

---

# Rapport Sport Of Gs Vb

## Rapport of sport GU



**15. -16.03.2024**



# Komp Zen Sport A

## Cent comp sport A



Physische Leistungsbereitschaft → Ein wichtiger Beitrag  
Préparation à la performance physique → Une contribution importante

---



**SCHWEIZER  
ARMÉE**

VERTEIDIGT

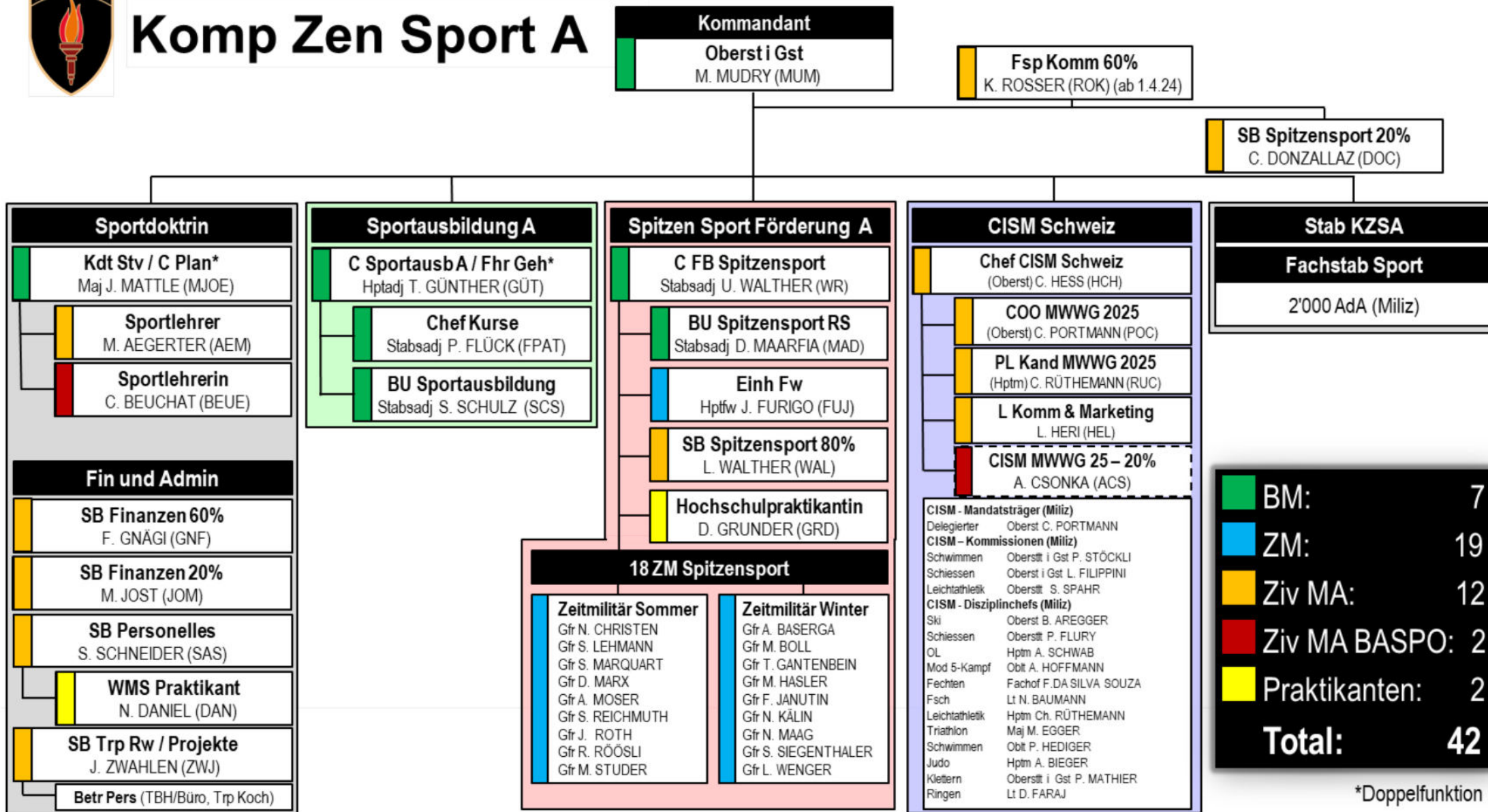


**ARMÉE  
SUISSE**

DÉFEND



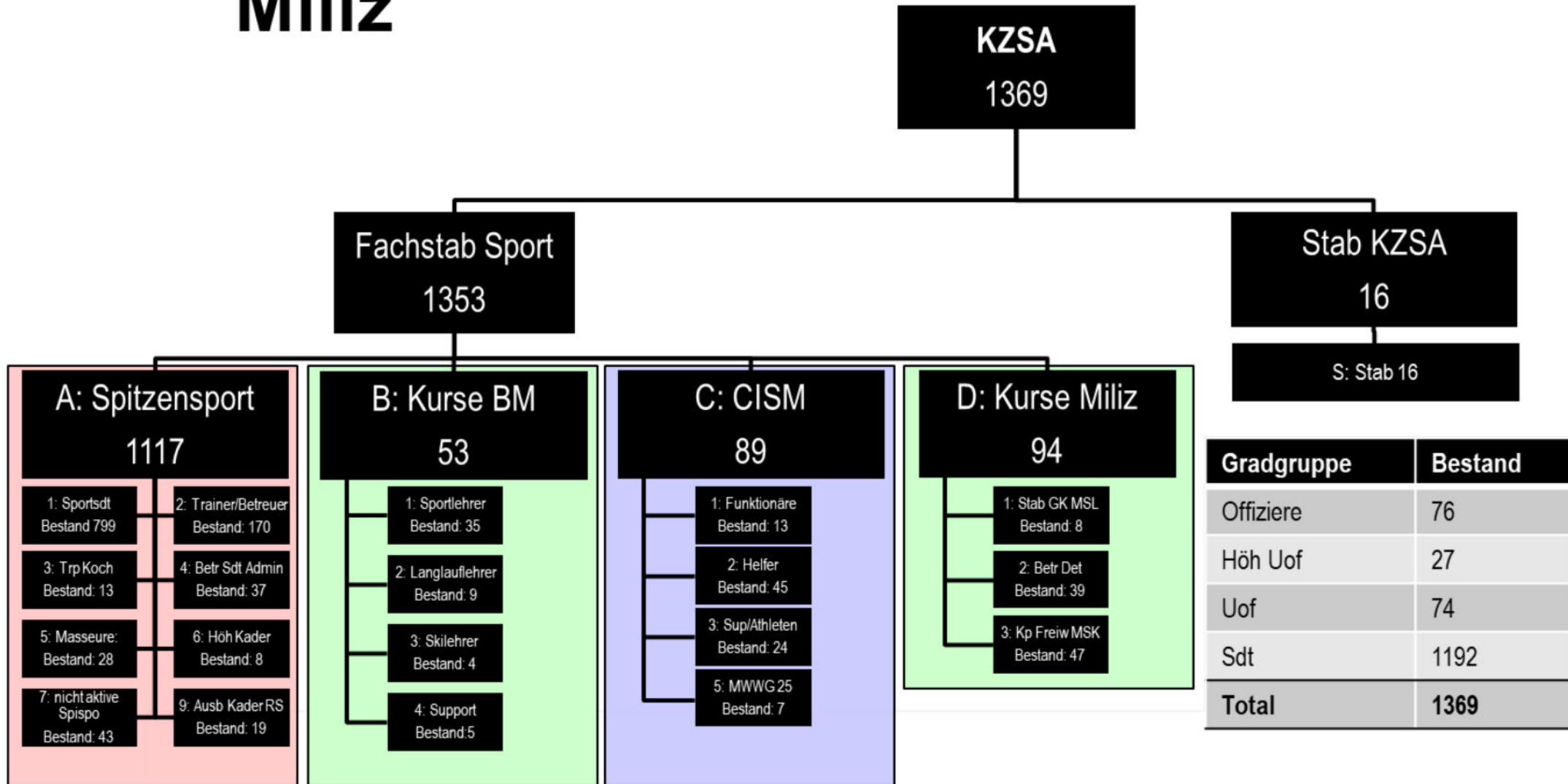
# Komp Zen Sport A



\*Doppelfunktion

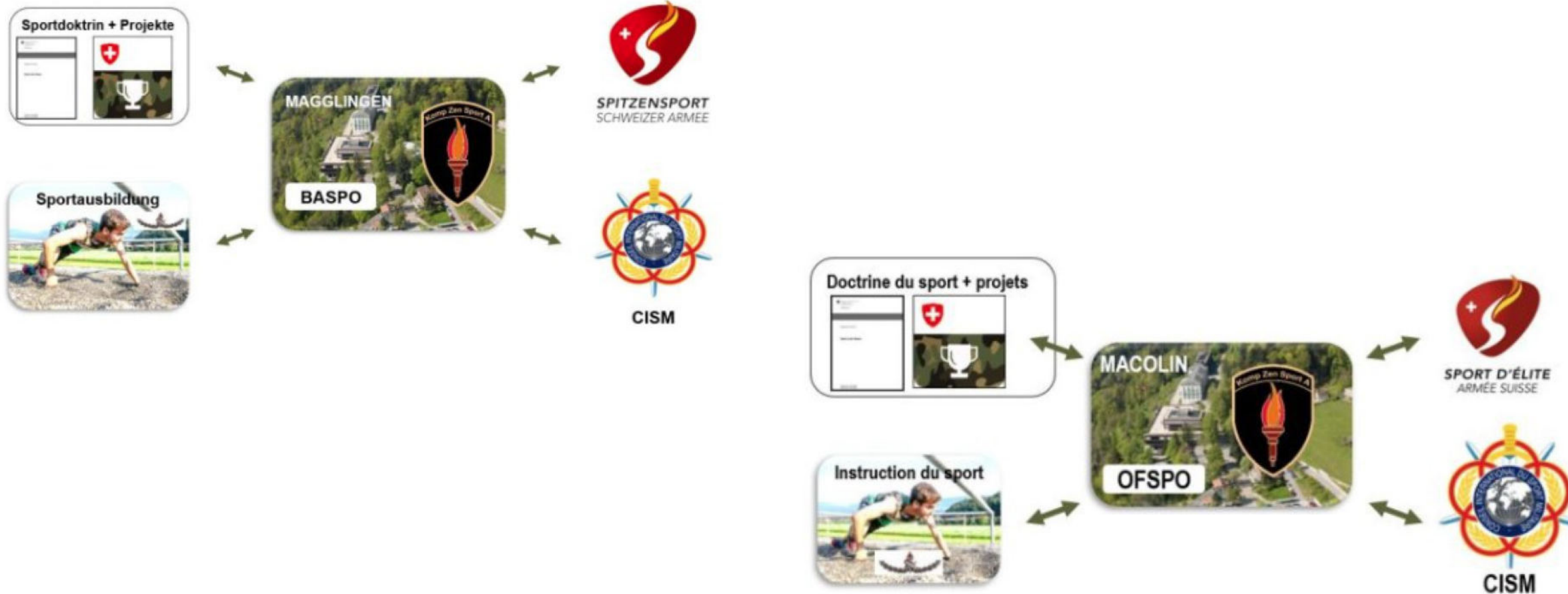


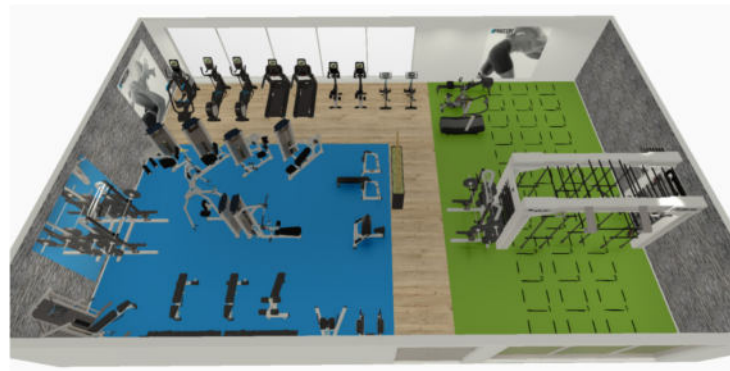
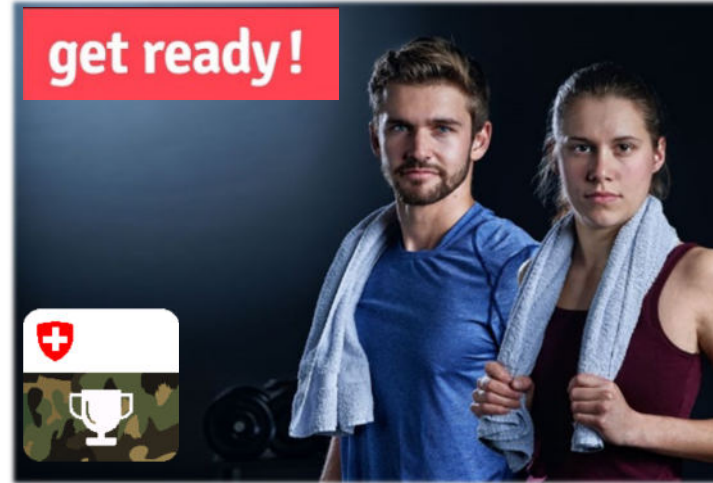
# Miliz



# Übersicht Komp Zen Sport A

## Vue d'ensemble cent comp sport A





**Fitnessraum NG**

## Milsport.admin.ch

### The Spirit of FIRE



**FAIRNESS**

Rispettiamo le regole, decidiamo insieme e rappresentiamo i valori della carta etica dello sport.

**INSIEME**

Incoraggiamo la cooperazione civile e militare e manteniamo i valori militari.

**RESPECT**

Mettiamo la persona al centro e ci comportiamo onestamente, in modo trasparente e leale.

**ENGASCHI**

Formiamo prestazioni di punta e entusiasmiamo il prossimo attraverso il nostro esempio e la nostra motivazione.

