

**Zeitschrift:** Schweizer Soldat : Monatszeitschrift für Armee und Kader mit FHD-Zeitung  
**Herausgeber:** Verlagsgenossenschaft Schweizer Soldat  
**Band:** 50 (1975)  
**Heft:** 10  
  
**Rubrik:** Termine

### **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:** 10.01.2026

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

## Oktober

19. Kriens (UOV)  
Krienser Waffenlauf

## November

15. Olten (SUOV)  
Kurs für Öffentlichkeitsarbeit  
15./16. SVMLT Sektion Zentralschweiz  
17. Zentralschweizer Distanz-  
marsch nach Malers LU

## Dezember

- 1.—6. Davos (SV-RKD): Langlauf-Woche

## 1976

## Januar

- 24./25. Rotenfluh/Ibergereg  
Winter-Mannschaftswettkämpfe  
des UOV Schwyz  
25. Samedan (UOV Oberengadin)  
6. Militär Ski-Einzellauf  
mit Schiessen

## März

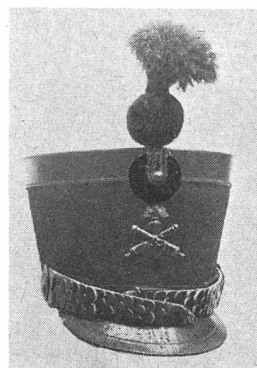
27. Hochdorf LKUOV  
Delegiertenversammlung  
28. 3. bis  
13. 4. Studienreise Israel des SBZ

## April

24. Zug (UOV)  
8. Marsch um den Zugersee  
24./25. Spiez  
8. General-Guisan-Marsch



Helm mit Mähne eines Offiziers des freiwilligen Reiterkorps. Ordonnanz von 1810. Alle Metallteile gelb. Federstutz und Mähne schwarz. Aquarell von Hans Wilhelm Harder. Historische Sammlung des Museums zu Allerheiligen, Schaffhausen, kopiert von A. Pochon.



Tschako eines Scharfschützen, zwischen 1840 und 1844. Alle Metallteile gelb. Kokarde: innen schwarz, aussen grün. Ehemalige Sammlung Henri Pelet.



Tschako eines Artilleristen, um 1830. Gelbe Metallteile. Kokarde: innen schwarz, aussen grün. Gänse, Pompon und Flamme scharlachrot. Ehemalige Sammlung Henri Pelet.



Reiterhelm mit schwarzer Bürstenmähne eines reitenden Jägers. 1846/47. Gelbe Metallteile. Kokarde: innen schwarz, aussen grün. Historisches Museum im Schloss Thun.

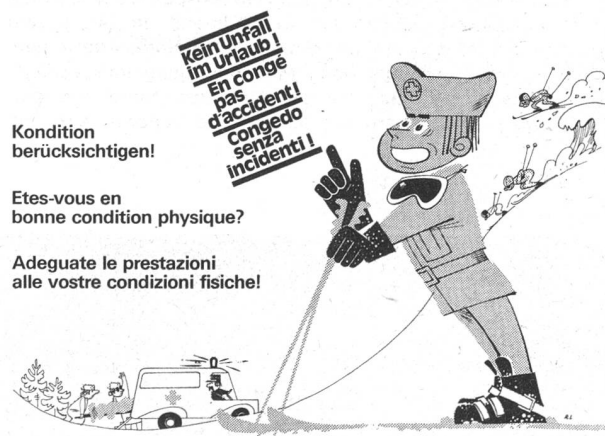
## Skifahren

Jeder Wehrmann ist bestrebt, seinen Urlaub so erholsam und vergnüglich wie möglich zu verbringen. Bei der Auswahl seiner Freizeitbeschäftigung hilft ihm ein grosses Angebot von Veranstaltungen und Zerstreuungsmöglichkeiten. Eine davon ist zum Beispiel das Skifahren. Doch obwohl es der Gesundheit im allgemeinen sehr zuträglich ist, so ganz gefahrlos ist es nicht. Dies geht schon daraus hervor, dass die Zahl der Skiunfälle von Jahr zu Jahr ansteigt.

Viele dieser Unfälle sind auf mangelnde Vorbereitung zurückzuführen. Körperliches Training, mit dem schon im Herbst begonnen werden muss, ist die Voraussetzung für unfallfreies, Genuss bereitendes Skifahren. Dieses Training soll aber, um fit zu bleiben, während der ganzen Saison weitergeführt werden. Die meisten Wehrmänner werden ihr Skitraining während der Militärdienstzeit unterbrechen müssen. Trotzdem möchten sie im Urlaub nicht auf das Vergnügen des Skifahrens verzichten. Das müssen sie auch nicht, denn auch weniger fitte Fahrer brauchen nicht zu verunfallen, sofern sie sich dieses Mangels bewusst sind und sich nicht zuviel zumuten. Schnelles Fahren sowie schwierige und lange Abfahrten sind in diesem Falle zu vermeiden. Zudem soll die Zahl der Abfahrten beschränkt werden.

Eine weitere Unfallursache ist die starke Ermüdung des Körpers. Wem also die zum Teil ungewohnten Anstrengungen des Militärdienstes zu stark zugesetzt haben, verzichtet besser auf das Skifahren während desurlaubes. Ein übermüdeten Körper ist nämlich ausserstande, saubere und kontrollierte Bewegungen auszuführen. Dieser Umstand erhöht die Sturz- und damit selbstverständlich auch die Unfallgefahr beträchtlich.

Aber auch äussere Ursachen können zu Unfällen führen. Da ist einmal das Fahren in unbekanntem Gelände. Hier empfiehlt es sich, die ersten Abfahrten in mässigem Tempo zurückzulegen, damit man sich kritische Stellen merken und seine Fahrweise diesen anpassen kann. Natürlich



müssen auch die Schneeverhältnisse berücksichtigt werden. Fahren in nassem, pappigem Schnee oder Bruchharsch ist zum Beispiel gefährlicher und bedingt ein anderes Verhalten als wenn man die Abfahrten in leichtem Pulver oder im Sulzschnee geniessen kann. Zu guter Letzt muss auch die Ausrüstung in Ordnung sein. Eine Sicherheitsbindung zum Beispiel nützt nur dann etwas, wenn sie sich im entscheidenden Moment auch löst. Deshalb muss von Zeit zu Zeit ihre Einstellung und Funktionstüchtigkeit überprüft werden.