

Zeitschrift: Ski : Jahrbuch des Schweizerischen Ski-Verbandes = Annuaire de l'Association Suisse des Clubs de Ski

Band: 18 (1923)

Artikel: Das Training der Militärpatrouillen

Autor: Knoll

DOI: <https://doi.org/10.5169/seals-541443>

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: 04.10.2024

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

Das Training der Militärpatrouillen.

Von San.-Major KNOLL, Arosa.

Ueber das Training der Militärpatrouillen herrscht bisher keine einheitliche Auffassung. Während sie von den Einen als gut trainiert bezeichnet werden, sprechen andere von der grossen Zahl schlecht vorbereiteter Patrouillen an unsern Skipatrouillenläufen. Es wurde deshalb erstmals 1922 in Davos bei den Untersuchungen unserer Patrouillen auch auf das Training geachtet. Die Leute wurden *vor* dem Lauf nach dem Training befragt. Von denjenigen Patrouillen, die ein gleichmässiges Training aller Teilnehmer aufwiesen, hatten sich 10 Patrouillen als gut und fünf als mittelmässig trainiert ausgegeben. Die übrigen Patrouillen hatten kein einheitliches Training, 15 Mann waren gut, 24 mittelmässig, einer gab sich als nicht trainiert an, von vier Mann liegen keine genauen Angaben vor. Das Verhältnis der gut, mittelmässig und nicht trainierten Mannschaften verhielt sich wie 55 : 44 : 1.

Von den als gut angegebenen Patrouillen stehen sechs im 1.—14. Rang; von den vier andern fällt eine wegen Ski-bruches aus; die übrigen rangieren nach dem 20. Rang. Von den fünf mittelmässig trainierten stehen vier im 4.—20. Rang. Die fünfte fällt ebenfalls aus.

Da diese Angaben keine genauern Auskünfte über die Art und Weise des Trainings gaben und da wir zudem auch bei den Einzelläufern die Erfahrung gemacht hatten, dass unmittelbar vor der Durchführung der Konkurrenz exakte und den Tatsachen entsprechende Angaben über das Training nur schwer zu erhalten sind, einmal weil es Leute gibt, die glauben, besondere Ehre einzulegen, wenn sie sagen, sie hätten nicht trainiert, andererseits weil man im Falle eines Misserfolges einen Sündenbock haben möchte, haben wir in Grindelwald ein anderes Verfahren eingeschlagen. Es wurde nämlich *nach* dem Rennen an sämtliche Patrouillenführer ein Frageschema gesandt mit folgenden Angaben: 1. Wurde für Grindelwald trainiert? 2. Wie lange und auf welche Weise Einzeltraining? 3. Wie lange und auf welche Weise Gesamttraining der ganzen Patrouille? 4. Wurde dabei auf ein bestimm-

tes System der Atmung geachtet, wenn ja, wie ging dieses mit dem Gang und der Stocktechnik zusammen? 5. Wurde während des Trainings eine Steigerung der Leistungsfähigkeit beobachtet? 6. Wurde während des Trainings Tabak und Alkohol genossen? 7. Sind andere Bemerkungen bezüglich des Trainings zu machen?

Von 38 angefragten Patrouillen gingen 36 Antworten ein. Von den übrigen kam eine unbestellbar zurück, die andere gab trotz mehrfacher Aufforderung keine Antwort.

