

**Zeitschrift:** Schweizer Soldat : Monatszeitschrift für Armee und Kader mit FHD-Zeitung

**Herausgeber:** Verlagsgenossenschaft Schweizer Soldat

**Band:** 5 (1929-1930)

**Heft:** 25

**Artikel:** Ein offenes Wort zur Ausmarschtaetigkeit

**Autor:** [s.n.]

**DOI:** <https://doi.org/10.5169/seals-710460>

#### **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>**

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, Schrittänge, 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 Verhaltungsmassregeln 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 anderseits abwärts der Vorteil geringeren Kraftaufwandes durch ausgiebigere Schritte entsprechend ausgenutzt wird. Während des Laufes beobachte 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 abwechslungsweise 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. Anderseits 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 Überanstrengungen erleiden, was durch unvorteilhafte Körperhaltung rasch zu erkennen ist. Dagegen wird es nichts schaden, sie gelegentlich zu Höchstleistungen anzuregen. 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 immer 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.

**A n m e r k u n g d e r R e d a k t i o n :** 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 zu ungünstigen einer Sache auswirkt, die als Bestandteil ernsthafter Arbeit des Kaders ausser Dienst nicht zu gering gewertet werden darf.

Im neuen Ausmarschreglement ist der Zweck der Ausmarschtätigkeit folgendermassen umschrieben: Der Schweizerische Unteroffiziersverband, vom Willen beseeit, die physischen Kräfte seiner Mitglieder zu stärken, 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 abhängt ausgeführte 2. Wettübungsmarsch ins Gotthardgebiet. Der bezügliche Tagesbefehl verzeigt als Route: Luzern-Andermatt (Bahn)-Unteralptal-Sellapass (2704 m)-Gotthardhospiz (Nächtigung, 2088 m)-Lucendrosee - Lucendropass - Piz di Lucendro (2967 m)-

Oberstaffel - Realp (Bahnfahrt) - Göschenen - Luzern. Als Disziplinen wurden vorgemerkt: Gefechtsschiessen, (Westhänge des Monte Prosa), Distanzschätzten, Patrouillen-, Signalisier- und Beobachtungsübungen.

Die Teilnehmerzahl betrug incl. Gäste (Feldprediger, Sanitätsmannschaft, 1 Tambour und 3 neu zu werdende Mitglieder) 66 Mann. Ich gehe bei meinen Be trachtungen von dieser Gesamtzahl aus, da alle Beteiligten den gleichen Nutzen von der Uebung mitgenommen haben. Die Teilnehmer zergliedern sich in 12 Offiziere, 50 Unteroffiziere und 4 Soldaten; dem Auszug gehören an 10 Offiziere, 37 Unteroffiziere und 3 Soldaten, auf die Landwehr entfallen total 10 Teilnehmer und landsturmpflichtig sind 6 Mann. Auf die Geb. Inf. Brig. 10 mit zugehörigen Truppen, der die Luzerner zugeteilt sind, entfallen total 38 Mann (Auszug). — Im Unterthal schon erfolgte die Aufteilung der Truppe in 7 Gruppen, um entsprechend der taktischen Annahme verschiedene Passübergänge zu besetzen. Es war somit Gelegenheit zu ausserordentlich lehrreichen Führungs aufgaben mit Marschbericht usw. geboten; Kartenlesen, Distanzschätzten wurden eifrig betrieben und zeitigten gute Resultate. Der Patrouillenlauf am Sonntag nachmittag, nach bestandenen Strapazen, legte Zeugnis ab von der Marschtechnik der Teilnehmer.

Es kann weder Sache dieser Arbeit sein, in Strategie zu machen, noch steht es mir zu, weitgehende Schlüsse über den Wert und die Nützlichkeit der einzelnen Disziplinen zu ziehen. Doch glaube ich, dem Leser gezeigt zu haben, dass der grossangelegte, unter Führung des Herrn Major Fred Heller, 1. Adjutant der 4. Division, gestandene Ausmarsch möglichst viel geboten und dauernde Werte im militärischen Können der Teilnehmer geschaffen hat.

