Zeitschrift: Schweizer Soldat : die führende Militärzeitschrift der Schweiz
Herausgeber: Verlagsgenossenschaft Schweizer Soldat
Band: 96 (2021)
Heft: 4

Artikel: Einsatzbereite Militärpolizei dank Military Fitness
Autor: Mattle, Joël
DOI: https://doi.org/10.5169/seals-977105

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: 12.07.2025

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

Einsatzbereite Militärpolizei dank Military Fitness

Die Physis der Soldaten ist das Kapital der Armee – dies zählt nicht nur für die Miliz, sondern auch für Berufsmilitärs. Die Militärpolizei steht täglich im Einsatz, da ist die physische Leistungsbereitschaft ein wichtiger Erfolgsfaktor!

Major Joël Mattle, Kdt Stv Komp Zen Sport A

Die Militärpolizei gehört zu den Formationen in der Armee, welche täglich im Einsatz stehen. Dies kann bei Unfällen oder Kriminalfällen sein sowie als Militärpolizeilicher Sicherheitsassistenzdienst zum Schutz der Objekte der Armee (bspw Zutrittskontrolle zu Flugplätzen oder ALC).

Die Berufskomponente der Militärpolizei besteht primär aus Berufsmilitärs (BM) und Fachberufsmilitärs (Fach BM). Dabei machen die Zweitgenannten den Grossteil aus.

Gute körperliche Leistungsfähigkeit

Wer sich für die Aufgaben des Berufsmilitärs interessiert, findet im Internet diese Aussage: «Gute körperliche Leistungsfähigkeit». Wer jedoch noch weiter gräbt, findet die Vorgabe, dass die BM und Fach BM bei der Anstellung alle Teiltests des Fitnesstestes der Armee mit mindestens einer genügenden Leistung zu absolvieren haben.

Die Vorgaben seitens Arbeitgeber ändern sich anschliessend auch nicht - davon ausgenommen sind bspw Spezialeinheiten, welche höhere Anforderungen stellen.

«Eine positive Einstellung zum Sport ist wichtig, um aktiv zu bleiben und seine Leistungsbereitschaft auch in Zukunft hoch zu halten.» So beschreibt Stabsadj Martin B. (BM Ausbildungsvorgaben MP Beruf & Chef Sport) die Einstellung zum Sport für zukünftige Militärpolizisten.

Sport als Teil der Grundausbildung

In der Grundausbildung werden die Vorgaben der vier Stunden Sport pro Woche gemäss Reglement 51.041 Sport in der Armee umgesetzt. Für die Berufsmilitärs gelten die vier Stunden Sport anschliessend weiter gemäss den Vorgaben Chef der Armee.

Ebenfalls werden die Angehörigen der Militärpolizei mit demselben Fitnesstest der Armee überprüft, wie die restliche Armee. Hier gibt es keine Unterscheidung.

Bereithalten für den Einsatz

Die Einsatzmöglichkeiten bei der Militärpolizei sind sehr unterschiedlich. Während dem es beim Kommando MP eher geregelt zu- und hergeht, sieht die Situation bei den Einsatzkommandos MP und MP Sich Dienst anders aus. Die Einsatzlage an den jeweiligen Standorten kann sich rasch ändern, ein geregelter Sportplan ist nicht umsetzbar. Auf den sechzehn MP Posten des Ei Kdo MP stehen jeweils ca 8-10 Militärpolizisten im Einsatz, verteilt je nach Lage, Einsatz oder Pikettdienst über 24 Stunden an sieben Tagen in der Woche.

Bilder: VBS

Auch für Beruf und Fachberufsmilitär gilt: vier Stunden Sport pro Woche sind die Vorgabe.

In den vierzehn MP Sich D Detachementen des Ei Kdo MP Sich D stehen jeweils im Durchschnitt 13-15 Ad Ei Kdo MP Sich D im Einsatz. Die Bereitschaft beim MP Sich D ist jedoch je nach Standort/Detachement permanent bei 24/7 zB Logendienst P14/20, oder auf Flugplätzen usw.

Da hier ein gemeinsamer Sportblock eher schwierig zu planen ist, führen die Mitarbeitenden den Sport meist individuell durch.

Sport wird persönlich eingeplant

Hauptfeldweibel Jacques Morel (Fachberufsunteroffizier bei der Militärpolizei auf dem Posten Payerne/Torny) plant seine Sportstunden in den persönlichen Arbeitsplan ein. Bereits länger im Voraus kennt er seine Schichtzeiten und seine Aufgaben. Je nach Schicht plant er den Sport entweder gerade im Anschluss oder im Vorfeld ein.

Anders sieht es aus, wenn Büroarbeit auf dem Programm steht. Dann kann ein Teil der Sportvorgaben auch offiziell während der Arbeitszeit absolviert werden.

Genaue Zielvorgaben für den Sport bestehen nicht. Gemäss Fitnessvorgaben ist eine genügende Leistung die Messlatte. Sofern keine Spezialausbildung ansteht, trainiert jeder Militärpolizist nach eigenem Ermessen - das heisst ohne konkretes Leistungsziel.

«Da ich selber sehr sportafin bin, kann ich mein Training zielgerichtet absolvieren und mich stetig steigern», so die Einstellung von Hptfw Morel - dies trifft wohl nicht auf alle zu.

