



Marschgruppe Reservisten 2019

# Hintergrundinformationen Nijmegen 4-daagse

NIJMEGEN-DELEGATION BUNDESWEHR





## NIJMEGEN-MARSCH

Der NIJMEGEN-Marsch – in den Niederlanden auch Vierdaagse genannt – wird in diesem Jahr zum 103-ten Mal durchgeführt und zählt mit 45.000 zivilen Teilnehmern und Soldaten zu den traditionsreichsten und weltgrößten Marschveranstaltungen.

4 Tage lang wandern und marschieren die Teilnehmer auf unterschiedlich langen und täglich wechselnden Strecken (30, 40 oder 50 km) rund um die am Waal – einem Mündungsarm des Rheins – gelegene Stadt NIJMEGEN im deutsch-niederländischen Grenzgebiet.

Der NIJMEGEN-Marsch wurde vor über 100 Jahren von einem Infanterieoffizier initiiert und so marschieren auch heute noch über 5.000 Soldaten täglich 40 km mit Gepäck, um hoffentlich am letzten Marschtag erstmals oder wiederholt mit dem vom Königshaus gestifteten Marschkreuz ausgezeichnet zu werden.





## NIJMEGEN-MARSCH

Die militärischen Teilnehmer aus meist über 20 verschiedenen Nationen und Streitkräften sind am Stadtrand von NIJMEGEN in einem großen Zeltlager untergebracht. Dies ermöglicht die Pflege von internationalen Kontakten und es wurden schon viele Freundschaften in diesem Umfeld geschlossen.

Die Bundeswehr wird 2019 mit der 62. Delegation mit voraussichtlich 15 Marschgruppen an den Vierdaagse teilnehmen und sich zuvor mit einem unter sportmedizinischen Gesichtspunkten erarbeiteten und bewährten Trainingsprogramm auf die fordernden Vierdaagse vorbereiten und in vielfältiger Weise in der Öffentlichkeit präsentieren.

Den erfolgreichen Teilnehmern am NIJMEGEN-Marsch wird auf Antrag gestattet, die Marschauszeichnung am Dienstanzug als Bandschnalle zu tragen.





# Marschgruppe Reservisten 2019

NIJMEGEN-DELEGATION BUNDESWEHR





## NIJMEGEN-MARSCH

### ANFORDERUNGEN

4 Marschtage mit Distanzen von jeweils ca. 40 km mit 10 KG Marschgepäck.

Im Gegensatz zu den zivilen Teilnehmern gibt es für militärische Teilnehmer keine altersabhängig unterschiedlich langen Tagesdistanzen!

Die Marschgruppen der NIJMEGEN-Delegation marschieren die geschlossen in Formation, wann immer möglich und zweckmäßig mit Marschgesang. Die Marschierer müssen darauf eingestellt sein die 4 Tage sowohl bei hochsommerlicher Hitze, Dauerregen oder sonstigen Wetterkapriolen und möglicherweise auch mit Marschblessuren erfolgreich zu absolvieren.





# Marschgruppe Reservisten 2019

NIJMEGEN-DELEGATION BUNDESWEHR





## NIJMEGEN-DELEGATION

Bereits vor dem II. Weltkrieg nahmen deutsche Soldaten am NIJMEGEN-Marsch teil. Die Bundeswehr beteiligt sich 2019 seit genau 62 Jahren an den Vierdaagse.

Hierzu wird jährlich unter Führung der Streitkräftebasis eigens eine NIJMEGEN-Delegation aufgestellt und von allen Teilstreitkräften sowie milOrgBer mit Funktionspersonal und Marschierern für meist 10 – 15 Marschgruppen unterstützt.

Die Gesamtstärke der Delegation (Funktionspersonal und Marschierer) umfasst jährlich 250 – 350 Kameradinnen und Kameraden, wobei das Führungspersonal die Aufgaben der NIJMEGEN-Delegation in der Vorbereitungsphase in Zweitfunktion wahrnimmt.