**Centro di competenza sport dell'esercito**


Il centro competenza sport dell'esercito (cen comp sport Es) è responsabile per l'istruzione sport nell'esercito Svizzero. A seconda delle possibilità, il milite deve poter acquisire le capacità fisiche necessarie per adempiere l'impiego militare secondo le sue funzioni. Nel contempo, lo sport dovrebbe essere vissuto come compensazione all'attività militare quotidiana.

Lo sport porta con sé molte qualità positive. I fattori fisici e psicologici hanno un ruolo particolare. Il cen comp sport Es si basa sugli effetti positivi delle attività sportive inserendoli nell'istruzione sport dell'esercito. Diversi studi effettuati dalla scuola superiore federale dello sport a Macolin sottolineano questo atteggiamento e mostrano come una migliore capacità di prestazione sportiva può essere raggiunta utilizzando i giusti contenuti didattici e una condotta competente. Inoltre, si aumenta il benessere interiore del milite. Anche se l'istruzione sport nell'esercito tiene in considerazione le regole basi dell'allenamento aumentando quindi progressivamente l'intensità sportiva, è necessaria una preparazione individuale prima di iniziare il servizio militare, visto che la giornata militare a confronto con quella civile è molto più faticosa. Un'acclimatazione ad alte esigenze fisiche non si verifica da oggi a domani.





12

 Schweizerische Eidgenossenschaft  
Confédération suisse  
Confederazione Svizzera  
Confederaziun svizra


**Schweizer Armee**  
**Armée suisse**  
**Esercito svizzero**

---

Reglement 51.041 dfl

**Sport in der Armee**  
**Sport dans l'armée**  
**Sport nell'esercito**

Gültig ab 01.01.2018

 SAP 2529.3343



### Gesund – Fit – Einsatzbereit

#### MSL-I

- Grundkurs (GK)
- FK Ausdauer
- FK Explosivität
- FK Regeneration
  
- FK ADF

#### Gesundheit

- Bewegungskurs  
1. – 4. Teil

#### Fit - K

- Kampfsport
- Rad
- Sommer
- Winter
- Nordisch 1 + 2
- Alpin 1 + 2

#### FK BM

- Explosivität 1
- Ausdauer 1
- Regeneration 1
- Langhantel 1

#### Wettkämpfe

- Unihockey

#### z G HKA

- MILAK MS
- MILAK BSG 1+2
- MILAK BLG 3  
+ DLG

RS – UOS – OS

BUSA



***SPITZENSPORT***  
*SCHWEIZER ARMEE*

# Die drei Gefässe



## Rekrutenschule



**18 Wochen**  
**Magglingen**  
**2x 70 Plätze ab 2023**

## Wiederholungskurs



**30+100 WK-Tage/Jahr**  
**National & International**  
**55'324 WK-Tage 2022**

## Zeitmilitär



**18 Stellen**  
**Verträge über 4 Jahre**  
**Maximale Unterstützung**

# Les trois domaines



## Ecole de recrues



**18 semaines**  
**Macolin**  
**2x 70 places d'ici 2023**

## Cours de répétition



**30+100 Jours de CR/année**  
**National & International**  
**55'324 Jours de CR en 2022**

## Militaire contractuel



**18 postes**  
**Contrats de 4 ans**  
**Soutien maximal**



**CISM**

# CISM

- Gründung 18.02.1948 / **Fondation 18.02.1948**
- Beitritt Schweiz 1968 / **Adhésion de la Suisse en 1968**
- 140 Mitgliedstaaten / **140 États membres**
- 34 Sportarten / **34 disciplines sportives**
- IOC / FIFA / CISM
- Bestandteil Spi Spo Fö A / **Élément Promotion du sport d'élite**



BEL



FRA



DEN



LUX



NED



# Sportausbildung Miliz

## Formation sportive milice





***Die Physis der Soldaten ist das Kapital der Armee!***  
***Le physique des soldats est le capital de l'armée !***

# General Henri GUISAN



«Sport in der Armee ist weder Freude noch Zeitvertreib. Es ist eine militärische Disziplin, ohne die man sich keinen Soldaten, keinen Mann und keinen Kämpfer vorstellen kann.»



"Le sport à l'armée n'est ni un plaisir ni un passe-temps. C'est **une discipline militaire** sans laquelle on ne peut imaginer un soldat, un homme ou un combattant".

# Zielsetzungen der Sportausbildung

## Objectifs de l'instruction du sport



### 5 Zielsetzungen

#### 5.1 Allgemeine Richtziele

23 Die Sportausbildung soll:

- Durch Erlebnisvielfalt den Sinn des Sports darlegen und die Freude an der eigenen Leistungsfähigkeit fördern;
- Die konditionellen Substanzen (Kraft, Ausdauer, Schnelligkeit, Beweglichkeit) und koordinativen Kompetenzen (Orientierungs-, Gleichgewichts-, Rhythmisierungs-, Differenzierungs- und Reaktionsfähigkeit) trainieren, damit die Angehörigen der Armee den physischen Anforderungen des militärischen Alltages gewachsen sind;
- Die sportlichen Fähigkeiten mittels Leistungsprüfungen bzw dem Fitnessstest der Armee (FTA) periodisch überprüfen;
- Die Notwendigkeit des Sports als Voraussetzung zur Erfüllung des militärischen Einsatzes sowie die emotionale Substanz (Motivation, Selbstvertrauen, Ursachenklärung) bewusst machen;
- Bewegungsfreude über den Militärdienst hinaus vermitteln;
- Den AdA sportliche Bewegung als Ausgleich erleben lassen;
- Die Teilnahme an militärischen Wettkämpfen fördern.

#### 5.2.9 Ausbildungsziele der Ausbildungsdienste der Formationen (ADF), Verbandsausbildung 2 (VBA 2) inkl Durchdiener

- 33 – Konditionelle Substanz und koordinative Kompetenzen anwenden;  
– Die Leistungsfähigkeit mittels FTA 5 Disziplinen unter Beweis stellen.

### 5 Objectifs

#### 5.1 Lignes directrices

23 L'instruction du sport a pour but:

- de montrer le sens du sport et le plaisir d'améliorer ses propres performances à travers des expériences multiples ;
- d'entraîner la condition physique (force, endurance, vitesse, souplesse) et les capacités de coordination (orientation, équilibre, rythme, différenciation, réaction) pour que les militaires soient en mesure de supporter les exigences physiques du service militaire au quotidien ;
- de contrôler régulièrement les capacités physiques acquises au moyen d'examen d'aptitude et du test de fitness de l'armée (TFA) ;
- de rendre les militaires conscients de la nécessité de faire du sport pour être à même de remplir leurs engagements militaires et d'attirer leur attention sur la dimension émotionnelle (motivation, confiance en soi, analyse des causes) ;
- de transmettre le plaisir de bouger, y compris en dehors du service militaire ;
- de permettre aux militaires d'expérimenter les bienfaits de l'activité physique pour leur équilibre personnel ;
- d'encourager la participation aux championnats militaires.

#### 5.2.9 Objectifs d'instruction des services d'instruction en formation (SIF), d'instruction en formation 2 (IFO 2) y compris des militaires en service long

- 33 – entretenir la condition physique et les capacités de coordination ;  
– démontrer les aptitudes physiques au moyen du TFA 5 disciplines.

