

**Zeitschrift:** Schweizer Soldat : Monatszeitschrift für Armee und Kader mit FHD-Zeitung  
**Herausgeber:** Verlagsgenossenschaft Schweizer Soldat  
**Band:** 16 (1940-1941)  
**Heft:** 50

**Artikel:** Im Trainingslager einer Brigade  
**Autor:** [s.n.]  
**DOI:** <https://doi.org/10.5169/seals-713160>

### **Nutzungsbedingungen**

Die ETH-Bibliothek ist die Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften. 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. [Siehe Rechtliche Hinweise.](#)

### **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. [Voir Informations légales.](#)

### **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. [See Legal notice.](#)

**Download PDF:** 01.04.2025

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

tief fundierten Anlagen nur einige Zentimeter, da das Gewicht selbst kleinerer Bunker schon mehrere hundert Tonnen beträgt und eine derartige im Erdboden steckende Masse durch die kurz wirkende Explosion auch schwerer Bomben nicht stark verschoben werden kann.

Die Erschütterungen im Innern der Anlage sind bei Volltreffern mit Brisanzbomben sehr stark, doch scheinen Schädigungen bei den Mannschaften erst aufzutreten, wenn Teile der Anlage direkt zerstört werden. Vorher auftretende Schädigungen durch Druckerhöhung im Innern sind kaum denkbar, wenn nicht durch zu große Scharten der Luftstoß direkt in den Kampfraum wirken kann. Selbst bei lokaler Beschädigung der Wände oder Decken bleibt der Druckstoß im allgemeinen unter dem Maß, welcher zur Schädigung des Trommelfeldes oder gar der übrigen Organe führt. Es wird somit lediglich eine Frage von Disziplin und Kampfgeist der Truppe sein, ob sie im-

stande ist, betonierte Anlagen bis zur Zerstörung derselben zu halten, oder ob sie sich unter der Einwirkung von Brisanzbomben zur frühzeitigen Aufgabe derselben verleiten läßt.

Zusammenfassend kann somit über die Einwirkung von Brisanzbomben auf betonierte Anlagen gesagt werden:

1. Die Wirkungsweise der Brisanzbombe weicht infolge geringerer Durchschlagskraft und höherer Sprengladung von derjenigen der Artilleriegeschosse ab.
2. Der Schutz betonierter Anlagen gegen Brisanzbomben bedingt hingegen keine wesentlich andern Dimensionen oder Konstruktionsmethoden als diejenigen, welche gegen schwere Artillerie üblich sind. Es ist lediglich der Gesamtbeanspruchung der Anlage erhöhte Aufmerksamkeit zu schenken.
3. Betonierte Anlagen werden bei Angriffen mit Brisanzbomben nicht

rascher unhaltbar, als bei Beschuß mit schwerer Artillerie, da weder ein Zudecken der Scharten mit Erdmaterial noch eine Beschädigung der Mannschaft durch die Erschütterungen besonders zu fürchten ist.

Wenn also häufig Brisanzbomben an Stelle der schweren Artillerie verwendet werden, so ist dies nicht der Fall, weil damit in technischer Beziehung neue Wirkungen erzielt werden, sondern weil Flugzeuge einen besonders raschen und beweglichen Einsatz gestatten und Stellungen bombardiert werden können, welche beispielsweise in den Bergen durch schwere Artillerie nur schwierig und mit großem Zeitverlust bekämpft werden können. Den Vorteilen eines Angriffs mit Brisanzbomben stehen aber bedeutende Nachteile gegenüber, indem die Treffgenauigkeit auf Anlagen, die mit guter Fliegerabwehr versehen sind, eine beschränkte ist und ferner sämtliche Felskavernen praktisch mit Fliegerbomben unangreifbar sind.

## Im Trainingslager EINER BRIGADE

Seit bald 2 Monaten finden die **Trainingsleiterkurse** einer Brigade statt. Die Kurse dauern jeweils zirka 10 Tage und führen praktisch und theoretisch in das **Armeeturnen**, das **Sportabzeichen-Training**, den **Mehrkampf** ein. Die Teilnehmer werden vor allem in **methodischer** Hinsicht instruiert, so daß sie nachher selbständig das gesamte Turnen in ihrer Einheit leiten können.

Das Trainingslager ist eine eigentliche **Trainingskompanie**, deren Bestand je nach der Anzahl der im Dienst stehenden Einheiten zwischen 60 und 100 wechselt. Der Kdt. ist zugleich Sportoffizier der Brigade.

Der Tagesbefehl enthält Arbeit von 0530—0700, 0815—1200, 1415—1815. In organischem Wechsel folgen sich Training, Theorie, Prüfungen, Vorführungen.

Die **Theorien** betreffen die verschiedenen Reglemente (Turnen in der Armee, Sportabzeichen, Armeemeisterschaften), die ärztliche Ueberwachung des Trainings, Massage, Methodik des Trainings. Pro Kurs werden einmal die Sport- und Armeefilme des AFD vorgeführt.

