

**Zeitschrift:** Schweizer Soldat + MFD : unabhängige Monatszeitschrift für Armee und Kader mit MFD-Zeitung

**Herausgeber:** Verlagsgenossenschaft Schweizer Soldat

**Band:** 70 (1995)

**Heft:** 2

**Rubrik:** Militärsport

#### **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:** 12.01.2026

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



Mit dem Infrarot-Beobachtungs- und Zielgerät zum Sturmgewehr 57 kann man auch bei vollständiger Dunkelheit zielen und treffen.

Häuslenen im scharfen Schuss eingesetzt. Es wurde geübt und korrigiert, und schliesslich fand bei vollständiger Dunkelheit ein eigentliches Schützenfest statt, bei dem hart um Treffer und Ränge gekämpft wurde. Folgende ausserdienstlich tätigen UOV-Mitglieder waren die erfolgreichsten «Nachtschützen»:

1. Roland Rindernknecht, Hettwil, 92 Pt.
2. Ernst Gerber, Bettwiesen, 92 Pt.
3. Marc Hungerbühler, Amriswil, 92 Pt.
4. Erich Wehrli, Stettfurt, 85 Pt.
5. Markus Hediger, Ermatingen, 83 Pt.
6. Kaspar Gubler, Frauenfeld, 83 Pt.

Patrouillenwettkampf um einen Nationencup der CISM integriert. Die Einladung hiefür erfolgt über das Eidg Militärdepartement.

Das Besondere an diesen Militärwettkämpfen (AdAs, GzW, FWK, Polizei und ähnliche Org) mit Mannschafts- und Einzelwertung ist die internationale Besetzung, nehmen doch regelmässig Patrouillen aus 8 bis 10 Nationen teil. Allein dies zeigt die spannungsgeladene internationale Atmosphäre, die sich jedem Wettkämpfer im Rahmen dieses internationalen Treffens anbietet. Tausende von Zuschauerinnen und Zuschauern, Begleitpersonen und Gäste fieben am Start, auf der Strecke und am Ziel mit und verleihen dem ganzen die berühmte aussergewöhnliche Bieler 100-km-Lauf-Atmosphäre.

Eine perfekte Organisation sowie eine umfassende Betreuung während der Wettkämpfe sichert jedem ein einmaliges Erlebnis in Biel zu. Am Start in Biel steht eine preisgünstige Kollektiv-Unterkunft mit Verpflegung ab Mittwoch, 7. Juni bis Sonntag, 11. Juni 1995 zur Verfügung.

**Meldeschluss: 8.5.1995**

**Auskunftsstellen:**

- OK 100-km-Lauf von Biel, Postfach 437, 2501 Biel
- Sekretariat Mil Wettkämpfe, Major Christen Roland, Amt für Zivilschutz, Schermenweg 5, 3001 Bern, Tel. 031 634 24 38/11, Fax 031 634 22 44



Eine individuell zusammengestellte Wintertrainingswoche in S-chant oder Langlauf ohne Schnee

**Erfolgreicher Skipatrouillenführerkurs der F Div 6 – wie der Schnee dann doch noch kam**

Ein Hauptziel des vom Sportof Major Hugentobler geleiteten Skipatrouillenführerkurses ist die Vorbereitung von Patrouillenführern für die alljährlichen Wintermannschaftswettkämpfe. 1995 werden diese am 25. Februar in Urnäsch durchgeführt. Weitere Schwerpunkte bilden gemäss Major Hugentobler die Leistungskomponente, die Förderung der körperlichen Leistungsfähigkeit, das Schiessen, die Gruppenführung und nicht zuletzt die Kameradschaft. Die Kursleitung war nun bei den diesjährigen Vorbereitungen vor die nicht einfache Aufgabe gestellt, diesen Kurs ohne Schnee durchzuführen und dabei die genannten Rahmenbedingungen einzuhalten. Und das ist ihr mit Bravour gelungen. Thomas Mörgeli als Technischer Leiter hat mit seinem Team ein Programm zusammengestellt, das jedem der 120 Teilnehmer gerecht wurde.