# Ausbildungsumfang

## Temps d'instruction



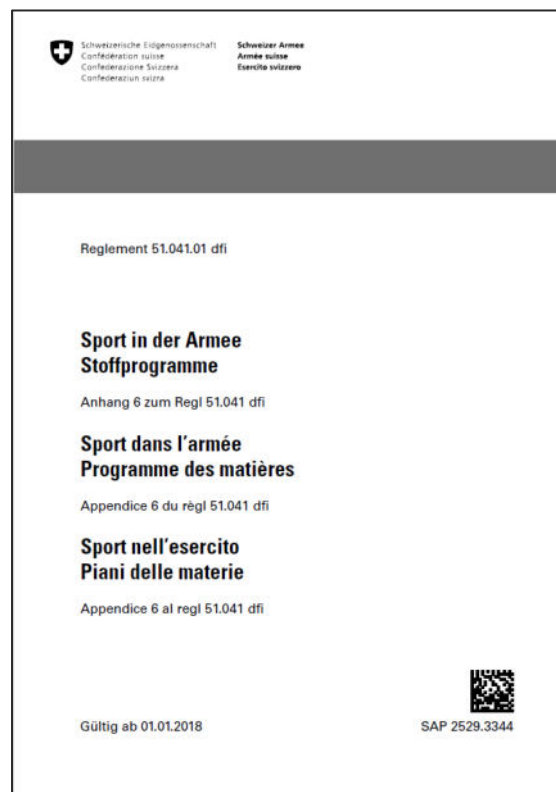
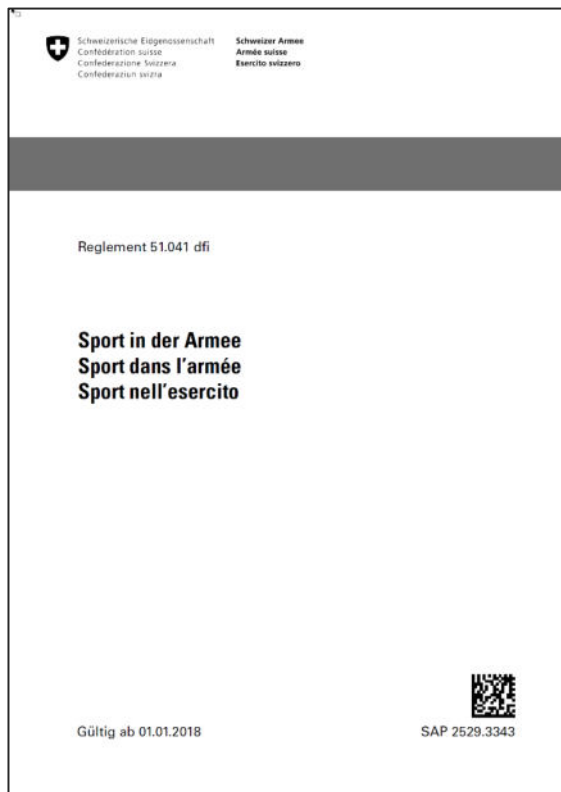
41 In der VBA 1 und nach Möglichkeit in den ADF (VBA 2) sind grundsätzlich 4h Sport pro Woche als Bestandteil der Ausbildung oder integriert in Übungen und Einsätzen (ohne Regiezeiten) während der Dienstleistung in den normalen Tagesablauf oder Diensträder einzuplanen.

49 In der VBA 1 und VBA 2 sowie anlässlich der Durchhalteübung in der Offiziersschule können physisch belastbare Ausbildungs- und Übungsinhalte wie Häuser- und Ortskampf (HOK) und andere intensive Gefechts- und Einsatzübungen inkl Gebirgsausbildung/Berg-/Klettertouren (ausgeschlossen Märsche) effektiv, jedoch bis maximal 50% an den wöchentlichen Ausbildungsumfang (gemäss Zif 41), zulasten der Sportausbildung angerechnet werden.



41 Durant l'IFO 1 et si possible aussi durant les services d'instruction de base (IFO 2), il faut intégrer 4 heures de sport par semaine à l'instruction, soit sous forme de cours de sport, soit en les intégrant aux exercices, aux engagements dans le plan journalier normal. (temps de régie non compris).

49 Lors de l'IFO 1 et 2 ou de l'exercice d'endurance à l'école d'officiers, les contenus d'instruction et des exercices, tels qu'exercices de combat de maisons et de localité (CML) et autres exercices de combat et d'engagement intenses, y compris instruction alpine, tours en montage, escalade (marches exclues) peuvent être comptabilisés comme instruction de sport, jusqu'à 50% au plus du temps de formation hebdomadaire alloué aux activités sportives (selon chiffre 41).



[LMS: 51.041 d Sport in der Armee \(lmsvbs.ch\)](https://www.milsport.admin.ch)

[LMS: 51.041.01 d Sport in der Armee - Stoffprogramme \(lmsvbs.ch\)](https://www.milsport.admin.ch)

<https://www.milsport.admin.ch>

# Stoffprogramm ADF (Regl 51.041.01)



Woche	Fachgebiet	Themen Sportunterricht lang		Anz Lek	Ort
1-3	Prüfung	FTA 5 Disziplinen		1	Ha/Gel
	Konditionelle Substanz Spiel Koordinative Kompetenz	Circuitformen mit/ohne Einsatz von Geräten/einfachen Mitteln	Spiel nach Wahl: Badminton/Speedminton-Mini Tennis-Volleyball Indiac-a-Faustball Unihockey-Smolball-Intercross/Lacrosse Frisbee Ultimate/Spiel mit Heuler Basketball-Futsa/Fussball Völkerball-Blitzball/Touchrugby Brennball/Kickball Tchoukball Kin-Ball FooBaSKILL	2	Gel Ha (Fit Rm)
		Kräftigungsformen mit Geräten/eigenem Körpergewicht/Partner/einfachen Mitteln			
		Koordinative Postenarbeit mit/ohne Einsatz von Geräten/einfachen Mitteln			
Orientierungslauf Konditionelle Substanz Regeneration	Orientierungslauf		2	Gel	
	Gelände-/Waffenlauf				
	Nordic Walking/(aktive) Regeneration				
Spiel	Spieltturnier (Themen Wo 1-3)		1	Ha Gel	

Woche	Fachgebiet	Themen Sportunterricht kurz		Anz Lek	Ort
1	Theorie	Einführungstheorie Sport		1	Th S
	Konditionelle Substanz	Laufen: Grundlagentraining		1	Gel
2-3	Konditionelle Substanz	Kräftigungsformen mit eigenem Körpergewicht		2	Gel Ha
		Laufen: Grundlagentraining		1	Gel
		Laufen: Intervalltraining (lange Einheiten)		1	Gel

