Comité central chargée de cette discipline, ces exercices étant considérés dorénavant comme activité dépendant uniquement des sections; par contre ces dernières peuvent parfaitement utiliser les formulaires de l'Association pour marquer les résultats de travaux effectués au cours de ces exercices et qui auront leur utilité au sein de la section. (Rapport annuel des sections.)

Lorsqu'au cours de l'hiver 1929/30, l'occasion fut offerte aux sections, de se prononcer sur l'élaboration d'un nouveau règlement, il parvint entre autres, quelques propositions tendant à une sensible diminution de la distance kilométrique; le président d'alors du Jury et quelques sections recommandèrent de s'en tenir au status quo. Dans le nouveau règlement, il est manifesté que les distances kilométriques n'ont subi aucune modification, si l'on tient compte que les bonifications accordées pour des différences de niveau, ne sont plus si importantes qu'auparavant.

Les exercices en montagne étaient jusqu'à ce jour grâce à ces bonifications fortement favorisés, comparativement aux exercices en plaine, car avec une légère peine on arrivait à accumuler quelques kilomètres dus à

la bonification pour les montées et descentes, laquelle, il n'était pas rare, représentait près du 50% des kilomètres à fournir, dans la plaine par contre, les kilomètres de marche devaient réellement être effectués.

Il fut créé un allègement pour les exercices courts, d'un join, comme on peut s'en rendre compte à l'article 5 des prescriptions pour concours de marche.

La spécification des **exercices principaux**, comprend surtout ceux qu'on exécute en «Concours pendant les journées suisses de sous-officiers, soit en sections soit en groupes et ces exercices représentent de ce fait un entraînement périodique et appréciable pour les différents genres de concours. — L'estimation des distances, le lancement des grenades à mains, les exercices de patrouilles rentrent dans cette catégorie d'exercice. Le cheminement sur 3 routes, donne constamment l'occasion de se perfectionner dans la conduite d'une troupe ainsi que dans le service de renseignements, d'observation et la lecture des cartes. Le tir de combat est une occasion rare, où le sous-officier peut conduire une fois un groupe tirant de la munition à balles. Pour celui qui n'a à son actif que les services effectués sur des places d'armes et les premiers cours de répétition, ces exercices continuent des occasions précieuses pour le perfectionnement de ses connaissances du service en campagne.

Au tir de combat peuvent y prendre part tous les participants appartenant à n'importe quelle armée. S'il n'y a pas assez de porteurs d'armes qui participent à l'exercice de marche, les tireurs peuvent résoudre à tour de rôle plusieurs problèmes dans la conduite du groupe au combat, en prenant le commandement de ce dernier à plusieurs reprises et chaque fois avec une tâche différente.

Les sections doivent faire attention pour que chaque participant puisse prendre part à l'estimation des distances; cette prescription a l'avantage d'éviter le détachement de beaucoup d'hommes lors de l'exécution de ce genre d'exercice; les détachés doivent également se trouver à l'heure et au point fixé pour cette discipline. Si cela est impossible, le directeur de l'exercice ou son remplaçant trouvera bien l'occasion de faire-faire cet exercice d'estimation de distances au même endroit ou ailleurs, avant ou après le gros de la troupe. Il n'y a aucune importance à ce que ces hommes soient appelés à estimer avec d'autres buts.

Pour ces exercices, il faut éviter que préalablement aux six exercices prescrits, il ne soit exécuté un ou deux exercices avec indication, à titre de réglage des véritables distances. Par contre, parmi les exercices prescrits, on en comprendra avec buts mobiles; en outre on devrait estimer les distances dans la position couchée. (Adaptation à la situation en campagne, ordonnance du règlement de tir 1916, chiffre 218, et 212 à 227.)

## Der Patrouillenlauf als ausserdienstliche Tätigkeit

(Mit dem 1. Rang ausgezeichnete schriftliche Arbeit der  
S. U. T. Solothurn 1929, verfasst von Wachtm. Surber, Albert,  
Rorschach.)

(Fortsetzung.)