**Dem Licht der Hoffnung Sorge tragen...**

Der Sonntagnachmittag diente der Höhen- und Kameradenakklimatisierung; bei Stretching, Hallenhockey und -fussball lernte man sich gegenseitig sehr schnell kennen. Am Abend erinnerten Feldprediger Roman Wermuth die Teilnehmer daran, dass viele Lichter in unserem Leben brennen. Plötzlich erlöste das Hallenlicht und nur noch Kerzenlicht brannte. Einem Licht, so Roman Wermuth, müssen wir Sorge tragen, dem Licht der Hoffnung.

**Gian Gilli brachte Teilnehmer ins Schwitzen**

Für die Morgenthemen hat sich der Kurs gedrittelt und in folgende Themen aufgeteilt: Hip-Hop, Stretching, Rollski, In-Line-Skating, Imitationstraining, Aqua Total, Lungenfunktions- und Flinten-Cup. Nach dem Imitationstraining mit Gian Gilli, Ex-Trainer der Langlauf-Nationalmannschaft, freuten sich viele Teilnehmer auf das anschliessende Aqua-Total im Hallenbad. Jene, die den angekündigten Schnee nicht erwartet hatten, zogen am Nachmittag auf einer Loipe am Albulapass ihre Runden. Nun trafen auch diejenigen ein, die in Zernez zu einem Long-Jog gestartet waren oder am Nachmittag das In-Line-Skating unter professioneller Leitung von Gian Gilli lernten.

**Endlich Schnee**

Am Dienstagmorgen war es endlich weiss. Eine zarte Schneeschicht von 10 bis 15 Zentimeter überzog das Engadin.

Von nun an hieß es Langlauf total. Alle Wachstips wurden umgesetzt, die Läufer waren auf den Schnee eingestellt und die Klassenlehrer besammelten ihre Gruppen zur Orientierung. Die VW-Busse wurden



umprogrammiert und führten die Teilnehmer nach Pontresina, Stätzerwald oder sonstwo an den Loipenrand. Klassisch oder Skating – eine Spur war bereits vorhanden und es konnten Bewegungsabläufe trainiert werden.

**Auch an den Puls wurde gedacht**

Damit jeder Teilnehmer sein Training selbst überwachen kann, standen 50 Pulsmessgeräte zur Verfügung. So konnte jederzeit die aktuelle Herzbelastung am Arm abgelesen werden.

Man sieht und spürt es, die Kursleitung hat wirklich auch an Details gedacht. Allein die 17 Wahlthemen erforderten eine entsprechende Vorbereitung hinsichtlich Material- und Raumbereitstellung. Die Teilnehmer dankten es mit einer tollen Stimmung, einer überdurchschnittlichen Motivation und vielen Komplimenten. Den Daheimgebliebenen kann man da nur noch sagen: «Da habt Ihr etwas verpasst!»

A. Bergmann



Internationaler Vier-Tage-Marsch Nijmegen/NL

**Neuer Video-Film über das Schweizer Marschbataillon**

Von Oberst B. Hurst, Chef SAT, Bern

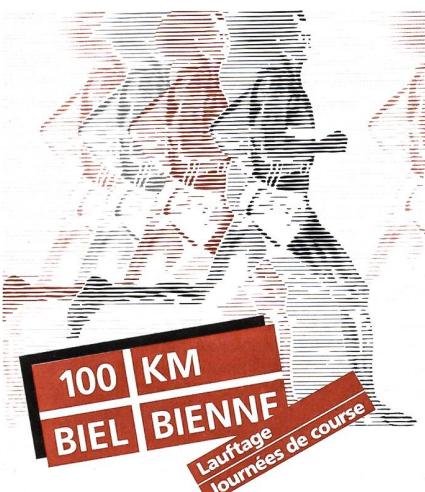
Im Rahmen einer Produktion über die ausserdienstlichen Tätigkeiten hat eine Equipe des Armeefilmdienstes 1993 auch in Nijmegen Aufnahmen gemacht. Aus diesem Filmmaterial wurde in der Zwischenzeit ein Video zusammengeschnitten. Die Neuerscheinung ist ab sofort unter dem Titel «Internationaler Vier-Tage-Marsch Nijmegen» und der Bestellnummer «VP 334» Armeefilmdienst, 3003 Bern, erhältlich.