## MARSCHGRUPPE

Seit vielen Jahren umfasst die NIJMEGEN-Delegation eine durch die Reserve gestellte Marschgruppe mit bis zu normalerweise 20, in Ausnahmen auch 30, Marschierern.

Die Marschgruppen der Reserve stellen hinsichtlich Alters- und Dienstgradstruktur eine Besonderheit innerhalb der Delegation dar.

Die Vorbereitung erfolgt traditionell in den Halbgruppen NORD und SÜD, wobei die Marschgruppenführung im Regelfall jährlich zwischen den beiden Halbgruppen wechselt. Dieses Jahr liegt die Gesamtführung beim Bereich SÜD.

Das Reservisten-Team umfasst Erstteilnehmer, aber auch langjährig erfahrene NIJMEGEN-Marschierer.





# Marschgruppe Reservisten 2019

NIJMEGEN-DELEGATION BUNDESWEHR





## MARSCHGRUPPE RESERVISTEN

Im Befehl KdoTerrAufgBw wurde die nachstehende Zuordnung der Bewerber zur den Halbgruppen Nord und Süd festgelegt:

**Halbgruppe Nord** Vorbereitung/Koordinierung Oberstleutnant d.R. Gero Riedel

LKdo Niedersachsen, Schleswig-Holstein, Mecklenburg-Vorpommern, Hamburg, Bremen, Nordrhein-Westfalen, Sachsen-Anhalt, Brandenburg und StOKdo Berlin.

**Halbgruppe Süd** Vorbereitung/Koordinierung Hauptmann d.R. Felix Beck

LKdo Baden-Württemberg, Bayern, Rheinland-Pfalz, Saarland, Hessen, Thüringen, Sachsen.

Jeweils zwei LKdo (unterstrichen) koordinieren die Landeskommandos der jeweiligen (Halb-) Gruppe und stellen den Informationsaustausch auf Ebene LKdo sicher.





# Marschgruppe Reservisten 2019

## ZUORDNUNG BEWERBER

### **Halbgruppe Nord**

Federführung:

LKdo Niedersachsen

### **Halbgruppe Süd**

Federführung:

LKdo Baden-Württemberg





## MARSCHGRUPPE RESERVISTEN

Die Teilnahme an den Vorbereitungsveranstaltungen erfolgt für die Reservistinnen und Reservisten der Marschgruppe nach Maßgabe der entsendenden LKdo in DVag (Dienstliche Veranstaltung) bzw. ResDL (Reservistendienstleistung).

Ein Pflichttor ist neben der Vorbereitung die Teilnahme am Marsch der Industriekultur in Essen. Dieses wird in Dvag bzw. ResDL vom **14.06.2019-17.06.2019** stattfinden.

Für die Teilnahme an den 4-Daagsen (GIFHORN/NIJMEGEN) wird die Marschgruppe zu einer ResDL herangezogen vom **09.07.2019-20.07.2019** und mit vorher mitzusätzlicher Bekleidung und Ausrüstung ausgestattet.

Die Nominierung in die Marschgruppen erfolgt durch den Delegationsleitung in Abstimmung mit dem jeweiligen Marschgruppenführer. Die Marschgruppe Reservisten ist angehalten geeignete Erstteilnehmer vorrangig bei der Nominierung zu berücksichtigen.





## PHASEN (für die MarschGrpRes)

**1** INDIVIDUELLE VORBEREITUNG

**2** DEZENTRALE VORBEREITUNG

**3** ZENTRALE VORBEREITUNG | ESSEN

**4a** ZENTRALE VORBEREITUNG | GIFHORN

**4b** NIJMEGEN-MARSCH





# Marschgruppe Reservisten 2019

## PHASE 1 | INDIVIDUELLE VORBEREITUNG

Die besonderen Anforderungen des viertägigen NIJMEGEN-Marsches in Kampfstiefeln, Uniform und mit Marschgepäck, verbunden mit Tagesetappen von ca. 40 km in Marschformation, wurden auch von erfahrenen Langstreckensportlern schon vielfach unterschätzt.