Die Uebungen dürfen zeitlich nicht zu weit auseinanderfallen; es sollen wöchentlich mindestens deren zwei durchgeführt werden können. Den Uebungsplatz wähle man sich abseits vom Getrieb der Stadt, wo man ungestört den Uebungen obliegen kann und Gelegenheit hat, sich umzukleiden. Nach Anknüpf auf dem Sammelplatz wirft man sich in leichten Sportanzug, bestehend aus

kurzen Kniehöschen und ärmellosem Leibchen, damit Beine und Arme möglichst unbedeckt bleiben. Ein je grösserer Teil der freien Luft ausgesetzt ist, umso besser.

Soll der Lauf über längere Strecken von Nutzen sein und niemals schädigende Einflüsse hinterlassen, so muss er, um den hohen Anforderungen an den Organismus gewachsen zu sein, nicht nur auf die Stärkung der Muskelkraft tendieren, sondern vor allem der Entwicklung der inneren Organe, Lunge, Herz, Nieren, weitgehendste Rechnung tragen.

In der ersten Uebung lasse ich die Kursteilnehmer einige Minuten in gemässigtem Dauerlauf auf dem Uebungsplatz im Kreise oder im Karree bewegen, zum Zwecke der Angewöhnung eines guten Stiles für den Langstreckenlauf, wobei alles instruiert wird, was von Bedeutung ist, die richtige Körperhaltung, die Stellung und Lage der Füsse, Arme, Hände, die Neigung des Oberkörpers, Schrittlänge, Tempo etc.

Da bei der intensiven Muskeltätigkeit, die ein längerer Dauerlauf erfordert, ein reicher Sauerstoffverbrauch von eminenter Bedeutung ist, muss einer rationellen **Atemhaltung** von Anfang an eine ebenso grosse Aufmerksamkeit geschenkt werden wie der guten Körperhaltung. In kurzen Zügen wird den Schülern die Grundlage der Tiefatmungsgymnastik erklärt. Wenn man bedenkt, dass beim Tiefatmen fünfmal mehr Luft umgesetzt wird, als bei flachem Atmen, bei grösserer Anstrengung, wie beim Dauerlauf dagegen 20 Mal mehr als bei gewöhnlicher Atmung, so kommt uns wohl am besten der grosse Wert eines zweckmässigen Lungentrainings zum Bewusstsein.

Bei Beginn jeder Uebung unterlasse ich nie, resümierend die Verhaltensmassregeln zu wiederholen, auf Haltung, Atmung, Tempo hinweisend, schon mit Rücksicht auf diejenigen, welche nicht an jeder Uebung anwesend sind.

Beim Ueben des stilgerechten Laufes steht der Instruierende im Kreise, beobachtet die Teilnehmer genau und korrigiert die auftretenden Fehler. Bald kann der Lauf ins offene Gelände gewagt werden, jedoch darf das Tempo namentlich im Anfang nicht zu scharf gewählt, sondern soll lieber langsam gesteigert werden. Gelaufen wird in Einerkolonne, der Führer an der Spitze, vorerst meist auf ebenem Terrain, auf Wegen, Rasen, so viel wie möglich Wald bevorzugend. Nach und nach werden bescheidene Höhendifferenzen überwunden. Bergan wird das Tempo angemessen verlangsamt oder man legt vorübergehend eine Strecke durch Gehen zurück, während andererseits abwärts der Vorteil geringeren Kraftaufwandes durch ausgiebigere Schritte entsprechend ausgenützt wird. Während des Laufes beobachtet man die Läufer stets in ihrer Haltung und auf ihre Anstrengung, wenn nötig, wird korrigiert durch entsprechende Zurufe. So weit als möglich bleibt die Kolonne aufgeschlossen und es ist zu vermeiden, dass einer zurückbleibt.

Wenn man 5 bis 10 Minuten ausgiebig gelaufen ist, fangen sich bekanntlich mehr oder weniger Beschwerden und Müdigkeitserscheinungen an bemerkbar zu machen, bei dem Einen früher, bei dem Andern später. Es kommt zum Schweissausbruch, die Atmung ist erschwert, es tritt oft ein Gefühl auf als sei man nicht disponiert oder den Anforderungen nicht gewachsen. Diese Erscheinung, die ich als «kritischen Moment» bezeichne, ist zum Glück keine abnormale, sie muss überwunden werden. Auch bei fortgeschrittenem Training wird sich dieses Moment in gewissen Grenzen fühlbar machen, gewöhnlich innerhalb der ersten Viertelstunde. In diesem Stadium werden

Anforderungen an die Willenskraft gestellt. Das beste Mittel, über diese Hemmnisse hinwegzukommen, ist ein recht ausgiebiges Atmen, eventuell kann vorübergehend die Geschwindigkeit reduziert werden. Gewöhnlich dauert dieses Unlustgefühl nicht lange. Sobald Lunge und Herz auf die geforderte Arbeitsleistung sich eingestellt haben, tritt eine Art Beharrungszustand ein und eine merkliche Erleichterung macht sich fühlbar.