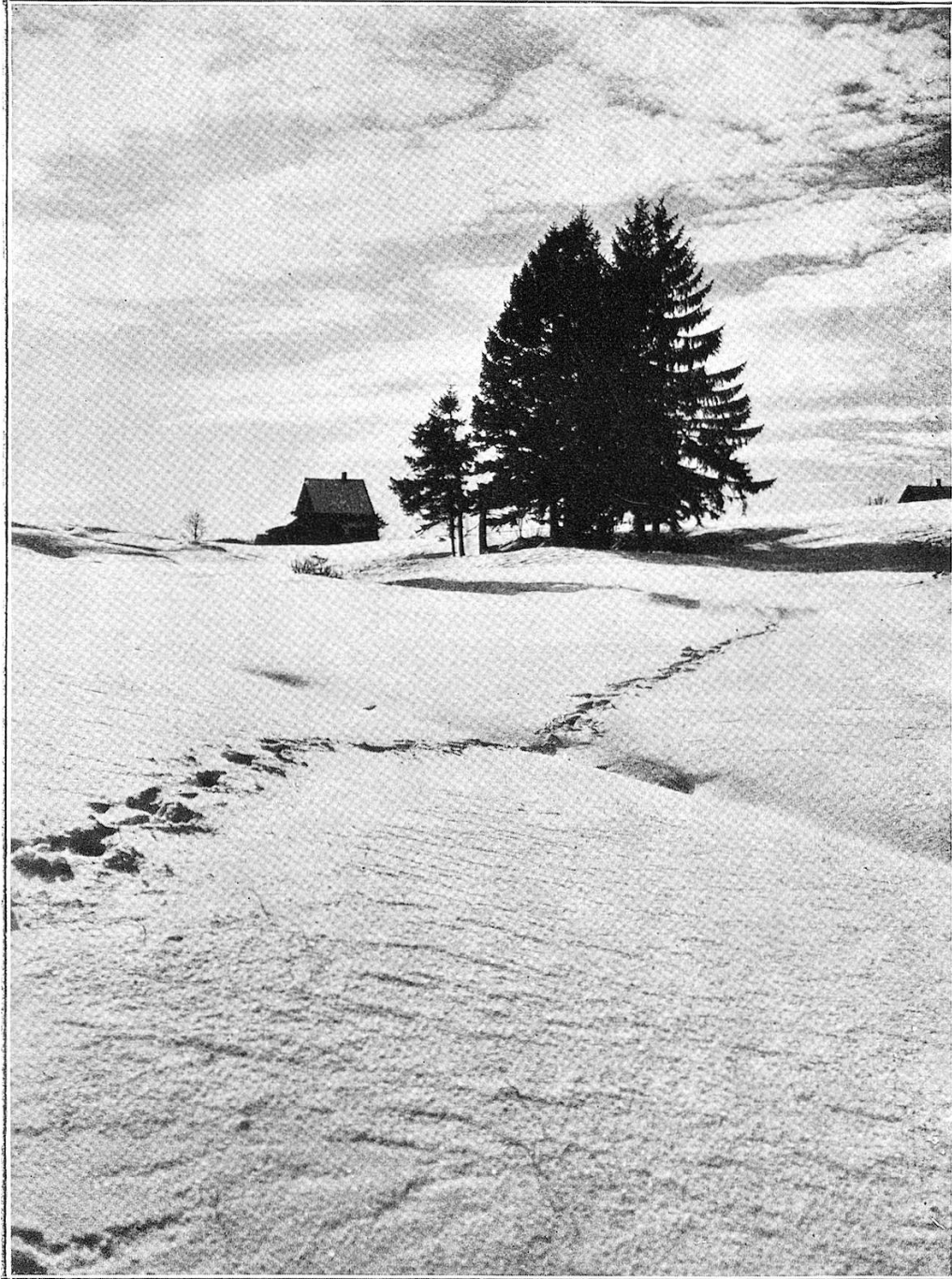
Frage 1 wurde nur von zwei Patrouillen mit nein beantwortet. Es handelt sich um eine Gebirgs- und eine Feldpatrouille. Diese beiden Antworten sind überhaupt mangelhaft, so dass sie für die Beurteilung nicht in Betracht kommen können. Alle übrigen beantworteten die Frage mit ja. Von den mit nein antwortenden steht die Gebirgs-Patrouille im 25., die Feld-Patrouille im 6. Rang; erstere fiel ausser Bewertung, weil nicht geschlossen im Ziel, die andere rangiert der Zeit nach, wenn man alle Patrouillen zusammenrechnet und die Scheidung nach Gebirgs- und Feld-Patrouillen nicht durchführt, im 25. Rang, also beide weit hinten.