Die Belastungen und Bewegungsabläufe unterscheiden sich von anderen Ausdauersportarten und machen eine gezielte Vorbereitung unumgänglich.

### **Laufen ist nicht Marschieren!**

Für die Teilnahme an den dezentralen Vorbereitungswochenenden (Phase 2) werden Vorbereitungsmärsche in eigener Zuständigkeit mit Kampfstiefeln und Marschgepäck dringend angeraten. Dabei sollte auf steigende Marschdistanzen von 5 – 30 km geachtet werden.

Neben der Konditionssteigerung (Grundlagentraining) sollen erste Erfahrungen hinsichtlich der Marschvorbereitung zur Vermeidung von Marschblessuren gesammelt werden.





# Marschgruppe Reservisten 2019

## PHASE 2 | DEZENTRALE VORBEREITUNG

Für die MGrp SÜD werden zwei Vorbereitungs- und Auswahlmärsche durchgeführt:

1. Trainingsmarsch I: 12.04.-14.04.2019 in Stetten a.k.M.
2. Trainingsmarsch II: 17.05.-19.05.2019 in Stetten a.k.M

Die MGrp NORD führt drei Vorbereitungs- und Auswahlmärsche durch:

1. Trainingsmarsch I: 29.03.-31.03.2019 in Rotenburg
2. Trainingsmarsch II: 26.04.-28.04.2019 in Rotenburg
3. Trainingsmarsch III: 17.05.-19.05.2019 in Bremen

*Eine Teilnahme am Training der jeweils anderen MGrp ist im Rahmen freier Kapazitäten möglich.*

*Koordination erfolgt über den entsprechend durchführenden MGrpFhr.*

- Zielsetzung:
- Gemeinsames Grundlagentraining in Marschformation
  - Einüben Marschgesang
  - Team Building
  - Erfahrungsaustausch zwischen Erst- und Mehrfachteilnehmern





# Marschgruppe Reservisten 2019

NIJMEGEN-DELEGATION BUNDESWEHR





# Marschgruppe Reservisten 2019

## PHASE 3 | ZENTRALE VORBEREITUNG

In dieser Phase nimmt die NIJMEGEN-Delegation an zwei internationalen 2-Tagemärschen in BELGIEN (geplant ohne MGrp Reservisten nach heutigem Kenntnisstand) und dem Marsch der Industriekultur („Ruhrpottmarsch“) in ESSEN teil.

Anreise Essen:	Freitag	14.06.2019	durch Delegation sichergestellt
Rückreise Essen:	Montag	27.06.2019	durch Delegation sichergestellt

**Die Teilnahme am Marsch der Industriekultur in ESSEN  
ist ein Pflichttermin für alle Bewerber der MGrp Res!**

- Zielsetzung:
- Abschlusstraining in Marschformation mit Sichtung durch DelLtr
  - Team Building innerhalb der Marschgruppen
  - Gegenseitiges Kennenlernen der Delegation
  - Einüben des Funktionspersonals und der Rastplatzorganisation





# Marschgruppe Reservisten 2019

NIJMEGEN-DELEGATION BUNDESWEHR





# Marschgruppe Reservisten 2019

## PHASE 4a | ZENTRALE VORBEREITUNG | GIFHORN

Seit über 50 Jahren unterhält die NIJMEGEN-Delegation partnerschaftliche Beziehungen zur niedersächsischen Stadt GIFHORN (Stadtwappen im Verbandsabzeichen der Delegation).

Anreise: Dienstag 09.07.2019 durch Delegation sichergestellt

**Pflichttermin für alle Bewerber! Eine Verkürzung der ResDL ist nicht möglich!**

Die NIJMEGEN-Delegation führt im Raum GIFHORN zwei weitere Trainingsmärsche durch, zur Großbäckerei Steinecke und zur Wittinger-Marsch Brauerei. Die Delegation wird dann am traditionellen GIFHORN-Tag im Rahmen eines Stadtfestes verabschiedet. Am Wochenende verlegt die Delegation von GIFHORN aus in das CAMP HEUMENSOORD, das sich am Stadtrand von NIJMEGEN befindetet.