# Programme des matières SIF (Regl 51.041.01)



Semaine	Domaine spécialisé	Thèmes de l'instruction du sport, leçon longue		Nombre de leçons	Lieu
1-3	Examen	TFA 5 disciplines		1	En salle Terrain
	Condition physique Jeu Capacité de coordination	Formes de circuit avec / sans engins / moyens simples	Jeu aux choix: badminton / speedminton – mini tennis – volleyball indiana – balle au poing unihockey – smolball – inter-crosse / lacrosse frisbee ultimate / jeu avec un aéro hurleur basket-ball – futsal / football ballon chasseur – balle éclair / touch rugby balle brûlée / kick ball tchoukball kin-ball FooBaSKILL Postes de travail de la coordination avec / sans engins / moyens simples	2	Terrain En salle (Salle de fit)
		Formes de renforcement avec engins / à l'aide de son propre poids / avec un partenaire / avec des moyens simples			
		Postes de travail de la coordination avec / sans engins / moyens simples			
Course d'orientation Condition physique Régénération	Course d'orientation	2	Terrain		
	Course sur le terrain / course militaire				
	Nordic walking / Régénération (active)				
Jeu	Tournoi de jeux (thèmes sem. 1-3)	1	En salle Terrain		

Semaine	Domaine spécialisé	Thèmes de l'instruction du sport, leçon courte		Nombre de leçons	Lieu
1	Théorie Condition physique	Théorie d'introduction du sport		1	Salle de théorie
		Course : entraînement d'endurance de base		1	Terrain
2-3	Condition physique	Formes de renforcement à l'aide de son propre poids		2	Terrain En salle
		Course : entraînement d'endurance de base		1	Terrain
		Course : entraînement par intervalles (unités longues)		1	Terrain

<b>Rekrutierung</b>	FTA 5 Disziplinen + Erhebung Sport- und Bewegungsverhalten	
<b>RS</b>	FTA 3 Disziplinen + Erhebung Sport- und Bewegungsverhalten	Eintrittstest
	FTA 5 Disziplinen	Zwischentest*
	FTA 3 Disziplinen	Schlusstest*
<b>UOS</b>	FTA 3 Disziplinen KKT, HiBa Halle	Eintrittstest Sportprüfungen
<b>OS</b>	FTA 3 Disziplinen FTA 5 Disziplinen (Teilprüfung MSL) FTA 3 Disziplinen	Eintrittstest Zwischentest Schlusstest
	KKT, HiBa Halle & Gelände, Klettern, Theorieprüfung	MSL Ausbildung
<b>hoh Uof LG</b>	FTA 3 Disziplinen	Eintrittstest
<b>Kü C LG</b>	FTA 3 Disziplinen	Eintrittstest
<b>ADF (VBA 2)</b>	<b>FTA 5 Disziplinen</b> + Erhebung Sport- und Bewegungsverhalten	Zwischentest**
<b>Berufskader</b>	FTA 3 Disziplinen + Erhebung Sport und Bewegungsverhalten	Jahrestest***

\* inklusive den Kader im Praktischen Dienst  
\*\* sämtliche AdA bis und mit Stufe Trp K0  
\*\*\* gemäss Befehl des CdA

Die Militärsportauszeichnung Stufe 1 (MSA) wird im PISA und im Dienstbüchlein eingetragen. Wird die MSA ein zweites Mal erreicht, muss ein entsprechender Eintrag mit Jahreszahl im Dienstbüchlein gemacht werden. Die dritte MSA berechtigt zum Eintrag der MSA Stufe 2 im Dienstbüchlein und wird erneut im PISA vermerkt.



<https://www.milспорт.admin.ch/downloads/fta/>

<b>Recrutement</b>	TFA 5 disciplines + questionnaire sur la pratique sportive	
<b>ER</b>	TFA 3 disciplines + questionnaire sur la pratique sportive	test d'admission
	TFA 5 disciplines	test intermédiaire*
	TFA 3 disciplines	test final*
<b>ESO</b>	TFA 3 disciplines TCC, piste obst salle	test d'admission examens de sport
<b>EO</b>	TFA 3 disciplines TFA 5 disciplines (examen partiel MSM) TFA 3 disciplines	test d'admission test intermédiaire test final
	TCC, piste obst salle & terrain, grimper, examen théorique	formation MSM
<b>SF sof sup</b>	TFA 3 disciplines	test d'admission
<b>SF chef cuis</b>	TFA 3 disciplines	test d'admission
<b>SIF (IFO 2)</b>	<b>TFA 5 disciplines</b> + questionnaire sur la pratique sportive	test intermédiaire**
<b>Militaires de carrière</b>	TFA 3 disciplines + questionnaire sur la pratique sportive	test annuel***

\* avec les cadres accomplissant le service pratique  
\*\* tous les militaires (mil) jusqu'à l'échelon du corps de troupe  
\*\*\* conformément à l'ordre donné par le CdA

La distinction de sport militaire (DSM) de premier niveau est inscrite dans PISA et dans le livret de service. Si elle est obtenue une deuxième fois, l'inscription dans le livret de service est complétée par l'année d'obtention. L'obtention d'une troisième DSM donne droit au second niveau de DSM qui est inscrit dans le livret de service et dans PISA.

<https://www.milспорт.admin.ch/fr/downloads/fta/>





**4.1 Jet du ballon lourd [m]**

H	Points	Age						Qualification 1-5	Evaluation 1-10
		-30	31-35	36-40	41-45	46-50	51-55		
25	8.50	8.41	8.24	8.07	7.90	7.75			
24	8.30	8.22	8.05	7.88	7.72	7.57			
23	8.10	8.02	7.85	7.69	7.53	7.37			
22	7.90	7.82	7.66	7.50	7.34	7.18			

**4.6 Course d'endurance progressive (anneau d'athlétisme) [min:s]**

H	Points	Age						Qualification 1-5	Evaluation 1-10
		-30	31-35	36-40	41-45	46-50	51-55		
25	19:42	19:02	18:23	17:10	15:58	14:46	13:34	5.0	10.0
24	19:03	18:22	17:42	16:33	15:25	14:17	13:09	4.9	9.8
23	18:23	17:41	16:59	15:55	14:51	13:47	12:43	4.8	9.6

**4.2 Test global de la force du tronc [s]**

H	Points	Age						Qualification 1-5	Evaluation 1-10
		-30	31-35	36-40	41-45	46-50	51-55		
25	276	261	242	222	203	184	5.0	10.0	
24	257	243	225	207	189	171	4.9	9.8	
23	238	225	208	192	175	158	4.8	9.6	
22	219	207	192	176	161	146	4.7	9.4	

Technische Weisungen: [Sportausbildung \(admin.ch\)](http://Sportausbildung.admin.ch)

[www.vtg.admin.ch/sportausbildung](http://www.vtg.admin.ch/sportausbildung) => Sportprüfungen => Downloads => FTA



Directives techniques: [Instruction du sport \(admin.ch\)](http://InstructionduSport.admin.ch)

[www.armee.ch/instructiondusport](http://www.armee.ch/instructiondusport) => Examen de sport => Téléchargements => TFA



# Militärssport Wettkampfauszeichnung

## Distinction de sport militaire de compétition



63 Die Militärssport Wettkampfauszeichnung wird abgegeben aufgrund des Militärischen Leistungsausweises. Wer sechs Militärssportwettkämpfe, verteilt auf mindestens zwei Jahre, vorweisen kann, ist auszeichnungsberechtigt. Die Militärssport Wettkampfauszeichnung wird zusätzlich zur Militärssportauszeichnung getragen.