Bezüglich des Einzeltrainings begegnen wir naturgemäss den verschiedensten Verhältnissen. Einmal sind die Feldpatrouillen deshalb deutlich im Nachteil, weil sie in einer Gegend wohnen, die ihnen nicht ermöglicht, während eines grössern Teiles des Jahres Ski zu laufen. Immerhin zeigen gerade die Antworten der Feld-Patrouillen, dass von ihnen das Training für Grindelwald grösstenteils ausserordentlich ernst genommen worden ist, im Gegensatz zu einem Teil der Gebirgs-Patrouillen. Es ist daraus der Schluss berechtigt, dass die grosse Mehrzahl der Feld-Patrouillen wohl das Maximum dessen geleistet hat, das sie sich in den gegebenen Verhältnissen leisten konnten, während dies von einem grossen Teil der Gebirgspatrouillen keineswegs behauptet werden kann. Dabei ist allerdings eines in Betracht zu ziehen. Unter den Mannschaften der Gebirgs-Patrouillen sind 15 von Beruf Bergführer, 12 Berufssoldaten im Hochgebirge, ausserdem zwei Postträger und 17 Landwirte, die dauernd im Hochgebirge wohnen und deren Beruf es mit sich bringt, dass sie täglich grössere Märsche mit erheblichen Höhendifferenzen zu machen haben. Unter den Feld-Patrouillen steht eine Landsturm-Patrouille aus dem Wallis an dritter Stelle, die ebenfalls aus vier Hochgebirgsbewohnern gebildet ist, also streng genommen nicht in die Feldkategorie gehört.

Im ganzen finden sich unter den Gebirgspatrouillen 61 Gebirgsbewohner. Unter den Feld-Patrouillen leben ausser den genannten ein Mann zeitweise im Hochgebirge, vier Mann im Jura, die übrigen im Unterland. Sehen wir uns zudem die Berufsarten der Gebirgspatrouillen-Mannschaften an, so finden wir, dass *48 Mann von ihnen ein Jahrestaining im Hochgebirge* hatten, das sie stets körperlich leistungsfähig erhalten muss, wie dies bei den Bergführern und Berufssoldaten eine Selbstverständlichkeit zur Ausführung ihres Berufes ist. Aber auch für die Landwirte im Hochgebirge ergibt sich aus ihrer ganzen Tätigkeit die Notwendigkeit einer ständigen körperlichen Leistungsfähigkeit, namentlich im Sommer, wenn das Vieh auf den hochgelegenen Alpen ist, aber auch im Winter, wenn bei oft schlechten Schneeverhältnissen höher gelegene Ställe und Futterspeicher besucht werden müssen, haben diese Landwirte ausser der Berufsarbeit ein erhebliches Mass körperlicher Arbeit zu leisten, unter Ueberwindung grosser Höhendifferenzen und langer Strecken. Bei den Feldpatrouillen hat kein Mann ein auch nur annähernd so gutes Jahrestaining aufzuweisen. Im ganzen finden wir neun Leute mit leichtathletischem Jahrestaining, fünf davon bei der ersten und zweiten Patrouille. Auch bei den Gebirgs-Patrouillen geben zwei Führer sportliches und leichtathletisches, allgemeines Training an.

Die Zeit, die auf das Einzeltraining verwendet wurde, schwankt von zwei Tagen bis zu sechs Wochen, ist also durchaus nicht einheitlich zu nennen. Die wenigsten Patrouillen waren in der Lage, täglich zu üben. Die Feldpatrouille im ersten Rang, die täglich geübt hatte, gibt an, dass es zweckmässig sei, Ruhepausen im Training einzuschieben, da bei länger dauerndem täglichen Training die Leistungsfähigkeit herabgesetzt werde. Dies deckt sich mit einer bekannten sportlichen, namentlich auch leichtathletischen Erfahrung.

Die zurückgelegte Strecke und die dabei erzielten Geschwindigkeiten sind ausserordentlich wechselnd. Man kann hier drei Arten des Trainings unterscheiden: 1. Dieselbe relativ kurze und leichte Strecke wird im Laufe des Trainings in immer rascherem Tempo gefahren. 2. Das Tempo bleibt sich gleich, die Strecke wird im Laufe des Trainings verlängert, die Höhendifferenz vergrössert und Geländeschwierigkeiten eingeschaltet. 3. Kombination von 1 und 2. Die Verschiedenheit beruht auch hier wieder in den durchaus differenten Trainingsmöglichkeiten bezüglich Schneeverhältnissen und Gelände, mit denen die einzelnen Patrouillen zu



Appenzeller Landschaft.

N. Ganz, phot.

rechnen hatten. Der Typus 3 ist naturgemäss derjenige, der am besten zum Ziele führt, wenn er in richtigem Masse und entsprechend den Fortschritten der Uebenden durchgeführt wird. Er stellt aber an die Hingabe der Leute und die Konsequenz und den Willen des Führers auch die grössten Anforderungen.

