

Körperliche Fitness und Magglinger Test in der Armee

R. Schaad

Aus dem Institut für Hygiene und Arbeitsphysiologie, ETH Zürich (Direktor: Prof. Dr. med. E. Grandjean)

Der Magglinger Test [1] wurde im Wiederholungskurs 1969 einer Artillerie-Einheit (Feuerleitbatterie) dreimal auf improvisierten Anlagen, die den Dimensionen der ETS-Normblätter 4046 bis 4051 möglichst nahe kamen, durchgeführt. Der 1. Test wurde am Tag nach dem Einrücken angesetzt; der 2. Test nach vier Tagen Detailausbildung; der 3. Test nach fünf Tagen Einsatz- und Schießübungen. Alle Wehrmänner erhielten während der ganzen Zeit dieselbe Verpflegung und bewohnten bis zum 2. Test dieselbe Unterkunft.

Die interessantesten Resultate zeigten sich erwartungsgemäß zwischen den verschiedenen militärischen Funktionen. Für jede der

vier verschiedenen Funktionen ergibt sich eine signifikante Verbesserung vom 1. zum 2. Test. Die Unterschiede wurden nach Wilcoxon [2] geprüft.

Funker und Vermesser in Schießkommandentrupps: Über das Ansteigen des Mittelwerts im 3. Test kann nichts Sicheres ausgesagt werden, da der Mangel an Teilnehmern den Unterschied zum 1. Test knapp nicht mehr signifikant werden ließ (Abb. 1).

Funker, Vermesser und Nachrichtensoldaten auf Kommandoposten und Zentralen: Es gilt dasselbe wie oben (Abb. 2).

Übermittlungssoldaten im Leitungsbau: Der Leistungsabbau im 3. Test ist ganz knapp nicht signifikant. Es deutet sich aber immer-

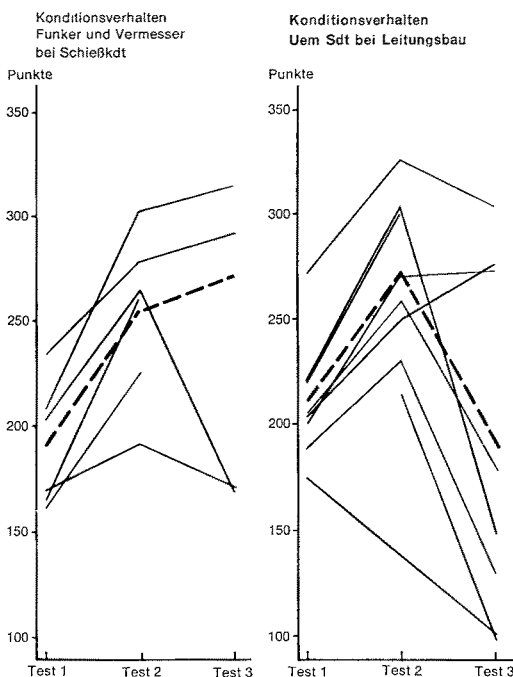


Abb. 1 Uem Sdt im Leitungsbau werden im Einsatz körperlich stärker beansprucht als Fk und Verm bei Schießkommandanten.

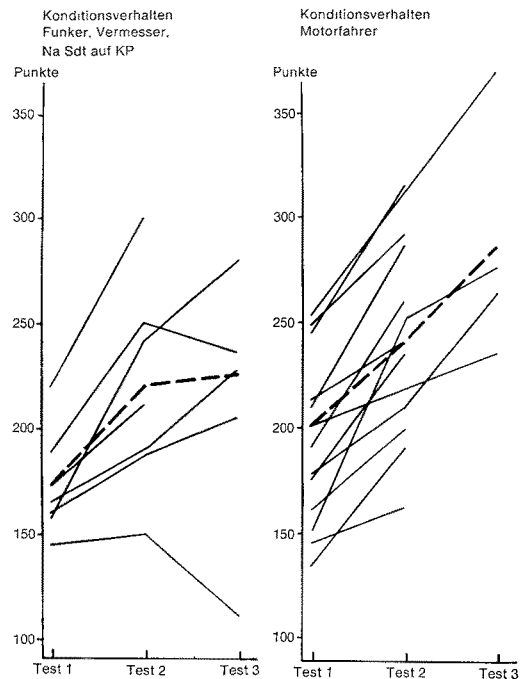


Abb. 2 Bei den Motf wirkt sich die reglementarisch vorgeschriebene Ruhe während des Einsatzes positiv aus.

hin an, daß die Soldaten des Leitungsbaus während der Dienstperiode zwischen dem 2. und 3. Test bei den Einsatzübungen am meisten beansprucht wurden (Abb.1).

Motorfahrer: Es zeigt sich ganz deutlich, daß für die Motorfahrer andere Bedingungen herrschen zwischen dem 2. und 3. Test als für die übrigen Wehrmänner. Der Konditionsanstieg vom 2. und 3. Test ist knapp nicht signifikant (Abb. 2).

Aus dieser Studie ergibt sich, daß im Wiederholungskurs rasch ein Konditionsanstieg erreicht wird. Der Anstieg wäre allerdings kaum signifikant, wenn von den Wehrmännern ein außerdienstliches Training betrieben würde.

Nach Einsatzübungen verhalten sich die Gruppen der Funker, Vermesser und Nachrichtensoldaten in bezug auf die Kondition trotz des verschiedenen Einsatzes der Wehrmänner gleich. Bei den Motorfahrern wirkt sich die reglementarisch vorgeschriebene Ruhe positiv aus, während die Leitungsbausoldaten offensichtlich durch mangelnde Erholung an Kondition einbüßen. Zusammenfassend können folgende Feststellungen gemacht werden:

1. Das außerdienstliche Körpertraining der Wehrmänner ist mangelhaft und muß unbedingt gefördert werden.

2. Während der ersten Dienstage und besonders im Hinblick auf den Einsatz ist die Kondition der Wehrmänner durch geeignete Maßnahmen zu heben.

3. Die während des Einsatzes durch Beanspruchung des ganzen Organismus und durch Summation langdauernder Ermüdungseinflüsse verminderte Leistungsfähigkeit der Wehrmänner ist durch kontrollierte Ablösungen optimal zu verbessern.

4. Dem unterschiedlichen Ruhebedürfnis der Wehrmänner nach dem Einsatz ist durch ein entsprechendes Arbeitsprogramm Rechnung zu tragen.

Diese Tatsachen sind nicht neu. Sie lassen sich aber anhand der Ergebnisse des Magglinger Tests in einer Einheit des Auszugs recht anschaulich belegen.

Literatur

- [1] *Blumenau K.:* Der Magglinger Test. Jugend und Sport 26, 127 (1969).
- [2] *Diem K., Leutner C.:* Wissenschaftliche Tabellen, Documenta Geigy 5.146, J. R. Geigy AG Pharma, 7. Aufl. (Basel 1968).

Adresse des Autors:

Dr. *Rainer Schaad*, Mühletalweg 11/11, 4600 Olten