### Directives techniques

- > Budget document
- > Test de fitness de l'armée 5 disciplines (TFA5)
- > Test de fitness de l'armée 3 disciplines (TFA3)
- > Test de condition physique et de coordination (TCC)
- > Piste d'obstacle en salle (Piste obst salle)
- > Piste d'obstacle dans le terrain (Piste obst terrain)
- > Grimper (5 m à la perche verticale/4.5 m à la corde)
- > Test de coordination (TC)
- > Test d'endurance-force (TEF)
- ▼ Distinction de sport (Rubans sport)

📄 1000\_Page de titre  
PDF, 1 Pages, 302 KB

📄 1001\_DSM  
PDF, 2 Pages, 335 KB

📄 1002\_DSMcomp  
PDF, 1 Pages, 278 KB

📄 1003-Manifestation mil sport  
PDF, 1 Pages, 326 KB

### Technische Weisungen

- > Rahmendokument
- > Fitnesstest der Armee 5 Disziplinen (FTA5)
- > Fitnesstest der Armee 3 Disziplinen (FTA3)
- > Konditions- und Koordinationstest (KKT)
- > Hindernisbahn in der Halle (HiBa Halle)
- > Hindernisbahn im Gelände (HiBa Gelände)
- > Klettern (5m an der vertikalen Stange/4.5m am Tau)
- > Koordinationstest (KT)
- > Kraftausdauerstest (KAT)
- ▼ Auszeichnungen Sport (Sport Ribbons)

📄 1000\_Titelblatt  
PDF, 1 Seite[n], 303 KB

📄 1001\_MSA  
PDF, 2 Seite[n], 336 KB

📄 1002\_MS WettkA  
PDF, 1 Seite[n], 284 KB

📄 1003\_MilSportAnlässe  
PDF, 1 Seite[n], 328 KB

Technische Weisungen: [Sportausbildung \(admin.ch\)](http://Sportausbildung.admin.ch)  
[www.vtg.admin.ch/sportausbildung](http://www.vtg.admin.ch/sportausbildung) => Sportprüfungen  
=> Downloads => Auszeichnung Sport (Sport Ribbons)

Directives techniques: [Instruction du sport \(admin.ch\)](http://Instruction du sport.admin.ch)  
[www.armee.ch/instructiondusport](http://www.armee.ch/instructiondusport) => Examen de sport  
=> Téléchargements => TFA

63 La distinction de sport militaire de compétition est remise sur la base du livret de performance militaire. Le militaire pouvant faire valoir sa participation à six compétitions militaires sur une période de deux ans au minimum a droit à cette distinction, qui est portée en plus de la distinction de sport militaire.

# Militärsporthleiter (MSL) moniteur de sport militaire (MSM)



Bezeichnung	Ausbildungskompetenz	Ausbildung
Militärsporthleiter (MSL)	Leiten die Sportausbildung in der AGA/EGA, FGA und VBA 1, allen Lehrgängen sowie in der VBA 2 (ADF).  Sie können als Unterstützung der MSL-I eingesetzt werden.	Offiziere während der OS. BU während der Grundausbildung an der BUSA. Sport Uof während der UOS/im Prakt D. Sportsoldaten in der Spitzensport RS. Geeignete AdA (Miliz) in speziellen MSL Kursen.



50 Organisierte und geplante Sportausbildung in der VBA 1 und VBA 2 (ausgeschlossen Prüfungen und Auszeichnungen) auf Stufe Gruppe und tiefer benötigt nicht zwingend einen MSL zur Leitung der Sportlektion. Die Sicherheitsvorschriften sowie das Risikomanagement sind immer einzuhalten.



Désignation	Compétences d'instruction	Instruction
Moniteur de sport militaire (MSM)	Responsable de l'instruction du sport durant l'IBG/IBE, l'IBF, l'IFO 1, tous les SF et l'IFO 2 (SIF)  Soutien du MSM-I	Officier pendant l'EO Sof carr pendant l'instruction de base à l'ESCA Sof sport pendant l'ESO/le S prat Sdt sport à l'ER sportifs d'élite Sdt (milice) disposant des qualifications requises pour les cours spéciaux pour MSM

50 L'instruction du sport organisée et planifiée à l'IFO 1 et 2 (exception faite des examens et des distinctions) à un échelon égal ou inférieur à celui du groupe ne nécessite pas forcément de MSM pour dispenser la leçon. L'important est que les prescriptions de sécurité et la politique de gestion des risques soient dûment respectées.

# Militärsportleiterkurs ADF

## Cours moniteur de sport militaire SIF



**Militärsportleiter-Ausbildung**



Die Militärsportleiter-Ausbildung ist die Grundlage der Sportausbildung der Armee. Es wird zwischen Militärsportleiter/in (MSL), Militärsportleiter-Instruktor/in (MSL-I) oder Militärsportleiter-Experte/Expertin (MSL-E) unterschieden. Ausgebildete Militärsportleiter/Innen sind anschliessend befähigt, die Sportausbildung in der Armee durchzuführen. Unter Sportausbildung werden Ausbildungs- oder Trainingseinheiten für Angehörige der Armee verstanden, die zielorientiert geleitet werden.

Je nach Ausbildungsstand erhalten die Militärsportleiter/Innen zusätzlich die Zertifikate esa-Leiter/in oder esa-Experte/Expertin im Fachgebiet Allround durch das Bundesamt für Sport in Magglingen. Die Abkürzung "esa" steht für "Erwachsenensport Schweiz".

Um die Ausbildung als MSL erfolgreich abzuschliessen, sind die vorgegebenen Ziele zu erreichen und die entsprechenden Prüfungen zu erfüllen.

Zum MSL können die folgende AdA ausgebildet werden:

- Offiziere während der OS;
- BU während der BUSA;
- Geeignete AdA (Miliz) in speziellen MSL-Kursen.

**MSL-Ausbildung**

- > MSL-Kaderstruktur
- > MSL-Anmeldeformular

Anmeldeformular

[Anmeldeformular MSL Kurse ADF 24](#)  
DOCX, 2 Seite[n], 48 KB



**Formation de moniteur de sport militaire**



La formation de moniteur de sport militaire est la base de l'instruction du sport de l'armée. On distingue les moniteurs de sport militaire (MSM), les instructeurs de sport militaire (MSM-I) ou les moniteurs de sport militaire experts (MSL-E). Les moniteurs de sport militaire formés sont ensuite habilités à dispenser la formation sportive au sein de l'armée. Par formation sportive, on entend des unités de formation ou d'entraînement pour les militaires, qui sont dirigées de manière ciblée.

Selon le niveau de formation obtenue ils reçoivent également le certificat de moniteur ou d'expert esa de l'Office fédéral du sport à Macolin ([www.baspo.ch](http://www.baspo.ch)) avec spécialisation Allround. L'abréviation "esa" signifie "Sport des adultes Suisse".

Pour réussir la formation de MSM, il faut atteindre les objectifs fixés et réussir les examens correspondants.