Sehen wir uns den Erfolg der einzelnen Patrouillen an, so ergibt sich folgendes Bild: *Das Jahrestaining hat einen gewissen nicht zu leugnenden Einfluss bei den Gebirgspatrouillen.* Die Leute mit Jahrestaining befinden sich eben stets körperlich in Form. Der grösste Teil der ersten acht Gebirgspatrouillen setzt sich aus Leuten mit Jahrestaining zusammen und zwar 26 von 32 Mann. Aber auch die siegende Patrouille der Feldtruppen besteht aus vier Leuten mit sportlichem Jahrestaining. Ausserdem hatten diese noch ein grösseres Gesamttraining auf Ski hinter sich.

Zum Training auf Ski gehört ferner die Tatsache, dass, seitdem ich in der Lage bin, dies zu kontrollieren, d. h. seit 1920, eine steigende Anzahl von Patrouillen-Mannschaften den Langlauf mitmachte, der an unsern schweizerischen Skifesten dem Patrouillenlauf tags zuvor vorausgeht. In Klosters 1920 waren es 10, in Adelboden 1921 12, in Davos 1922 14 endlich in Grindelwald 1923 31 Mann. Von den ersten fünf Gebirgspatrouillen waren 14 Leute dabei, darunter sämtliche Mannschaften der im ersten und zweiten Rang stehenden Patrouillen. Total sind es 29 Mann der Gebirgspatrouillen und zwei Mann der im zweiten Range stehenden Feld-Patrouille. Dass es sich hier grösstenteils um gute Läufer gehandelt hat, geht schon daraus hervor, dass an allen Langläufen unsere Patrouillen-Mannschaften mit unter den ersten zu finden sind. Dies gilt für die Kategorie der Senioren an den Rennen von 1920—23. Mit Ausnahme von 1923 stellt hier die Patrouillen-Mannschaft den Sieger. Dasselbe gilt auch für die Kategorie 2 1920. In Grindelwald, wo die Konkurrenz besonders scharf war, gingen in allen drei Seniorenklassen zusammen 12 Patrouillen-Mannschaften innerhalb fünf Minuten nach der Zeit des Siegers durchs Ziel, 11 weitere innert 10 Minuten nach dem Sieger. *Von allen diesen Leuten seit 1920 langten nur drei in schlechter Kondition am Ziele des Langlaufes an.* Es beweist dies nur das, was ich im Jahrbuch 1920 bereits gesagt habe, dass es für technisch gute Fahrer, die in guter Form sind, keine zu grosse Anstrengung bedeutet, an zwei aufeinanderfolgenden Tagen zwei solche Leistungsfähigkeitsprüfungen zu absolvieren. Auch ist dies wohl der

beste Beweis für die gute Form eines grossen Teils unserer Patrouillenfahrer.

Von mehreren Führern wird angegeben, dass an denjenigen Tagen, an denen ein Training auf Ski nicht möglich war, Laufschrift geübt wurde. Naturgemäss findet sich dies wieder häufiger bei den Feld-Patrouillen, wie bei den Gebirgs-Patrouillen. Es gibt sich daraus die Auffassung zu erkennen, dass wie beim Jahrestaining *das Hauptmoment* nicht in der minutiösen eigentlichen Skitechnik, sondern mit Rücksicht auf die Funktionen von Herz und Lungen *in erster Linie in der allgemeinen körperlichen Ausbildung zu suchen* ist. Ein Patrouillenfürer gibt dies ohne weiteres zu, indem er die allgemeine Ausbildung über die Technik stellt, eine ebenfalls aus der Leichtathletik übernommene Auffassung, die bis zu einem gewissen Punkte durchaus richtig ist. Immerhin hat sich auch bei unsern Langläufern gezeigt und dies wird durch die Mehrzahl der Patrouillenfürer bestätigt, dass sowohl beim Aufstieg, als ganz besonders in der Abfahrt die Skitechnik eine grosse Rolle spielt. Wir kommen noch später darauf zurück. Gegenüber dem immerhin ausreichenden Einzeltraining der Mehrzahl unserer Patrouillen-Mannschaften liegt das Gesamttraining noch sehr im argen und doch möchte ich ihm nicht nur vom sanitarischen und sportlichen, sondern namentlich vom allgemein erzieherischen Standpunkte aus eine grosse Bedeutung beimessen. Die Anpassung an die andern Läufer, das Mitfühlen aller während des Laufes, das Kleben am Führer selbst in schwierigen Situationen, stellt ganz ausserordentliche Anforderungen an die Willenskonzentration der Läufer. *Barblan* hat dies in einem Artikel über den Patrouillen-Lauf in Klosters (Pro Helvetia 1920) in schönster Weise geschildert.