Wenn auch die **Disziplin** fast rekrutenschulmäßig ist, so herrscht doch eine prächtige Stimmung. Täglich gibt es eine halbe Stunde **Singen**. Aber auch das rein Soldatische wird nicht vernachlässigt. Denn erste Anforderung für den Trainingsleiter bleibt, daß er ein ausgezeichneter Soldat ist.

Die Teilnehmer müssen weit mehr

leisten, als bloß die **Sportabzeichenprüfungen** ablegen. Trainiert werden sie in folgenden Disziplinen: 80-, 100-, 400-, 10,000-m-Lauf; Weit- und Hochsprung; Kugel- und Steinstoßen; Speer- und Diskuswerfen; 50- und 800-m-Schwimmen; 1- und 20-km-Radfahren; Karabinerschießen auf 300 m; 35-km-Marsch.

Das Hauptgewicht der Kurse liegt in der **Methodik des Trainings** und der Prüfungsabnahme. Die technische Seite interessiert hier also mehr als die eigentliche Leistung. Die Kursteilnehmer müssen später in ihren Einheiten das Training leiten können.

Machen wir einmal einen Rundgang bei den verschiedenen Uebungsgruppen auf dem Sportplatz. Hier wird der Start zum **Kurzstreckenlauf** geübt: in Dreiergruppen arbeiten die Leute abwechselungsweise unter der Kontrolle des Spezialisten. Unablässig werden die Fehler gezeigt und korrigiert, und zwar vom größten bis zum kleinsten.

Bei den **Sprüngen** illustriert gerade der Klassenlehrer die Phasen des **Weitsprunges** mit Beispielen aus andern Disziplinen: «Der erste Teil des Anlaufes ist ein Kurzstreckenlauf, der uns auf unsere Maximalgeschwindigkeit bringen soll, dann folgt zwischen Schrittmarke und Balken die Vorbereitungsphase auf den Sprung mit vollständigem Abrollen des Fußes. Der Aufsprung kann mit einem Stabhochsprung verglichen werden: Stab ist dabei das Sprungbein, der erste Teil des Sprun-

ges ist ähnlich einem Skisprung, wobei Brust und Oberkörper in die Höhe müssen, die Beine dann nachgezogen werden, beim Aufspringen soll durch ein «Kreuzwicker» das «Absitzen» vermieden werden.» (Bild 1.)

Ein weiterer Spezialist zeigt einen **Kugelstoß** in der Zeitlupe. Schaut, wie sich der Körper zusammenschraubt, das Vorderbein streckt, dann Hüfte, Schulter, Arm, Finger die Kugel zugleich kraftvoll und leicht werfen. Nebenbei führt man Anfänger in das **Diskuswerfen** ein. Der Lehrer nimmt sich persönlich jeden Schülers an, hält das Vorderbein gestreckt, drückt die Hüften durch und legt den Diskus in der Hand zurecht. (Bild 2.)

Im **Schwimmen** finden wir gerade eine Gruppe beim Ueben der Wende. Jeder Schwimmer hat die 4 Hauptphasen mehrmals beobachtet und versucht sie nun zu erlernen: Heranschwimmen, Drehen wie ein Fisch an der Wand eines Aquariums, Bereitmachen zum Abstoßen und Uebergehen in das Schwimmtempo.

Der **35-km-Marsch** ist die längste und ermüdendste Prüfung, gilt es doch die Distanz in kleinen Patrouillen von 3—5 Mann, mit Feldtenue, Waffe, Helm, Brotsack im 6-km-Tempo zu bewältigen. In jedem Kurse wurde die Aufgabe auf eigene Art gelöst. Die einen machen einen Wetfmarsch oder -Rennen, so daß der Distanzrekord 3 Stunden 50 Minuten beträgt! Andere

ziehen es vor, in forschem Marschtempo davonzuziehen. Im vierten Kurs warteten sich einige Patrouillen nach dem Start und sangen Lied an Lied

während 33 km! Aber alle kommen dennoch leicht innert 6 Stunden durchs Ziel.