Was hat der Ausmarsch gekostet? Die Bahnfahrt betrug pro Teilnehmer Fr. 10.—, total Fr. 660.—. Die übrigen Auslagen, als: Zubereitung des Nachtessens und des Frühstücks durch den Verein Fr. 80.—, Munition Fr. 28.80, Unterkunft in der Militärbaracke ca. Fr. 40.—, Diverses (Entschädigung an Feldprediger, Sanitätsmannschaft usw.) Fr. 100.—, beliefen sich auf rd. 250 Franken, im Total Fr. 900.—. Hieran vergütete der Verein ca. Fr. 480.—. Die Teilnehmer leisteten je Fr. 7.50 aus eigenen Mitteln. In Wirklichkeit übernahmen die Teilnehmer zur Erhaltung der militärischen Marschtechnik und zur Stärkung ihrer militärischen Kenntnisse, und um so dem Verein zu genügen, weit grössere Auslagen, wenn ich darauf verweise, dass die Verpflegung in der Hauptsache selbst mitgenommen werden musste, dass Auslagen dieser und jener Art nicht zu vermeiden sind. Man wird wohl einwenden, dass man zu Hause auch gelebt haben müsse. Zugegeben. Nur kann mit den Auslagen für die Verpflegung am Ausmarsch daheim die ganze Familie essen. Wir hatten bei den 66 Teilnehmern 35 Verheiratete und 31 Ledige. — Noch etwas ganz anderes! Am Ausmarsch haben 38 Mann teilgenommen, die, weil wir am Samstag früh abreisten, als selbständige Geschäftsleute, zum grösseren Teil als Berufssarbeiter, noch den Taglohn verloren. — Die zweitägige Rekognosierung ist durch zwei Offiziere und zwei Unteroffiziere in eigenen Kosten (Bahnfahrt, Nächtigung usw.) durchgeführt worden; diese sind mit Fr. 90.— äusserst bescheiden berechnet.

Es lag mir daran, ein Bild zu geben über die ganz erheblichen Leistungen, die der Verein und namentlich auch der Einzelne in finanzieller Hinsicht übernehmen

musste, um dem militärischen Zweck der Ausmärsche, um der militärischen Weiterbildung zu genügen.

Damit komme ich auf den Hauptpunkt meiner Ausführungen.

Wie fördert das Eidg. Militärdepartement die Ausmarschtätigkeit? In welchem Verhältnis stehen dessen Leistungen zu denen des Vereins und der Mitglieder?

Der Ausmarsch ist dem E. M. D. angemeldet worden; am 10. 5., bzw. 28. 6. 1930 wurde die Bewilligung zum Tragen der Uniform und der Ausrüstung erteilt. Die Ausmarschkommission gelangte an die Kriegsmaterialverwaltung mit dem Ersuchen um leihweise Abgabe von Blusen, Zelttüchern, Gletscherseilen und Pickeln. Nach Rückfrage der K. M. V. warum wir Seile und Pickel benötigen, trotz Einreichung des Marschprojektes, erhielten wir pro 20 Teilnehmer 2—3 Seile und 3 Pickel bewilligt. Es sei vermerkt, dass diese nicht absolut nötig waren; wir Luzerner aber sind Gebirgstruppen und sollten gebirgstüchtig sein. Bietet etwa ein W.K. Gelegenheit, in gebirgstechnischer Hinsicht etwas zu lernen? Das Gesuch um Abgabe von Zelttüchern wurde auch abschlägig beschieden. Aus den Beständen der Einheiten werde nichts abgegeben, bei den Zeughäusern stehe aus dem Instruktionsmaterial nichts zur Verfügung. Eine Absage, die uns schmerzte. Wir haben denn auch, als es auf der Höhe so «feierlich» regnete und als ein Schneesturm uns beim Abstieg vom Piz di Lucendro heimsuchte, nur ein «Lob» übrig gehabt für die fürsorgliche K. M. V. und über den praktischen Wert der Zelttücher, die im Zeughaus wenigstens trocken blieben. Was macht, wenn ein auf der Erhaltung militärischer Tüchtigkeit bedachter Unteroffizier auf einem Ausmarsch nass wird! Das erhöht die Marschtechnik und die Freude an fernerer Teilnahme! Das waren indessen Kleinigkeiten aus dem Boukett des Entgegenkommens durch die K. M. V. Wir bezahlten für die Benützung der Militärbaracke den runden Betrag von Fr. 40.—, wir sollten bezahlen für die leihweise Abgabe von 50 Exerzierblusen den Betrag von Fr. 70.—, also pro Bluse Fr. 1.40 nebst Fr. 1.50 Transportkosten. (Diese Sache ist Gegenstand eines Verfahrens auf dem Dienstweg.) Als wir aber, ordentlich durchnässt, bei noch ca. 13 Grad Wärme, das Strohlager aufsuchten und gerne eine der schön geschichteten Wolldecken mitnehmen wollten, sagte der Kantonementchef (und wir sahen, wie es ihm weh tat dabei): Halt, Kamerad, kostet Fr. 1.— per Stück! Das war zuviel. Nun, wir machten, was jeder andere auch getan hätte. Jeder Mann nahm eine Wolldecke, wickelte sich schön ein, schlief den Schlaf des Gerechten, war am frühen Morgen ausgeruht, faltete seine Wolldecke fein säuberlich zusammen und... hatte keine Wolldecke gebraucht. Wenigstens bezahlten wir, soviel ich weiß, dem Fortangestellten Fr. 20.— Wolldeckenbenützung. Würde man vernünftigerweise ca. 20 Rp. «Miete» verlangt haben, kein Mensch hätte sich aufgehalten, aber Fr. 1.—!!