Gesamttraining gaben 10 Gebirgs-Patrouillen und sechs Feld-Patrouillen an. Ausserdem trainierten mehrere Mann derselben Patrouille aber nie die ganze gemeinsam bei vier Gebirgs-Patrouillen und zwei Feld-Patrouillen. Gar kein gemeinsames Training konnten durchführen neun Gebirgs- und fünf Feld-Patrouillen. Der Grund zu diesen erheblichen Verschiedenheiten liegt grösstenteils darin, dass die Mannschaften derselben Patrouille nicht am selben Orte wohnen. Bei einzelnen Patrouillen verhinderte der Beruf der Leute ein gemeinsames Trainieren, während andere unter ähnlichen Bedingungen Zeit fanden, nach der Berufsarbeit noch mit einander zu trainieren, was besonders hervorgehoben werden darf.

Ein weiterer Umstand, der dem Gesamttraining hindernd im Wege steht, ist der, dass viele Patrouillen erst kurze Zeit vor dem Laufe zusammengestellt werden. Einige Patrouillenfürher befürworten darum mit Recht, dass der Nennungsschluss auf Anfang Dezember festgesetzt werde, damit die Patrouillen bis Ende Januar eine Zeit von 6—8 Wochen zum Training zur Verfügung haben, in welcher Zeit sich doch häufiger als bisher auch Gesamttraining einschalten liesse. Die Einheitskommandanten kennen ja ihre Leute und werden darum wohl in der Lage sein, ihre Patrouille rechtzeitig zusammen zu stellen.

Auch das Gesamttraining wurde technisch so betrieben wie beim Einzeltraining bereits bemerkt. Von zwei Patrouillen wurde zuerst mit einer zahlreichern Mannschaft gelaufen, aus der dann entsprechend den Leistungen die konkurrierende Patrouille ausgeschieden wurde. Das Beispiel ist ausserordentlich beachtenswert und entspricht auch den leichtathletischen Erfahrungen vollauf. Leider wird es schwer halten, es auf die Verhältnisse bei unsern Militär-Patrouillen zu übertragen, solange diese aus derselben Einheit, bei den Gebirgs-Truppen bis zum Gebirgs-Bataillon, bei den Feld-Truppen bis zum Infanterie-Regiment hinauf, bestehen müssen.

Vier Patrouillen arbeiteten systematisch erst ohne Belastung, später mit Gewehr, endlich zum Schlusse mit voller Ausrüstung. Dort wo die Zeit reicht, ist dieses Verfahren sehr zu empfehlen. Uebereinstimmend wird betont, dass das Laufen mit Ausrüstung eine ganz andere Technik erfordere. Der Schwerpunkt ist stark nach oben verschoben und damit die Sturzgefahr vermehrt. *Sturzfrees Fahren ist aber eines der Geheimnisse der siegenden Patrouillen.* Ein Sturz eines Mannes ist immer mit einem bestimmten Zeitverlust der ganzen Patrouille verbunden und führt, wenn er sich wiederholt, zur Tendenz, die verlorene Zeit durch Hasten einzuholen. Das wiederum vermehrt seinerseits die Sturzgefahr und so entsteht ein *circulus vitiosus*, der schon manche Patrouille um den sicher geglaubten Erfolg gebracht hat. Diese Erkenntnis führte gewiegte Patrouillenfürher bald zu einer den Verhältnissen angepassten Technik. Sie kann im allgemeinen folgendermassen charakterisiert werden. Schwünge möglichst vermeiden. Den gangbarsten Weg wählen. An steilen Halden Stockreiten. Diese alte, bei den Gotthardsoldaten seit lange geübte Technik hat sich durchaus bewährt. Richtig betrieben führt sie zur Sturzfreiheit bei bestmöglicher Ge-



schwindigkeit der ganzen Patrouille! Der nicht belastete Führer kann selbstverständlich noch frei fahren, wenn der belastete Mann bereits auf den Stock angewiesen ist. Auch die Kondition der Fahrer im Ziel wird durch die Sturzfreiheit günstig beeinflusst. Mehrere Führer geben an, dass einzelne ihrer Leute infolge häufiger Stürze nachher nicht mehr mitgekommen sind. Tatsächlich nimmt das Aufstehen mit der Packung bei dem teilweise schweren und tiefen Schnee viel Kraft in Anspruch.