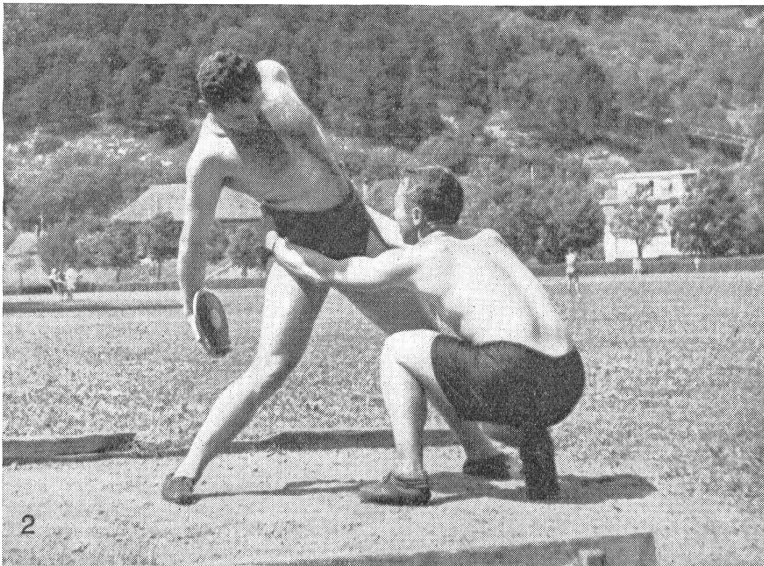
Das Turnprogramm wird durch häu-

figes Ueben geradezu «assimiliert». Man verlangt von jedem Kursteilnehmer, daß er die 9 Freiübungen fehlerfrei und in nur einmaliger Vorführung durchturnt. Wem die Sache leicht scheint, probiere mal: es braucht gewiß viel Energie und Konzentration bis ein Unteroffizier, der das Turnprogramm kaum kannte, die Sache so beherrscht!

Voranehend und parallel zum Sportabzeichentraining wird auch das ganze Armeeturnen durchgearbeitet. Anregende Uebungen, das Turnprogramm, die freien Uebungen, Kampfsportspiele werden theoretisch erläutert und praktisch durchgeführt. Pro Kurs sind 3—4 Stunden für Hallenturnen reserviert, damit die Leute auch die Turngeräte zum Konditionstraining gebrauchen lernen.

Schließlich umfaßt das Kursprogramm noch theoretische und praktische Einführung in den Mehrkampf. Es wird fast ausschließlich Infanterievierkampf getrieben. Jeden Tag finden Zielübungen auf die olympische Mannscheibe statt; am Ende des Kurses wird dann auch scharf geschossen. Das Training für den 4-km-Geländelauf fällt mit dem des 10-km-Laufes zusammen. Für das Studieren und Trainieren des Hindernislaufes sieht der Tagesbefehl mehrere Stunden vor. Jedes Hindernis wird einzeln genommen. Besonders genau kommt das Handgranatenwerfen daran. Schließlich gibt es die vollständige Kampfbahnprüfung. — Das Schwimmen ist unser Sorgenkind, denn unsere Soldaten können wenig und schlecht schwimmen. Gewöhnlich trainiert man morgens von 1030—1145 und nachmittags von 1600—1700. Die Fortschritte sind erstaunlich: die Leute lernen in 10 Tagen mehr als in 5—6 Jahren normalen «Badens».

Jede Einheit wird bald 6—10 Trainingsleiter haben, die der Sportoffizier sehr gut gebrauchen kann. Hoffen wir, daß sich bald überall Armeeturnen, Sportabzeichen und Mehrkampf im Ausbildungsprogramm der Truppe finden werden. Lt. Burgener.



## WEHR-SPORT

### Der Hindernislauf im militärischen Vierkampf.

(Si.) Das neuerschienene Reglement über die Kampfbahn weist zwei wichtige Neuerungen auf. Der 100-m-Lauf ist mit dem Sprung in den Granattrichter zeitlich beendet. Anschließend folgt, ohne Zeitwertung, das Handgranatenwerfen auf ein 20 Meter entferntes Ziel. Damit wollte man ein überhastetes Werfen vermeiden, was sich zum Vorteil der Wurfresultate auswirkt. Als neues Hindernis wurde kurz vor dem Zielloch eine 2-m-Wand eingeschoben. Etwas überraschend zeigen die Erfahrun-

gen, daß diese glatte Holzwand von den meisten Wettkämpfern das letzte erfordert und daß vielen nach der schweren, mit Hindernissen gespickten Bahn die nötige Kraft fehlt, um auch noch diese Klippe zu überwinden. Die Resultate des Handgranatenwerfens zeigen deutlich, wie sehr diese Uebung noch verkannt wird. Ein sprechendes Beispiel sind die Resultate bei einem Ausscheidungswettkampf für Basel, wo keiner der Konkurrenten mit drei Würfeln bei einem Maximum von 30 Punkten über 20 Punkte erzielte. Weit aus der größte Teil der Vierkämpfer erzielte im Hindernislauf

um die 50 Punkte; es wurde aber nicht immer verstanden, das Handgranatenwerfen als Punktequelle auszunützen.

Das Hauptaugenmerk muß daher beim Training unbedingt auf das fehlerfreie Ueberwinden der vier mit Gutpunkten bewerteten Hindernisse gelegt werden (Sprung über den Granattrichter, Kriechen durch die Sappe, Sprung über die Hecke und Handgranatenwerfen). Als Beispiel möge folgendes dienen: Mit einer mittleren Laufzeit von 65 Sekunden, einem fehlerfreien Hindernislauf und einer Durchschnittsleistung von 20 Punkten im Handgranatenwerfen erreicht der Wettkämpfer ein Total von 75 Punkten, welche noch immer für die vorderen Ränge gut sind.