Das soll genügen, meine Beobachtungen und meine Erfahrungen auf diesem und gut 15 andern Ausmärschen seit 1923 zu beleuchten, Erfahrungen genug, um noch etliche «Müsterchen» dieser Art des Entgegenkommens erzählen zu können.

Es ist tief bedauerlich für einen Vereinsvorstand, der es mit seinen Pflichten ernst nimmt, und für die aktiven Vereinsmitglieder, die mitkommen, zu sehen, wie das Militär, für das man auszieht, für das man die Strapazen auf sich nimmt, für das man Frau und Kind zu

Hause lässt, seinen Taglohn einbüsst, für das die Ausmarschkommission eine riesige Arbeit leistet, so wenig Entgegenkommen zeigt, Taglöhne seiner Funktionäre (Fortangestellter) verrechnet usw. Das tut weh! Ich wage die Feststellung, dass derartige Behandlung einen mächtigen Dämpfer aufsetzt; man überlegt sich die Frage: Wollen wir weiterhin arbeiten um der Armee willen, oft unter dem Gespött linksstehender Kameraden, in der Gefahr, in der Fabrik und auf dem Arbeitsplatz ausgelacht, gehöhnt und schikaniert zu werden durch «Genossen» und militärfeindliche Elemente, weil man zur Armee, weil man zum Vaterland steht? Entweder anerkennt man die ausserdienstliche Tätigkeit, insbesondere die Ausmärsche, als Mittel zur Erhaltung und Mehrung der militärischen Tüchtigkeit, dann zeige man seitens der massgebenden Instanzen das absolut nötige Entgegenkommen, wenn man Effekten, Militärbaracken, Ausrüstungsgegenstände fordert, oder man erachtet unser Streben und Wirken als «Stümperarbeit», als unnütz und lässt es uns wissen, dann sind wir die Arbeit los und treiben etwas anderes. Ob damit der Armee gedient ist, bleibe dahingestellt. — Da lobe ich mir die Gemeinden, bei denen wir ab und zu bei Ausmärschen Kantonnement beziehen, wenn gewärmt, mit reichlich Stroh versehene Schulzimmer bereit stehen, Gewehrrechen im Gange sich befinden, und kommt dann unser «Quartiermeister» mit Geld, heisst es: «Bezahlen»? Unsere Gemeinde würde sich wohl schämen, etwas anzunehmen. Ihr zieht aus für unsere Armee, ihr arbeitet für unser Vaterland. Recht so. Fahrt weiter mit dieser in heutiger Zeit wichtigen Arbeit. Wir aber wollen euch unterstützen wie wir können und freuen uns, euch mit dem Bereitstellen von Unterkunft etc. dienen zu können.» Oder dann wird eine so kleine Entschädigung verlangt, dass sie mehr als ein Trinkgeld gewertet werden kann.

Die Kriegsmaterialverwaltung nehme sich ein Beispiel!