Was bei der Abfahrt über die Stürze gesagt ist, das gilt auf der ebenen Strecke und besonders für die Steigungen bezüglich der *Atmung*. *Ruhige, gleichmässige und ausgiebige Atmung*, also ein gewisser individueller Atmungsrythmus verhindert das ausser Atem-kommen und verbessert damit ganz erheblich die Leistung. Die acht Gebirgs-Patrouillen und die vier Feld-Patrouillen die auf die Atmung acht gegeben haben, berichten übereinstimmend, dass *die Atmung mit dem Gange und der Stockarbeit Hand in Hand zu gehen habe*. Die Anzahl der Schritte, die auf jede Atmungsphase also Insp. und Exsp. entfallen, wechselt von 2—4. Auch das Gelände spricht hier mit, indem im allgemeinen bei stärkerem Anstieg die Anzahl der Atemzüge vermehrt werden muss, so dass dann weniger Schritte auf eine Phase entfallen. Eine Gebirgs-Patrouille, die gut und lange gemeinsam trainiert hatte, gibt an, dass *die Atmung entsprechend dem gleichmässigen Takt der Patrouille bei allen fast dieselbe gewesen sei*. Die bekannte Patrouille der Fortwache Airolo verlangt Inspiration bei geschlossenem Mund, Ausatmung durch den Mund, gleichmässige Gangart und Stocktechnik. Sie hat damit bei allen Läufen die sie mitmachte, gute Erfahrungen gemacht und sich auch im Rang stets gut plazieren können. Die Nasen-

atmung ist aus der Leichtathletik übernommen. Für einen Gebirgslauf, wie ihn der Militär-Patrouillen-Lauf darstellt, dürfte sie nicht von allen Läufern durchzuhalten sein, weil hier sehr verschiedene individuelle Verhältnisse vorliegen. Wer eine vollständig freie Nasenatmung hat, wird sie auf wesentlich längere Zeit und bei stärkerer Inanspruchnahme noch als alleinigen Typus benützen können, während ein anderer weniger günstig veranlagter schon früher zur Mundatmung übergehen muss. Auf alle Fälle ist *möglichst lange Nasenatmung* durchzuführen und beim Training besonders zu verlangen. Die damit erzielte Kraftersparnis ist erwiesen, und ich kann sie auch aus eigener Sportererfahrung durchaus bestätigen. Für die Patrouillen-Läufe ist jedenfalls jahrelange Übung nötig. Ein Führer einer Feld-Patrouille hat seine Leute vor dem Training schriftlich auf die Notwendigkeit der Nasenatmung hingewiesen. 14 Patrouillen haben auf die Atmung nicht geachtet. Umso notwendiger erscheint es mir, darauf besonders hinzuweisen, da auch unsere anderweitigen Erfahrungen mit der Beeinflussung der Atmung durch unsere Skiwettläufe der Atmungstechnik einen hervorragenden Platz beim Training zuweisen.

Ueber *die Steigerung der Leistungsfähigkeit* wird im allgemeinen bemerkt, dass sie *durch das Training merkbar beeinflusst* worden sei. Dort wo die Mannschaften nicht mit einander trainieren konnten, wurden erhebliche Differenzen zwischen den besser und den weniger gut trainierten während des Laufes festgestellt. Eine Patrouille gibt an, dass sie sich am Schlusse des Trainings noch nicht in voller Form befand, sondern dass zur Erreichung der besten Leistung eine längeres Training nötig gewesen wäre. Sie befindet sich trotzdem unter den vordersten, so dass sie, wenn sie das Training lange genug hätte fortsetzen können, vielleicht an die Spitze gerückt wäre. Wiederholt wird auch darauf aufmerksam gemacht, dass Leute, die nicht regelmässig mittrainieren konnten, rasch von den andern überholt wurden und das Tempo nicht mehr halten konnten. Während des Trainings stieg bei einzelnen Patrouillen die Leistungsfähigkeit auf das doppelte in dem Sinne, dass dieselbe Strecke in der Hälfte der Zeit zurückgelegt wurde. Zudem ist ausdrücklich angegeben, dass dabei von Ermüdung nicht die Rede war. Ein Führer gibt an, dass er nach dreiwöchigem Training keinerlei Ermüdung mehr gefühlt hätte.

