



Nyhetsbrev januar 2025

NROFs forbundsstyre (FS) har ikke gjennomført møte i januar 2025.

Oppdatering fra sekretariatet

Medlemskontingent 2025

Forbundet har sendt ut medlemskontingent for 2025. Denne kommer fra RUBIC og for innbetaling av medlemskontingent benytter NROF betalingsløsningen PayEx som er eid av Swedbank. Du vil derfor se selskapets firmalogo på fakturaen for medlemskontingent. Hvis dere mot formodning ikke har mottatt faktura er det bare å kontakte sekretariatet. **Det er kontonummer og betalingsinformasjon på tilsendt faktura som skal benyttes, ikke det fra tidligere år.**

Enkelte av våre medlemmer opplever å få e-faktura i banken selv om kontingent er betalt. Denne er det bare å se bort ifra. For medlemmer uten registrert e-post, er giro sendt i posten. Se for øvrig <https://www.nrof.no/svar-pa-sporsmal-om-medlemskontingent-2025/> for mer informasjon om medlemskontingent, eller ta kontakt med sekretariatet ved behov.

Årsmøter i avdelingene

Begynnelsen av året er tid for årsmøter. Alle medlemmer oppfordres til å engasjere seg i egen avdeling gjennom å møte opp og delta i diskusjonene på disse møtene. Avdelingene er også helt avhengige av at noen tar på seg styreverv, så ikke nøl med å takke ja hvis du får muligheten! Styrearbeid er både interessant og lærerikt.

Oppdatert oversikt over årsmøter som er meldt inn til sekretariatet finnes på <https://www.nrof.no/aktivitetskalender/arsmoter-i-avdelingene/>

Aktivitetsdag avd Sunnhordland

Avdeling Sunnhordland arrangerer aktivitetsdag søndag 11. mai 2025 kl 0930-1600 i Prestegardsskogen på Stord med oppmøte ved skytebanen til Stord pistolklubb. Aktivitetsdagen inkluderer prøven til feltidrettsmerket (Regionsmesterskap) på morgenen, skarpskyttermerket og NAIS-medaljen midt på dagen og infanteriløp på ettermiddagen.

NROF inviterer medlemmer som er interessert i å lære hvordan dette kan gjøres for å gjøre noe lignende i egen avdeling til å kontakte leder i feltsportutvalget Sigmund Hope, hope5412@gmail.com for nærmere koordinering.

Skyteinstruktørkurs

NROF planlegger på å gjennomføre Skyteinstruktørkurs 2025 i perioden 10.-13. april i Ulven leir utenfor Bergen. Invitasjon er sendt ut til avdelingene. Medlemmer som oppfyller kravene bes ta kontakt med sin avdeling for å få avklart og meldt sitt kandidatur inn til sentralt hold.

Nijmegenmarsjen 2025

Informasjon om marsjen i 2025, inkludert priser for påmelding, ligger nå tilgjengelig på NROFs hjemmesider: <https://www.nrof.no/arrangementskalender/nijmegenmarsjen-2025/>

MILCOMP 2025

NROF ønsker å stille lag mangelkamp for reserven, Interallied Confederation of Reserve Officers (CIOR) Military competition (MILCOMP), i 2025 dersom det er kvalifiserte medlemmer som ønsker å delta. Se vedlegg (side 3-4).

Profilering

NROF har følgende artikler med logo: Grillforkle, NROF-caps, NROF-patch m/borrelås, brettekopper, kammerflagg, sitteplater, spork, nøkkelringer, slips og stor emaljert nål. Alt bestilles via sekretariatet. Bilder og priser finnes på nrof.no: <https://www.nrof.no/kategori/medlemsfordeler/profilartikler/>

Aktiviteter fremover

Sekretariatet oppfordrer alle medlemmer til å delta på lokale og sentrale aktiviteter.

Oppdatert oversikt over sentrale aktiviteter ligger på **nrof.no**.

- NROF avdeling Nedenes arrangerer «Ball Pro Patria» lørdag 15. mars 2025, <https://www.nrof.no/aktivitetskalender/ball-pro-patria-2025/>
- NROF mesterskap i pistollangrenn arrangeres av NROF avdeling Oslo på Lygna lørdag 22.mars. <https://www.nrof.no/aktivitetskalender/apent-nm-i-pistollangrenn-2/>

Spørsmål og innspill til NROF sentralt

Forbundsstyret og sekretariatet er opptatt av god kontakt med medlemmer og avdelinger, og ønsker å legge til rette for at aktiviteten lokalt blir best mulig. Vi er derfor glade for innspill og kommentarer.

Her er vår kontaktinformasjon:

NROF e-post: post@sekr-nrof.no

Sentralbord: 48 45 05 03

Erik Gustavson 474 83 706
Erik.gustavson@sekr-nrof.no

Ståle Sandholt 913 67 716
Stale.sandholt@sekr-nrof.no

Marte E. L. Johansen 928 10 392
Marte.johansen@sekr-nrof.no

Morten Wroldsen 901 44 535
Morten.wroldsen@sekr-nrof.no

Postadressen vår er:

NROF
Postboks 1550, Sentrum
Bygning 60, Akershus festning, 0015 Oslo

Følg NROF på sosiale medier

Følg med på www.nrof.no, på Facebook <https://www.facebook.com/NROFreserve> og på Instagram <https://www.instagram.com/norskreservistforbund/>



CIOR Military Competition (MILCOMP)

Innledning

NROF ønsker å stille lag i CIOR MILCOMP i 2025 (Tid og sted er ennå ikke fastlagt), dersom det er kvalifiserte medlemmer som ønsker å delta.