Les militaires suivants sont formés en tant que MSM :

- officiers durant leur EO;
- sof carr durant leur formation de base à l'ESCA;
- militaires qualifiés dans des cours spéciaux de moniteurs de sport militaire.

**Instruction MSM**

- > Structure des cadres
- > Formulaire d'inscription MSM

Formulaire d'inscription 2024

[Formulaire d'inscription cour MSL 2024](#)  
DOCX, 2 Pages, 67 KB

**13.05. – 17.05.2024 - Wpl Bremgarten**  
(Anmeldetermin / Date d'inscription: **05.04.2024**)

**02.06. – 06.06.2025 - Wpl Bremgarten**  
(Anmeldetermin / Date d'inscription: **09.05.2025**)

[Militärsportleiter-Ausbildung \(admin.ch\)](http://admin.ch)

[Formation de moniteur de sport militaire \(admin.ch\)](http://admin.ch)

# Pflichtenheft Sport Of Gs Vb

## Cahier des charges of sport GU



Stufe	Thema	Aufgaben
Sport Of Gs Vb	Fachbereich	<ul style="list-style-type: none"> <li>Ist der fachdienstliche Ansprechpartner gegenüber dem Komp Zen Sport A.</li> <li>Ist Berater des Kdt und des Stabes in allen Fragen bezüglich Sport in der Armee, in den ADF wie auch im Aktiv D.</li> <li>Beurteilt die physische Leistungsfähigkeit der Truppe und schlägt Massnahmen zu deren Förderung vor.</li> </ul>
	Personelles	<ul style="list-style-type: none"> <li>Unterstützt die Trp Kö Kdt bei der Auswahl der Sport Of.</li> <li>Koordiniert die Selektion und die Aus- und Weiterbildung der MSL.</li> </ul>
	Ausbildung	<ul style="list-style-type: none"> <li>Führt als fachdienstlicher Vorgesetzter Kaderausbildungen mit den DU Sport Of durch.</li> <li>Leitet die Sportaktivitäten im Stab Gs Vb.</li> <li>Meldet dem Komp Zen Sport A jährlich die FTA Resultate.</li> </ul>
	Anlässe	<ul style="list-style-type: none"> <li>Organisiert interne Sportanlässe gem Bf Kdt Gs Vb.</li> <li>Setzt die Vorgaben des Kdo Ausb bzw Kdo Op bzgl der Teilnahme der Truppe an den Wettkämpfen der Armee um.</li> </ul>
Sport Of Trp Kö (Doppelfunktion)	Fachbereich	<ul style="list-style-type: none"> <li>Ist Berater des Trp Kö Kdt und des Stabes in allen Fragen bezüglich Sport in der Armee.</li> <li>Beurteilt die physische Leistungsfähigkeit der Truppe und schlägt Massnahmen zu deren Förderung vor.</li> </ul>
	Personelles	<ul style="list-style-type: none"> <li>Meldet die geeigneten MSL Kandidaten der Einheiten für den MSL Kurs an.</li> <li>Betreibt aktiv Werbung für die Sportkurse und Wettkämpfe der Armee.</li> </ul>
	Ausbildung	<ul style="list-style-type: none"> <li>Führt als fachdienstlicher Vorgesetzter Kaderausbildungen mit den Sport Of Einheiten und/oder MSL durch.</li> <li>Leitet die Sportaktivitäten gem Vorgaben im Stab Trp Kö.</li> <li>Koordiniert und kontrolliert die Sportausbildung der Einheiten auf Stufe Trp Kö.</li> <li>Überprüft die Leistungsfähigkeit der unterstellten Verbände in Absprache mit dem Kdt.</li> <li>Meldet dem Sport Of Gs Vb die FTA Resultate.</li> </ul>
	Anlässe	<ul style="list-style-type: none"> <li>Organisiert interne Sportanlässe gem Bf Trp Kö Kdt.</li> <li>Setzt die Vorgaben des Kdo Ausb bzw Kdo Op bzgl der Teilnahme der Truppe an den Wettkämpfen der Armee um.</li> </ul>

Echelon	Domaine	Devoirs
Of sport des GU	Domaine spécialisé	<ul style="list-style-type: none"> <li>Sert d'interlocuteur avec le cen comp sport A</li> <li>Sert de conseiller au cdt et à l'EM pour toutes les questions concernant le sport dans l'armée, le SIF et le service actif</li> <li>Evalue les performances physiques de la troupe et propose des mesures d'amélioration</li> </ul>
	Personnel	<ul style="list-style-type: none"> <li>Soutient le cdt C trp dans le choix de l'officier de sport</li> <li>Coordonne la sélection, l'instruction et la formation des MSM</li> </ul>
	Instruction	<ul style="list-style-type: none"> <li>Conduit comme cadre supérieur et spécialiste technique l'instruction des cadres avec les of sport directement subordonnés</li> <li>Dirige les activités sportives à l'EM de la GU</li> <li>Annonce chaque année au cen comp sport A les résultats du TFA</li> </ul>
	Événements	<ul style="list-style-type: none"> <li>Organise des manifestations sportives internes selon l'ordre du cdt de la GU</li> <li>Applique les directives du cdmt Instr et du cdmt Op pour la participation de la trp aux concours de l'armée</li> </ul>
Of sport C trp (Double fonction)	Domaine spécialisé	<ul style="list-style-type: none"> <li>Sert de conseiller au cdt C trp et à l'EM pour toutes les questions concernant le sport dans l'armée</li> <li>Evalue les performances physiques de la troupe et propose des mesures d'amélioration</li> </ul>
	Personnel	<ul style="list-style-type: none"> <li>Inscrit les candidats de unités appropriés pour suivre les cours MSM</li> <li>Fait la promotion active des cours de sport et des concours de l'armée</li> </ul>
	Instruction	<ul style="list-style-type: none"> <li>Conduit comme cadre supérieur et spécialiste technique l'instruction des cadres avec les of sport U et les MSM</li> <li>Dirige les activités sportives selon les directives de l'EM C trp</li> <li>Coordonne et contrôle l'instr sport des unités à l'échelon C trp</li> <li>Vérifie les performances de formations subordonnées en accord avec le cdt</li> <li>Annonce à l'of sport GU les résultats du TFA</li> </ul>
	Événements	<ul style="list-style-type: none"> <li>Organise des manifestations sportives internes selon l'ordre du cdt C trp</li> <li>Applique les directives du cdmt Instr et du cdmt Op pour la participation de la trp aux concours de l'armée</li> </ul>

2023 Erhalten von:

- G Bat 6
- Pz Sap Bat 11
- Stab LW Na Abt 2



Bundesverwaltung | Departement VBS | Kontakt | DE | FR | IT

Schweizerische Eidgenossenschaft  
Confédération suisse  
Confederazione Svizzera  
Confederaziun svizra

Sportausbildung Armee

Home | Theoretische Grundlagen | Übungssammlung | Lektionenplaner | Musterlektionen | Downloads | Kontakt

# The Spirit of FIRE

FAIRNESS

**Kompetenzzentrum Sport Armee**

Das Kompetenzzentrum Sport der Armee (Komp Zen Sport A) trägt die Verantwortung für die Sportausbildung der Schweizer Armee. Im Rahmen der Möglichkeiten sollen die Angehörigen der Armee die notwendigen körperlichen Fähigkeiten für den militärischen Einsatz in Bezug auf Ihre Funktion erhalten. Zudem soll Sport als Ausgleich zum militärischen Alltag erlebt werden.