Damit verfügen die Interessierten über ein optimales Werbemittel, neue Mitglieder der bereits bestehenden zivilen Marschgruppen zu gewinnen oder die Bildung neuer Marschgruppen aus militärischen Formationen zu ermöglichen und allfällige «Holland-Kandidaten und Kandidatinnen» mit Bild und Ton dazu zu animieren, von der einmaligen Vier-Tage-Atmosphäre nicht nur zu träumen, sondern sich auch persönlich diesem Härtetest zu unterziehen.

Im Hinblick auf den 79. Marsch vom 18. Juli bis 21. Juli 1995 gelten, kurz gesagt, die folgenden Kriterien, welche für eine Teilnahme zu erfüllen sind:

- Das Schweizer Marschbataillon setzt sich aus Marschgruppen mit mindestens zwölf Teilnehmern inklusive einem Betreuer zusammen. Die Zusammensetzung der Gruppen (weibliche und männliche AdA) ist frei.
- Die Gruppen marschieren in Nijmegen ausschliesslich in der Militärkategorie (4x40 km).
- Es dürfen nur Teilnehmer(innen) gemeldet werden, welche:
  - der Armee angehören (RS bestanden) oder ihr angehört haben;
  - für den Marsch im Gruppenverband sehr gut trainiert sind (individuelle Leistungsfähigkeit garantiert nicht unbedingt Bewährung im Gruppenmarsch).
- Der Marsch erfolgt in Uniform (TAZ 90), ohne Waffe, mit 10 kg Gepäck; weibliche AdA jedoch ohne Gewichtslimite.

## MILITÄRSPORT



### Int Militärwettkämpfe – 100-km-Lauftage Biel/Bienne Schweiz

Neben dem weltweit bekannten 100-km-Lauf für Zivilteilnehmer, an dem mehr als 3000 Läuferinnen und Läufer aus über 20 Nationen starten, gilt der **militärische 100 km (3 Teilstrecken) Patrouillenlauf** (2er Patr) als die «Patrouille des glacières» der **100-km-Militärwettkämpfe**. Dieser Patr Wettkampf um den 100-km-Military-Cup der Offiziersgesellschaft Biel-Seeland stellt eine der höchsten Anforderungen und erfordert von allen Teilnehmern eine gründliche Vorbereitung und grosses Durchstehvermögen.

Neu wurde in das Laufprogramm der **internationale Militärmarathon** aufgenommen, bekannt auch als Nachtmarsch, der ebenfalls mit dem Hunderterlauf von Biel nach Brunnenthal über die klassische Marathonstrecke von 42,195 km führt. In diesem Marathon ist ein CISM (Conseil International du sport militaire)

- Jede Gruppe hat ein minimales Marschtraining im Gruppenverband von 300 km zu absolvieren. Das Bestehen des Zwei-Tage-Marsches in Bern in der Militärkategorie ist für jeden Teilnehmer obligatorisch.
- Die Teilnahme ist unbesoldet. Die Kosten für die Hin- und Rückreise, das Startgeld sowie ein bescheidener Beitrag an die Verpflegung gehen zu Lasten der Teilnehmer. Die Unterkunft ist gratis.
- Die Teilnehmer sind gegen Unfall und Krankheit bei der Militärversicherung versichert.
- Die offizielle Ausschreibung zur Teilnahme am 79. Internationalen Vier-Tage-Marsch erfolgt zu Beginn des Jahres 1995. Allfällige Interessenten können diese Unterlagen beim
- Stab der Gruppe für Ausbildung, Sektion ausserdienstliche Tätigkeit, 3003 Bern** anfordern. Telefonische Auskünfte sind jederzeit über die Nummer 031 324 2416 (Sekr SAT) erhältlich. Den bisherigen Marschgruppen werden die Ausschreibungen automatisch zugestellt.