Beskrivelse av CIOR MILCOMP

Mangekamp for reserven er internasjonalt kjent som Interallied Confederation of Reserve Officers (CIOR) Military competition (MILCOMP). MILCOMP er relevant for dagens reservister, da den trener og tester ferdigheter som reservister, og annet militært personell, må mestre, slik som fysisk form, teamarbeid, navigering på land, skyting, førstehjelp, og krigens folkerett. Se mer informasjon på <https://cior.net/military-competition-milcomp/>

MILCOMP er en lagsport. Et lag består av tre personer, noe som gjør at samarbeidsøvelser som hinderbane og hindersvømming er «lettere» å komme igjennom enn de fleste tenker seg. (Som en kuriositet stilte det i 2024 deltakere som ikke kunne svømme, men som kom igjennom hindersvømmingen pga godt lagarbeid). Deltakerne i MILCOMP har meget varierende fysisk form og kompetanse, men det vil alltid være en fordel å ha et godt fysisk treningsgrunnlag og gode ferdigheter er viktig for å oppnå gode resultater.

Mangekamp består skyting, hinderbaner (hinderbane og hindersvømming), feltløp med innlagte poster/ferdighetstester. I tillegg til de feltmessige øvelsene konkurreres det også i to andre relevante disipliner; praktisk førstehjelp (Tactical combat casualty care) og krigens folkerett (Law of armed conflicts) i en felles øvelse eller delt i 2 separate. Dette premieres separat fra mangekampen.

NROFs aktiviteter innen skyting, feltsport og sanitet gir et godt grunnlag for aktivitetene i MILCOMP.

Mangekamp består av følgende disipliner:

1. Skyting

Rifle på 200 m og pistol på 25 m. Man skyter samme øvelse med begge våpen, 9 skudd presisjon og 9 skudd hurtigserie. Det skytes et fast skyteprogram i uniform og med hjelm. Våpen som benyttes er de våpen som er standard tjenestevåpen i det landet som arrangerer den årlige konkurransen.

2. Hinderbaner

Dette er 2 øvelser fordelt på **hinderbane og svømmehinderbane**.

Hinderbane gjennomføres i arbeidsuniform og joggesko. Laget starter samtidig og tiden stoppes når sistemann på laget er i mål. Det benyttes standard internasjonal femkamphinderbane på 500 m med 20 hinder.

Svømmehinderbanen gjennomføres med uniform fra arrangørlandet. Det er ikke tillat med svømmebriller. Banen er 50 meter og består av fem hinder. Laget kan samarbeide i forbindelse med hinderpasseringer.

3. Feltløp

Feltløpet er i hovedsak et orienteringsløp, som gjennomføres med samlet lag. Antrekk er arbeidsuniform, feltlue og feltstøvler. Personlig våpen utlånt fra vertsnasjonen skal bæres under hele, eller deler av, løpet. Lengden på løpet varierer, men løypa legges slik at estimert vinnertid er 100 minutter. Antall poster varierer, men 30-40 poster er normalt.

Innledningsvis testes laget i avstandsbedømmelse og kartlesing. Dette foregår på tid, men tiden inngår ikke i selve ø-løpet. Underveis i løpet er det håndgranatkasting mot 3 kjente mål; sirkel, rektangel og vindu på 20 meter, det kastes 4 granater mot hvert mål.

Orienteringen deles inn i ulike faser med ulike typer kart for hver fase. Dette kan være vanlige orienteringskart, reduserte kart, retning-avstand, rutetilvisning på militære kart, strektegninger, karthusk, georadar kart og flyfoto.

I tillegg står arrangør fritt til å legge inn ulike utfordringer underveis. Dette kan være å ta seg frem med ulike fremkomstmidler (eks sykkel, kano og kajakk), forsering av ulike hindre, skyting eller andre øvingsmomenter.

For utfyllende reglement: <http://www.cior.net/getattachment/Organisation/Military-Competition-Committee/CIOR-MilComp-Permanent-Regulations-2013.pdf.aspx>

Søk også på www.youtube.com, for å se øvelser.

4. Tactical combat casualty care og Law of armed conflicts

I tillegg til de feltmessige øvelsene konkurreres det også i to andre relevante disipliner; praktisk førstehjelp (Tactical combat casualty care) og krigens folkerett (Law of armed conflicts) i en felles øvelse eller delt i 2 separate. Premieres separat fra idrettskonkurransen (Milcomp).

Kvalifiseringskrav

Medlemmer som ønsker å være med å konkurrere om å være med på NROFs MILCOMP lag i 2025 må ha vist engasjement og interesse rundt NROFs egne arrangementer.

I tillegg legger NROF opp til å arrangere minst en samling for potensielle kandidater før endelig uttak.

Konklusjon

NROF ønsker å stille lag til MILCOMP i 2025. Kandidater som ønsker å prøve å kvalifisere seg for deltakelse til CIOR MILCOMP i 2025 må melde sin interesse til post@sekr-nrof.no senest innen 8. mars 2025.

Spørsmål om opplegg/arrangement kan rettes til post@sekr-nrof.no og/eller Kåre Gulliksen, karegulliksen@gmail.com (Lagleder i 2024)