In der ersten Hälfte des Laufes führe ich die Kolonne an der Spitze und bestimme das Tempo. Später lasse ich abwechselungsweise führen. Auf ein Kommando hat sich jeweils der hinterste Mann durch beschleunigtes Tempo an die Spitze vorzuarbeiten und für einige Minuten die Führung zu übernehmen, bis er wieder durch den Hintersten abgelöst wird. Auf diese Weise hat jeder Läufer eine Art Angriff zu leisten und vorübergehend eine grössere Leistung zu entfalten. Andererseits wird ihm als Führer an der Spitze das Selbstvertrauen geweckt und ein Ansporn erteilt, was namentlich für schwächere Elemente ein nicht zu unterschätzender Faktor ist. Streng zu vermeiden suche ich, dass die Teilnehmer Ueberanstrengungen erleiden, was durch unvorteilhafte Körperhaltung rasch zu erkennen ist. Dagegen wird es nichts schaden, sie gelegentlich zu Höchstleistungen anzuspornen. Während ich bestrebt bin, auf der ganzen Strecke möglichst aufgeschlossen zu laufen und jeden Mann mitzureissen, so gebe ich gewöhnlich die letzten drei- bis vierhundert Meter auf ein Zeichen zu einem Wettlauf frei. Die Läufergruppe löst sich sofort auf und es entwickelt sich ein Endspurt, bei welchem oftmals interessante Ueberraschungen nicht ausbleiben. Nicht genug kann iramer wieder betont werden, während des Laufes ein Haushalten mit seiner Körperkraft zu beobachten und sich nie bis zur Erschöpfung auszugeben.

(Fortsetzung folgt.)

## Ein offenes Wort zur Ausmarschtätigkeit

Von Ad. Alder, Fourier Geb. I. Kp. III/42, Luzern.

Anmerkung der Redaktion: Im Zusammenhang mit der Aufnahme der Arbeit durch die Ersparniskommission für die eidgen. Militärverwaltung ist in der Presse angeregt worden, es sei auch zu untersuchen, wo beim Militär zu viel gespart werde. Die nachstehenden Ausführungen eines unserer eifrigsten Kameraden scheinen eine Gelegenheit zu zeigen, wo sich allzu starker Sparwille zuungunsten einer Sache auswirkt, die als Bestandteil ernsthafter Arbeit des Kadets ausser Dienst zu gering gewertet werden darf.

Im neuen Ausmarschreglement ist der Zweck der Ausmarschtätigkeit folgendermassen umschrieben: Der Schweizerische Unteroffiziersverband, vom Willen beseit, die physischen Kräfte seiner Mitglieder zu stählen, deren militärische Kenntnisse zu erhalten und zu erweitern, sowie Lust und Liebe für die Schönheiten unserer vaterländischen Erde zu wecken, organisiert unter seinen Sektionen auf Grund gegenwärtigen Reglementes einen Wettkampf in **Marschübungen**.

In dieser Arbeit soll vorab untersucht werden, ob die Ausmärsche, wie sie angelegt und durchgeführt werden, dieses Ziel zu erreichen vermögen, und in zweiter Linie liegt mir daran, die Förderung, die diese wichtigste ausserdienstliche Disziplin seitens der militärischen Behörden erfährt, aufzuzeichnen. Als Grundlage meiner Studie dient mir der vom U. O. V. Luzern am 2./3. August abhin ausgeführte 2. Wettübungsmarsch ins Gotthardgebiet. Der bezügliche Tagesbefehl verzeigt als Route: Luzern-Andermatt (Bahn)-Unteralpental-Sellapass (2704 m)-Gotthardhospiz (Nächtigung, 2088 m)-Lucendrosee - Lucendropass - Piz di Lucendo (2967 m)-