# Marschgruppe Reservisten 2019

NIJMEGEN-DELEGATION BUNDESWEHR





## PHASE 4b | NIJMEGEN-MARSCH

Die Vierdaagse beginnen traditionell am dritten Dienstag im Juli. Die Zeit davor nutzt die Delegation zur Regeneration, besucht gemeinsam den zentralen deutschen Soldatenfriedhof in YSSELSTEYN, nimmt Repräsentationstermine wahr und erkundet das Vierdaagsefeesten (eines der größten Volksfeste) in NIJMEGEN.

In den frühen Dienstag-Morgenstunden startet die NIJMEGEN-Delegation dann (endlich) auf die erste Marschdistanz und setzt alles daran, möglichst ohne Ausfälle alle Marschierer am 4. Marschtag auf der CHARLEMAGNE mit dem Marschkreuz auszeichnen zu können.

Nach der Medaillenverleihung marschiert die Delegation geschlossen unter dem Applaus Hundert-tausender Zuschauer über die „Via Gladiola“ (für manchen Teilnehmer auch die Via Dolorosa) in die Innenstadt von NIJMEGEN ein.





# Marschgruppe Reservisten 2019

NIJMEGEN-DELEGATION BUNDESWEHR





# Marschgruppe Reservisten 2019

NIJMEGEN-DELEGATION BUNDESWEHR





# Marschgruppe Reservisten 2019

## PHASE 4b | NIJMEGEN-MARSCH

Nach der Rückkehr in das CAMP HEUMENSOORD heißt es meist „Wunden lecken“, mit dem Blaaren-Ball den letzten Abend der Vierdaagsefeesten zu besuchen und langsam aber sicher von der NIJMEGEN-Delegation und der Stadt NIJMEGEN Abschied zu nehmen.

Rückreise: Samstag 20.07.2019

durch Delegation sichergestellt





# Marschgruppe Reservisten 2019

NIJMEGEN-DELEGATION BUNDESWEHR





# Marschgruppe Reservisten 2019

## PERSÖNLICHES FAZIT

Für viele Einheimische ist es Ehrensache mindestens einmal an den Vierdaagse teilgenommen zu haben. Die Begeisterung der Zuschauer kaum zu erfassen und zu begreifen.

Vor meiner ersten Teilnahme haben mir die Altmarschierer erzählt, wie großartig es sein wird. Ich habe mir gedacht: „Ist bestimmt ganz gut, aber lass die Alten mal quatschen...erstmal durchkommen“ ... jetzt bin ich auch einer dieser Schwärmer.

Ich habe festgestellt, es gibt wenige Momente, die man nicht in Worte fassen kann, sondern erlebt haben muss. Nijmegen gehört definitiv dazu. Die einzig weisen Worte die mir dazu einfallen sind...

**Einmal Nijmegen und Du bist geheilt oder süchtig!**





# Marschgruppe Reservisten 2019

NIJMEGEN-DELEGATION BUNDESWEHR



**TEAM 2015**





# Marschgruppe Reservisten 2019

## KOMMUNIKATIONSDATEN

### Marschgruppenführer

#### MGrp SÜD

Felix Beck

Wilhelminalaan 15C

2182CA Hillegom

Niederlande

Mob +49 177 61 41 855

E-Mail: [Marschieren@NetterChef.de](mailto:Marschieren@NetterChef.de)

#### MGrp NORD

Gero Riedel

Dorfstrasse 119

38524 Sassenburg

E-Mail: [geroriedel@yahoo.de](mailto:geroriedel@yahoo.de)



**Bundeswehr**  
Wir. Dienen. Deutschland.

