



## VEDTEKTER FOR NROF-KRUSET

Gjeldende fra 1. januar 2026<sup>1</sup>

### § 1 Formål

NROF-kruset skal stimulere interessen for militær idrett, samt bidra til å vedlikeholde og høyne reservens fysiske skikkethet.

### §2 Utforming

NROF-Kruset er av tinn. Midt på lokket er NROFs merke festet. Navnet på vinneren graveres på siden av kruset, sammen med årstallet for tildelingen av kruset. På andre side av kruset er det gravert "NROF-KRUSET FOR ALLSIDIGHET I SKYTING OG IDRETT" Over navnet på vinneren er det festet et merke med en løpende soldat med gevær og teksten «NROF-KRUSET». Statuetten er en obelisk av glass, gravert med inskripsjonen «NROF-KRUSET 20 GANGER», ÅRSTALLET og VINNERENS NAVN.

### § 3 Premiering

- 1 NROF-kruset tildeles medlemmer ved første gangs fullføring.
- 2 Hvert år et medlem tilfredsstiller kravene, tildeles et årsmerke som festes på kruset.
- 3 For hver 5. gangs fullføring tildeles et premieglass rødvin.
- 4 Ved 20. gangs fullføring tildeles obelisken.
- 5 Ved 30. gangs fullføring tildeles en liten vase med inskripsjonen «NROF-KRUSET 30 GANGER».

### § 4 Krav

- 1 Oppnå minimum 100 poeng i henhold til oversikten i § 5.
- 2 Minimum 25 poeng må oppnås både innen skyting og annen fysisk aktivitet i henhold til de nevnte aktiviteter i § 5.
- 3 Det kan ikke kreves poeng fra ett og samme arrangement/merkeprøve for flere kategorier/grener. Eksempel: Kreves det poeng for grenen militært marsjmerke, kan dette ikke samtidig gi kilometer til grenen turmarsj eller brukes som utholdenhetsprøve til Idrettsmerket.
- 4 Alle arrangementer må være organisert og/eller dokumenterbare i en eller annen form.

### § 5 Poengberegning

- |   |  |          |
|---|--|----------|
| 1 | NROF aktiviteter   |          |
| a | NROF Mesterskap alle grener  | 25 poeng |
|   | Dersom det gjennomføres kvalifisering, gis det ikke poeng for deltagelse i finale. |          |
| b | NROF Regionsmesterskap alle grener   | 25 poeng |
| c | NROFs patruljeløp  | 25 poeng |
| d | NROF Marsjen (2 dager)   | 25 poeng |
| e | Medical Challenge  | 25 poeng |

- 2 Militære ferdighetsmerker:
- a Det militære marsjmerket 25 poeng
  - b Det militære skimerket 25 poeng
  - c Infanterimerket 25 poeng
  - d Feltidrettsmerket 25 poeng
  - e Det militære femkampmerket 25 poeng
  - f Det militære skarpskyttermerket 25 poeng
  - g Det militære skarpskyttermerket, bronsekravet 10 poeng
  - h Fullføring av merkeprøve uten å ha klart minstekravene 5 poeng
- 3 Andre ferdighetsmerker
- a Skiskyttermerket 20 poeng
  - b FDs premie i pistolskyting 20 poeng
  - c NIFs idrettsmerke 20 poeng
  - d Store Havhesten, gullkravet 20 poeng
  - e Store Havhesten, sølvkravet 10 poeng
  - f Store Havhesten, bronsekravet 5 poeng
  - g NAIS-medaljen, gullkravet 20 poeng
  - h NAIS-medaljen, sølvkravet 10 poeng
  - i NAIS-medaljen, bronsekravet 5 poeng
  - j Dugleiksmerket, gullkravet 20 poeng
  - k Dugleiksmerket, sølvkravet 10 poeng
  - l Dugleiksmerket, bronsekravet 5 poeng
  - m Nijmegen (medaljen) 20 poeng
- 4 Fullført militært norgesmesterskap eller militære internasjonale konkurranser. 20 poeng
- 5 a Fullført deltakelse i organiserte turmarsjer, turlangrenn, mosjonsløp og sykkelritt:
- | Turmarsj |       | Turlangrenn |       | Mosjonsløp |       | Sykkel |       |
|----------|-------|-------------|-------|------------|-------|--------|-------|
| Min km   | Poeng | Min km      | Poeng | Min km     | Poeng | Min km | Poeng |
| 120      | 25    | 150         | 25    | 75         | 25    | 700    | 25    |
| 80       | 15    | 100         | 15    | 50         | 15    | 500    | 15    |
| 40       | 10    | 50          | 10    | 25         | 10    | 250    | 10    |
| 20       | 5     | 30          | 5     | 10         | 5     | 100    | 5     |
- b Dokumentert trening kan inngå i distanse. Poengene beregnes ut fra samlet tilbakelagt distanse pr gren. Maksimalt 25 poeng pr gren. Andre grener kan godkjennes.
- 6 Turorientering
- a Oppnådd kravene til gullmerket 25 poeng
  - b Oppnådd kravene til sølvmerket 15 poeng
  - c Oppnådd kravene til bronsemerket 10 poeng

- 7 Deltakelse i åpne skytekonkurranser. Minimum 25 tellende skudd. 5 poeng  
Maksimalt kan det oppnås 30 poeng i denne kategorien.

#### § 6 Administrasjon og kontroll

- 1 NROFs sekretariat fører register over de som innfrir kravene til kruset, bestiller og distribuerer premier iht stattuttene.
- 2 Forbundsstyret ved FSU er øverste ankeinstans for tolking av vedtektene.
- 3 NROFs avdelinger, kontrollerer og attesterer innleverte skjemaer og foretar utdelinger.
- 4 Det enkelte medlem er selv ansvarlig for å fylle ut registreringskjema og skaffe til veie dokumentasjon for oppnådde resultater, og sende dette til sin NROF-avdeling innen 15. desember hvert år.
- 5 Medlemmer som ikke er tilsluttet en avdeling eller ikke har en avdeling i nærheten, kan sende skjemaet direkte til NROFs sekretariat
- 6 Den enkelte NROF-avdeling sender skjemaene samlet til sekretariatet innen 31. desember.
- 7 Utgiftene til NROF-kruset, obelisk, vase og årsmerker dekkes av NROF sentralt.
- 8 Oppdaterte vedtekter og registreringskjema skal til enhver tid være tilgjengelig på NROFs hjemmesider.



NROF Kruset



Obelisk 20. ganger



Vase 30. ganger