### Die Thurgauer Leuen marschieren auch 1995

Von Wm Heinz Ernst, Balterswil

An der kürzlichen Mitgliederversammlung der Marschgruppe Thurgauer Leuen wurde für das Jahr 1995 ein abwechslungs- und anforderungsreiches Tätigkeitsprogramm beschlossen. Im In- und Ausland werden die wichtigsten Marsch- und Wanderveranstaltungen besucht. Die Trainings finden im Thurgau und den angrenzenden Gebieten statt.

Den Saisonauftakt bilden gleich drei Märsche im Herzen der Schweiz, nämlich am 8. April der Nidwaldner Jubiläums-Sternmarsch nach Stans, am 23. April der General-Guisan-Marsch in Spiez und am 29. April der Marsch um den Zugersee. Am 13./14. Mai folgt dann der Schweizerische Zwei-Tage-Marsch in Bern als Ausdauerprüfung mit erhöhten Anforderungen. Nachher sollte der Trainingsstand



der Thurgauer Leuen soweit sein, dass sie sich gut gerüstet an die drei Ausland-Starts wagen können, das heisst im Mai an die Marcia Internazionale in Malnate (Varese/Italien), am 17. Juni an den Rosenmarsch in Ferlach (Kärnten/Österreich) und vom 18. bis 21. Juli im Rahmen des Schweizerischen Marschbataillons an den Internationalen Vier-Tage-Marsch in Nijmegen (Holland).

Nach den Sommerferien werden die Thurgauer Leuen einen Abstecher ins Appenzellerland wagen und sich dort den ersten Witz-Wanderweg der Schweiz zu Gemüte führen. Am gleichen Tag wird die ehemalige Festung Heldsberg bei St. Margrethen besucht. Die herbstlichen Höhepunkte werden am 23./24. September der Bündner Zwei-Tage-Marsch von Chur nach St. Luzisteig und zurück sowie am 4. November der Zentralschweizer Distanzmarsch nach Ermensee (LU) bilden. In diese offiziellen Marschveranstaltungen werden Trainingsmärsche im Thurgau und den angrenzenden Gebieten eingestreut. Teilnahmeberechtigt bei allen Anlässen sind nicht nur die Thurgauer Leuen, sondern auch die Mitglieder des Thurgauer Wehrsportvereins sowie weitere Marsch- und Wanderfreunde. Interessentinnen und Interessenten melden sich bitte bei Heinz Ernst, Buchenstrasse 6, 8362 Balterswil, Telefon und Fax 073 43 3115.

### Handbuch «Werbung im Sportverein»

**Gute und erfolgreiche Werbung ist ein grosses Anliegen vieler Vereins- und Clubverantwortlicher. Als Hauptproblem erweist sich meist die einfache und kostengünstige Gestaltung und Produktion von PR- und Werbemitteln für eine Veranstaltung.**

Diesem Anliegen trägt das Handbuch «Werbung im Sportverein» Rechnung. Es soll als Anleitung zur Herstellung jener Werbemittel dienen, die sich in der Praxis bewährt haben, und es soll Veranstaltern ermöglichen, mit einfachen Mitteln wirkungsvoll auf ihren Anlass hinzuweisen.

Das Handbuch ist als Arbeitsinstrument konzipiert. Der Inhalt ist in drei Kapitel gegliedert. Der **erste Teil** enthält eine Übersicht der geeigneten Werbemittel für einen Sportverein, mit detaillierten Hinweisen zur Gestaltung, Produktion und Streuung.



Der **zweite Teil** enthält Anwendungsbeispiele, die mit Elementen der grafischen Vorlagen aus dem Handbuch gestaltet worden sind.

Der **dritte Teil** schliesslich lädt ein, nach Lust und Laune Signete, Cartoons, Zeichnungen usw. auszuschneiden und damit Plakate, Inserate, Flugblätter, Vorträge, Vereinshefte und andere Werbeträger zu illustrieren.

Das Handbuch «Werbung im Sportverein» kann in deutscher und französischer Sprache zum Preis von Fr. 10.– beim Schweizerischen Landesverband für Sport, Ressort Breitensport, Postfach 202, 3000 Bern 32 oder per Telefon 031 359 7111 bestellt werden.