Durch die ganzen Antworten geht als roter Faden die Auffassung, dass ein richtiges Training allein den Erfolg verbürgt.

Zwei Mann zweier Gebirgspatrouillen, die übertrainiert hatten, fielen ab und kamen in Kondition C an. Ihre Patrouille wurde dadurch stark benachteiligt. Bei einer Patrouille die als Dopingmittel Kolatabletten genommen hatte, versagten zwei Mann.

Tabak und Alkoholgenuss. Acht Gebirgs-Patrouillen hatten während sechs bis acht Wochen weder geraucht noch getrunken; ebenso sieben Feld-Patrouillen acht Tage bis vier Wochen, während acht Gebirgs-Patrouillen und drei Feld-Patrouillen Tabak- und Alkoholgenuss zugaben. *Wenn auch langsam, so bricht sich doch die Erkenntnis Bahn, dass Tabak und Alkohol nicht zum Training gehören.*

Zwei Leute von Gebirgspatrouillen kamen nachweisbar wegen Alkoholgenusses vor und auf dem Marsche in schlechter Kondition an.

Berücksichtigt man die Kondition der Leute im Ziel, so ergibt sich auch daraus ein erheblich besseres Training derjenigen Patrouillen, die entsprechend ihrem Beruf und Aufenthalt im Gebirge über ein Jahrestaining verfügen. Unter den ersten zehn Gebirgs-Patrouillen, deren Laufzeit kürzer war, als die der ersten Feld-Patrouillen, sind nur zwei Mann in schlechter Kondition angelangt., davon sicher ein Uebertrainierter, der zudem reichlich Alkohol zu sich genommen hatte. Die übrigen 12 Gebirgspatrouillen weisen noch neun Leute in schlechter Kondition auf. Demgegenüber ist nur eine einzige Feld-Patrouille, bei der sämtliche Leute vollständig frisch durchs Ziel gingen. Alle übrigen hatten mindestens einen Mann in schlechter Kondition, im ganzen 14 Mann der Feld-Patrouillen, gegenüber 10 Mann der Gebirgs-Patrouillen bei doppelter Anzahl. 13 Gebirgs-Patrouillen, deren Mannschaften alle frisch durchs Ziel gingen, steht also nur eine Feld-Patrouille gegenüber. Es ist nämlich dabei noch ein Umstand zu berücksichtigen, den in die Rechnung einzusetzen allerdings sehr schwierig ist, dessen Vernachlässigung aber leicht zu falschen Schlüssen führen würde. Unsere Patrouillen-Läufe werden in einer Höhe von mindestens 1200 bis über 2000 Meter ausgefahren. Nun wissen wir aus der Hochgebirgsphysiologie, dass für diejenigen Leute, die an das Hochgebirgsklima mit seinem verminderten Druck und seinen übrigen besondern Verhältnissen nicht angepasst sind, jede Anstrengung körperlicher Art unverhältnismässig viel Kraft erfordert und sich erst nach einer gewissen Zeit der Anpassung wieder günstigere Bedingungen ergeben. An den ganzen Organismus, vornehmlich an Herz und Atmung, die

bei unsern Wettläufen doch in erster Linie beansprucht werden, stellt darum das Hochgebirge noch weitere Anforderungen. *Der Unterlandbewohner hat also zu der effektiven Leistung des Laufes noch die Einflüsse des ungewohnten Klimas zu überwinden.* Die grosse Zahl der Leute in schlechter Kondition bei den Feld-Patrouillen ist sicher mit auf diesen Umstand zurückzuführen, das gilt auch von einem Führer einer Gebirgs-Patrouille, der selbst nicht im Gebirge wohnt. Er versagte schon nach dem ersten Kilometer. Bei den Läufen 1921 und 1922 kam dasselbe zur Beobachtung. Diesem Uebelstande wäre am besten damit abgeholfen, dass man der ganzen Patrouille die Möglichkeit geben würde, schon einige Tage vorher an dem betreffenden Orte einzutreffen und sich durch langsam gesteigerte Arbeit an Ort und Stelle an die klimatischen Verhältnisse zu gewöhnen. Eine Feld-Patrouille hat sich dies aus eigenen Mitteln geleistet. Es ist diejenige, die keinen Mann in schlechter Kondition aufweist. Leider ist dies aus finanziellen Gründen ausgeschlossen. Es bleibt darum als weiteres Mittel; diese Einflüsse zu kompensieren, nur die Reduktion der Anforderungen der Strecke für die Feld-Patrouillen und diejenigen Einheiten der Gebirgs-Truppen, die nicht ständig im Hochgebirge wohnen.

