

Vedlegg 2 - Prosedyre for gjennomføring av det militær marsjmerket



Innhold

1 Innledning	2
2 Værforhold	2
3 Utstyr og kontroll	2
4 Løype	2
5 Dispensasjon	2
6 Tidsberegning	2

1 Innledning

Prøven til det militære marsjmerket omfatter en forflytning på 30 km med pakning.

Marsjmerkeprøven stiller store krav til progressiv og målrettet opptrening.

2 Værforhold

Prøven skal ikke arrangeres dersom det er over 25 grader celsius i skyggen eller under minus 15 grader celsius.

3 Utstyr og kontroll

Det skal benyttes reglementert militært antrekk. Ved sivile arrangement eller for sivile som deltar ved en militær avdeling nyttes fritt antrekk.

Ryggsekk med innhold skal veie 11 kg. Ryggsekk av godkjent militær modell skal benyttes. Våpen kan inngå som vekt i pakningen.

Sivile deltagere kan bære en annen type ryggsekk.

Vektkontroll av pakning skal foretas før start og ved innkomst.

4 Løype

Det bør tilstrebes varierende og mykt underlag på løypen.

Start og innkomst skal være på tilsvarende samme høyde over havet.

Det bør være km-angivelse for hver 5. km.

Det skal være minst tre væskeposter/matstasjoner i løypen.

Kontrollposter og førstehjelpsstasjoner skal settes ut der det anses nødvendig.

5 Dispensasjon

Dersom en avdeling ønsker å arrangere marsjmerket som avviker fra bestemmelsen, kan det gis dispensasjon for dette ved søknad til fagansvarlig militær idrett og trening på Forsvarets høgskole.

6 Tidsberegning

De ulike klassene har følgende tidskrav:

Klasse	Maksimaltid	Klasse	Maksimaltid
K I	5.25	M I	4.35
K II	5.15	M II	4.30
K III	5.25	M III	4.35
K IV	5.30	M IV	4.40
K V	5.40	M V	4.50
K VI	5.50	M VI	5.00
K VII	6.00	M VII	5.15