Wintertrainingswoche der Ostschweizer Soldaten

### Kein Schnee – aber das Alternativprogramm begeisterte

Die Wintertrainingswoche der Ostschweizer Felddivision 7 in Andermatt gelingt trotz apener Loipen zum vollen Erfolg. Die Kursleitung reagierte auf den Schneemangel mit einem abwechslungsreichen Alternativprogramm.

Wegen der fehlenden Trainingsmöglichkeiten auf Schnee wurden Rollski bereitgestellt. Das schöne Wetter sowie die trockenen und wenig befahrenen Strassen verschafften den rund 100 in 13 Leistungsklassen aufgeteilten Soldaten fast ebenso ideale Bedingungen wie auf schneedecktem Gelände. Die Teilnehmerzahl bewegte sich im Rahmen des Vorjahres.

So sagte Major Josef Fässler, Kdt des Kurses: «Es hat mich positiv überrascht, dass trotz der ungünstigen Bedingungen so viele Armeeangehörige am Kurs teilnehmen. Ich habe mit viel mehr Abmeldungen gerechnet. Trotz der ungünstigen Vorzeichen wollte ich den Kurs unter allen Umständen durchführen.» Der Trainingskurs dient auch zur Vorbereitung auf die Winter-Divisionenmeisterschaften am 25. Februar in Urnäsch/Schwägalp (Patrouillen).



Der aus Klingenber TG stammende **Willi Fehlmann** (34) ist zum 9. Male in Andermatt dabei. «Ich kann sehr viel von den ausgewiesenen Klassenlehrern profitieren. Das zeigt sich gerade jetzt darin, dass ich als Anfänger auf den Rollski keinerlei Mühe damit bekundete», befand der Agro-Kaufmann. Willi Fehlmann lobt die Kameradschaft und sagt, dass es «wie an einer privaten Trainingswoche zugeht».

Wegen des fehlenden Schnees habe er sich die kurzfristige Absage schon überlegt, es nun aber nie bereut, trotzdem gekommen zu sein. «Das Alternativ-Programm hat mich sehr positiv überrascht. Das Klettern und der Stretching-Kurs sprachen mich besonders an.» Der Grenadier-Korporal ist regelmässiger Teilnehmer an den Divisionsmeisterschaften und kam 1988 im Patrouillenwettkampf auf Rang 2.

### Erstmals J+S-Leiterkurs

Das Alternativ-Programm bot viel: Die Wehrmänner konnten klettern, einen Kraftraum benutzen, Aerobic-Kurse besuchen, Badminton spielen und weitere Hallensport betreiben. Für je einen halben Tag wurden die Sportler auf die Oberalp und ins Witenwassertal gefahren, um doch noch in Schneekontakt zu kommen. Erstmals fand im Rahmen des Skilanglauf-Kurses zudem ein J+S-Leiterkurs statt. Und auch Schiessen unter Wettkampfbedingungen war möglich, anstatt mit den Langlaufski trafen die Patrouillen im Laufschritt am Schiessstand ein.

### Conconi-Test

Um die Fähigkeiten im Ausdauerbereich zu überprüfen, wurde Mitte Woche zudem der Conconi-Test durchgeführt. Dafür reiste der Sportwissenschaftler Thomas Held, leitender Sportarzt an der Eidgenössischen Sportschule in Magglingen, mit vier Helfern an. Die Ergebnisse zeigten, dass sämtliche Teilnehmer im Konditionsbereich überdurchschnittliche Werte haben, der eine oder andere Läufer mitunter aber die Trainingsintensität etwas übertreibt.

### Freiwillige Teilnahme

Wie immer nehmen die Soldaten freiwillig an der Trainingswoche teil. Ihr Arbeitgeber erhält zwar den Erwerbsersatz, im Prinzip muss aber jeder eine Ferienwoche abbuchen. Trotz der Armeereform werden auch im kommenden Jahr sowohl im Winter als auch im Sommer ausserdienstliche Trainingswochen angeboten.

pd

## MILITÄRBETRIEBE

### EMD baut Sozialplan aus

Der Bundesrat hat zustimmend Kenntnis genommen vom erweiterten Sozialplan des Eidgenössischen