Fassen wir die Resultate, die wir aus den Antworten erhalten haben, kurz zusammen, so ergibt sich folgendes:

1. *Für die Patrouillen-Läufe muss unter allen Umständen trainiert werden.* Es wäre sehr zu begrüßen, wenn das Rennreglement nachweisbar untrainierte oder ungenügend trainierte Leute vom Start zurückweisen liesse, ebenso, wie es kranken Mannschaften durch die ärztliche Untersuchung unmöglich zu machen ist, den Lauf durchzuführen.

2. *Das Einzeltraining ist mit Rücksicht darauf notwendig, weil es der grossen Mehrzahl der Patrouillen-Mannschaften an der Möglichkeit fehlt, ein Jahrestaining durchzuführen.* Andererseits handelt es sich bei sämtlichen Fahrern im Durchschnitt um technisch gut ausgebildete Skiläufer, die in relativ kurzer Zeit sich durch Einzeltraining in Form bringen können. Weisungen von Seiten der Patrouillen-Führer über die einheitliche Durchführung auch des Einzeltrainings sind darum wünschenswert, weil es beim folgenden Gesamttraining *weniger auf die grössere oder geringere Technik des Einzelnen als vielmehr auf den gleichen Durchschnitt aller ankommt.* Das Einzeltraining ist nur die Vorbereitung zur Gesamtarbeit.

3. *Von ausserordentlicher Wichtigkeit ist das Gesamttraining,* denn nur dieses ist im Stande, der Patrouille jene



Einheitlichkeit der Ausbildung zu geben, die wir im Interesse des ganzen wünschen müssen.

Es muss dahin gearbeitet werden, dass möglichst allen Patrouillen ein Gesamttraining ermöglicht werden kann.

4. Viel mehr als dies bis jetzt geschehen ist, muss auf *die Art der Atmung* und im Zusammenhang damit auf den *rhythmischen Gang der Patrouille* geachtet werden. Diese beiden Umstände sind *arbeitsökonomisch ausserordentlich wichtig*.

5. *Während des Trainings und selbstverständlich auch auf dem Laufe, soll Tabak und Alkohol vermieden werden.*

6. *Diejenigen Patrouillen-Mannschaften, die über ein Jahrestaining verfügen, sind den andern, bei denen dies nicht zutrifft, unbedingt überlegen.* In dieser Hinsicht stehen die Bergführer, die Berufssoldaten und die Landwirte im Hochgebirge an erster Stelle.

7. *Der Patrouillen-Lauf, wie er bis jetzt durchgeführt wurde, wird von den Hochgebirgsbewohnern spielend geleistet, während er für die grosse Mehrzahl der Feld-Patrouillen zu grosse Anstrengungen mit sich bringt.* Ich gelange darum auch vom ärztlichen Standpunkte aus zu einer Zweiteilung der Patrouillen-Läufe, nicht nur wie 1923 durchgeführt, mit getrennter Bewertung der Gebirgs- und Feld-Patrouillen bei gleicher Leistung, sondern auch bezüglich der Anforderungen des Laufes selbst in dem Sinne, dass für die gut trainierten die Leistung zu erhöhen, für die schlechttrainierten zu erniedrigen sei, konform mit dem Vorschlage von Herrn *Oberstleutnant Luchsinger*. Wir kommen so praktisch auch zu einer andern Anforderung an alle jene Fahrer, die wir, wie die Bergführer und die Berufssoldaten im Hochgebirge, eigentlich zu den Berufsfahrern rechnen müssen, denen die andern als Amateure gegenüberstehen.

8. *Auch aus den vorliegenden Ergebnissen lässt sich der Schluss ziehen, dass der Erfolg wesentlich von der Summe der vorher geleisteten Arbeit abhängt und nicht von allerlei technischen Details und gar Zufälligkeiten. Wer also Erfolg haben will, muss dort anfangen, wo er zu holen ist, beim richtigen und zielbewussten Training.*