Fitness unterstützt Wohlbefinden

«Ein gutes Fitnesslevel hilft mir, mich im Vorfeld und während eines Einsatzes besser zu fühlen», so Hptfw Morel. Wer sich fit fühlt, geht mit mehr Selbstvertrauen in einen Einsatz und weiss, dass er nicht bereits bei der ersten Anstrengung an sein Limit kommt. Weiter hilft ein guter Fitnesslevel bei einer positiven äusseren Ausstrahlung - sprich Autoritätswirkung gegenüber Dritten während einem Einsatz. Hptfw Morel meint dazu: «Wer fit, kompetent und selbstbewusst auftritt, gerät weniger schnell in Bedrängnis.»

Einsatzbereitschaft auf Abruf

«Die persönliche Leistungsfähigkeit ist ja nicht so wichtig, schliesslich spielt die Fitness nur bei 1% der Einsätze eine entscheidende Rolle.» Diese Grundhaltung ist aus Sicht von Stabsadj Martin B. fatal. Dass der Sport die mentale und körperliche Leistungsbereitschaft stärkt ist wissenschaftlich bewiesen.

Ein Gros der Einsätze ist nicht spannend, wir kennen dies aus dem WK. Während unzähligen Stunden wartet man und bewacht einen Eingang - aber genau in diesem einen Moment wo man aufs Handy, schaut passiert es! Und dann geht alles schnell. Die Abläufe müssen jetzt sitzen - jede Sekunde zählt. Man stelle sich nun einen Militärpolizisten im Logendienst vor, welcher rasch ans andere Ende des bewachten Geländes wie ein ALC muss und nach 100 Metern geht ihm der Saft aus.

Auch wenn dieser Fall wahrscheinlich nicht oft eintritt - aber genau in solchen Momenten muss man ohne Vorlauf fit sein!

Während eines früheren Dienstes wird Hptfw Morel und sein Kollege wegen einer Messerstecherei zwischen Bauarbeitern auf einem Waffenplatz alarmiert. Aufgrund der eingetroffenen Meldung wird vom Schlimmsten ausgegangen. Die persönliche Schutzausrüstung wird angelegt, der Kopf stellt sich auf den Einsatz ein und der Stresslevel steigt. Wer jetzt nicht fit ist, hat keine Möglichkeit mehr, dies nachzuholen.

Ohne Vorbereitung

Die Militärpolizei als Alarmorganisation ist für den Schutz und die Sicherheit der AdA zuständig. Das heisst, dass die Militärpolizisten für eine adäquate Reaktion bei über das ganze Eskalationsniveau hinweg bereit sein müssen. Solche Einsätze können auch eine Vollausrüstung bedingen. Die gute körperliche Verfassung ist daher zwingend notwendig, um sich trotz erschwerten Umständen noch voll auf den Einsatz konzentrieren zu können.

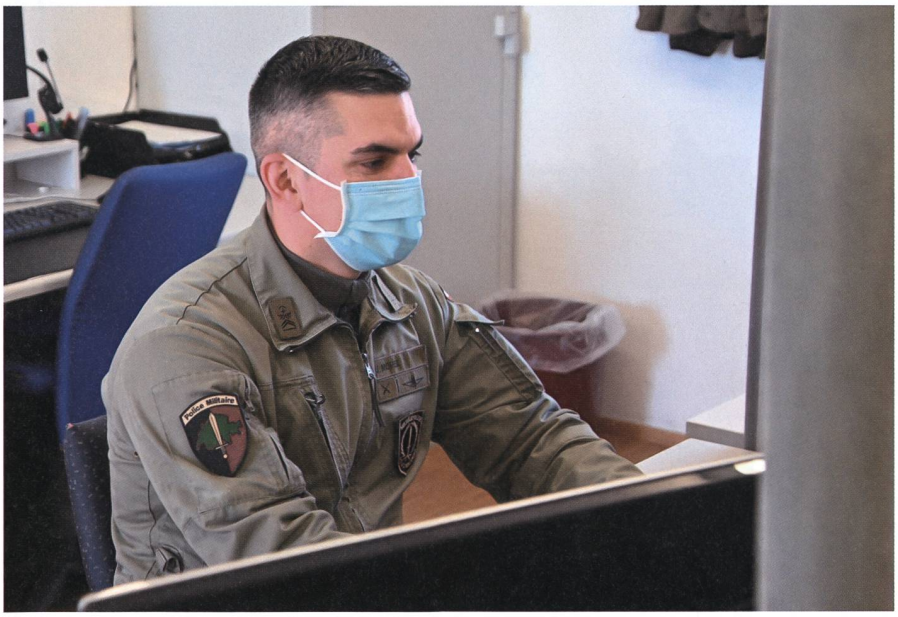
Permanentes Leistungsniveau

Solche Einsätze haben nicht viel mit einer Sportplanung eines Spitzenathleten zu tun. Während dem es im Spitzensport darum geht, punktgenau seine Leistungen abzurufen, müssen Militärpolizisten jederzeit fit sein. Aus diesem Grund ist ein ausgeglichenes Training durch das Jahr hindurch zwingend notwendig, begleitet von der Überprüfung des Fitnesslevels und Anpassungen der Trainingseinheiten.

Kapital der Armee!

Eine erfolgreiche Arbeit der Militärpolizei basiert auf gesunden, fitten und einsatzbereiten Mitarbeitenden.

Ohne fitte Militärpolizisten kann ein erfolgreicher Einsatz nicht garantiert werden. Es wäre fatal, wenn diese Sicherheitsstütze nicht einsatzbereit wäre, weil der Sport im Alltag und die Einsatzvorbereitung nicht die entsprechende Gewichtung erhalten hat.



Hptfw Morel ist Fachberufsunteroffizier der MP auf dem Posten Payerne/Torny.