#### Propaganda mit Hindernissen.

Der «Rote Jungsturm Zürich» hatte es kurz vor dem 1. August auf die Jungwehr abgesehen. Mit Aufrufen, betitelt «Der Jungwehrler» wohl versehen, suchten einige der roten Jünglinge die unsrigen bei der Kursarbeit auf der Allmend auf. Offenbar getrauten sich die Moskauer Sendlinge angesichts der Uebermacht jedoch nicht, die jungen Vaterlandsverteidiger in ihrer Arbeit zu stören. Sie erwarteten daher den Schluss der Uebung und den Weggang der Unteroffiziere, um ihre Scheibmaschinenzettel unter Entfaltung phrasenstrotzender Beredsamkeit an den Mann zu bringen. Die Jungwehrler nahmen den Segen entgegen und lasen einige Sätze des Inhalts der Flugblätter, in welchen abgedroschene Schlagwörter über Kapitalismus, Kanonenfutter und Arbeiterblut mit orthographischen und stilistischen Fehlern wetteiferten. Dann aber entledigten sie sich der Volksbeglücke auf prächtige Art: Wie auf

Verabredung waren die Gewehre beiseite gestellt, die Moskauer Jünglinge umringt und um ihre Propagandaschriften erleichtert. Zerrissen und in den Kot gestampft lagen einige Sekunden später die Erzeugnisse kommunistischer Journalistik umher, zur nicht geringen Ueberraschung und zum rechtschaffenen Aerger der mähnenbewehrten Propheten, die auf eine solch liebevolle Behandlung offenbar nicht gefasst waren. Die rassigen Zürcher Jungwehrler haben den Weg gewiesen, der auch von den Alten mit Vorteil einzuschlagen wäre, um mit den widrigen Demonstrationen, geboren aus ungezügelter Leidenschaft und bubenhafter Pöbelsucht, schnell und sicher aufzuräumen. M.

### Mitteilungen des Zentralvorstandes. Communications du Comité central.

#### 1. Kampfgericht Marschwettübungen.

Auf Grund von § 10 des Reglementes über die Durchführung von Marschwettübungen vom 17./18. Mai 1930 hat der Zentralvorstand das Kampfgericht für die Marschwettübungen der Wettkampfperiode 1929/32 wie folgt bestellt:

Präsident: Oberstlt. Flückiger, Hermann, Kdt. I.-R. 13, in Biel.

Mitglieder: Hptm. Eberhard, Hans, Kdt. Dep.-Kp. 111, Solothurn.

Hptm. Sulser, Hans, Kdt. Füs.-Kp. III/78, in Biel.

Hptm. Mügeli, Henri, Kdt. Füs.-Kp. III/21, in Neuchâtel.

Adj.-Uof. Stockmann, Jost, Luzern.

Feldw. Stierlin, Hermann, Schaffhausen.

Wachtm. Gubler, Ernst, Frauenfeld.

#### 2. Punktzahl für die Anerkennungskarte im Handgranatenwettkampf 1930.

Der Zentralvorstand hat die für die Erlangung der Anerkennungskarte im Handgranatenwettkampf 1930 notwendige Punktzahl auf **34 Punkte** festgesetzt.

Der Zentralvorstand.

#### 1. Jury pour les Concours d'exercices de marche.

Conformément à l'article 10 du règlement pour les concours d'exercices de marche du 17—18 mai 1930, le Comité central a nommé membres du jury pour la période de concours 1929—32 les officiers et sous-officiers suivants:

Président: Lieut.-Colonel Hermann Flückiger, Cdt. R. J. 13, à Bienn.

Membres: Capitaine Hans Eberhard, Cdt. Cp. Dép. 11, à Soleure.

Capitaine Hans Sulser, Cdt. Cp. fus. III/78, à Bienn.

Capitaine Henri Muggli, Cdt. Cp. fus. III/21, à Neuchâtel.

Adj.-s. off. Jost Stockmann, à Lucerne.

Serg.-major Hermann Stierlin, à Schaffhouse.

Sergent Ernest Gubler, à Frauenfeld.



Neue Modelle über  
gutsitzende, dem  
Schweizer - Fuss  
angepasste Formen

*Löw-*