[Sportausbildung Armee \(admin.ch\)](#)

[Instruction du sport dans l'armée \(admin.ch\)](#)



Administration fédérale | Département: DDPS | Kontakt | DE | FR | IT

Schweizerische Eidgenossenschaft  
Confédération suisse  
Confederazione Svizzera  
Confederaziun svizra

Instruction du sport dans l'armée

Page d'accueil | Bases théoriques | Recueil d'exercices | Planificateur de leçon | Leçons types | Downloads | Contact

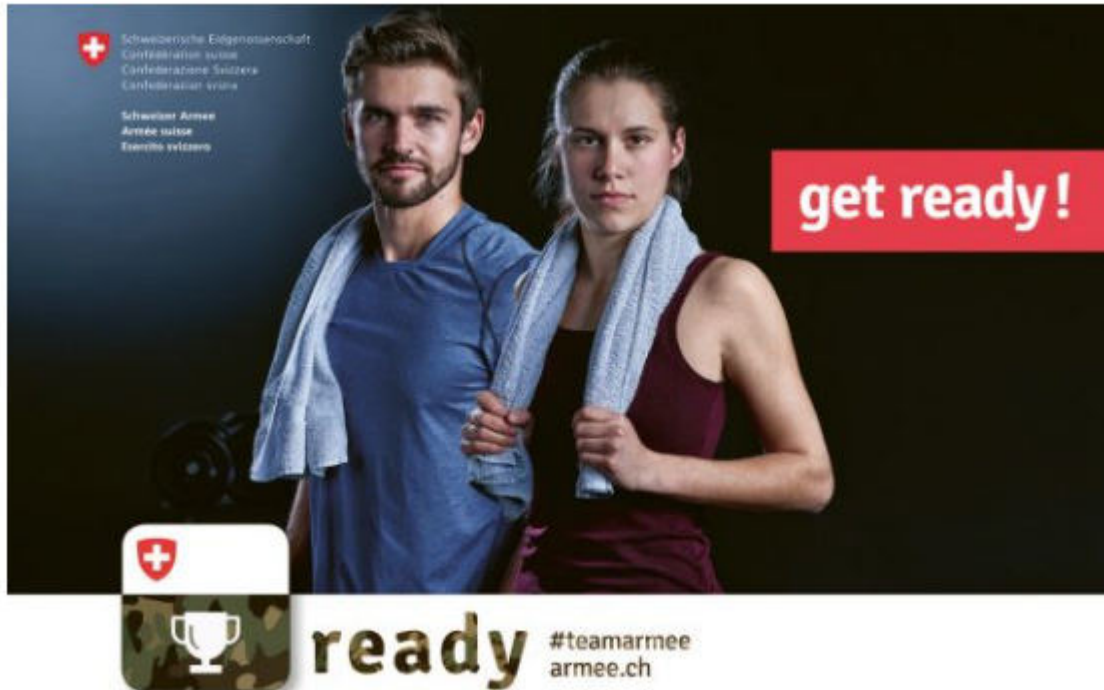
# The Spirit of FIRE

FAIRNESS

**Centre de compétences sport Armée**

Le centre de compétences du sport de l'armée (cen comp sport A) a pour responsabilité la formation sportive de l'armée Suisse. Dans la mesure du possible, les militaires devraient pouvoir développer leur condition physique de manière à pouvoir assumer un engagement militaire en lien avec leur fonction. Le sport doit en outre permettre de sortir de la routine militaire quotidienne.

# Sport-App ready #teamarmee Appli sport ready #teamarmee



# Sportsortiment 21

## Assortiment de sport 21



### Bestellformular Sportmaterial 'Spiel' der Armee Formulaire de commande de matériel de sport 'Jeu' de l'armée

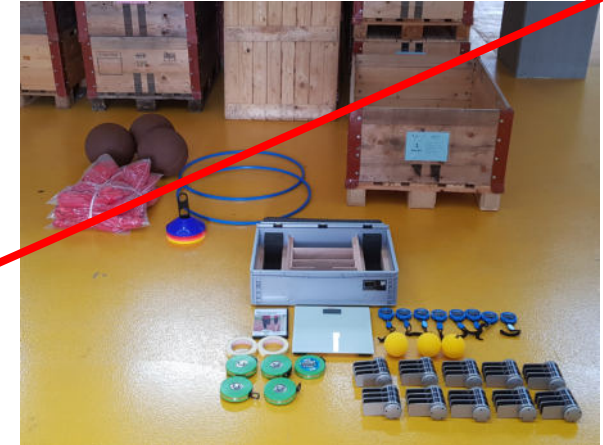
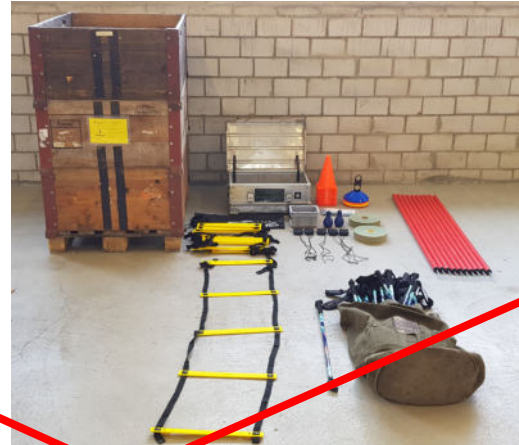
INTERN

Das Formular muss am URE an die Mitarbeiter der Auftragssteuerung abgegeben werden.  
Le formulaire doit être remis aux collaborateurs de la gestion des commandes à l'URE.

Version 1.0

Stab/Einheit / État-major/Unité		Strukturelement / Élément de structure	
Grad / Grade		Telefon / Téléphone	
Name Vorname / Nom Prénom		Mail / Courrier électronique	
Übernahmeort / Lieu de prise en charge		Übernahmedatum / Date de prise en charge	

Anz in Stück / Nombre en pièces	SAP No <sup>2</sup> / No <sup>2</sup> SAP	Bezeichnung des Artikels gem GAE / Désignation de l'article selon GAE	Bild / Image
	2151.0553	BADMINTONSCHLAEGER RAQUETTE DE BADMINTON	
	2151.0554	FEDERBALL, K'ST, DOSE A 6 STK VOLANTS DE BADMINTON, BOITE A 6 PCES	
	2151.0254	BALLPUMPE MIT NIPPEL POMPE POUR BALLON, AVEC RACCORD	
	2151.0249	BEHALTER 640X60MM PVC, MIT 5 LOECHERN UND PUMPENNIPPEL, KOMPL BOITE CYLINDRIQUE 640X60MM, PVC, AVEC 5 TROUS ET RACCORDS DE POMPE, COMPL	





# Sportmaterial für den Truppendienst




## Matériel de sport pour le service de la troupe



Schweizerische Eidgenossenschaft  
Confédération suisse  
Confederazione Svizzera  
Confederaziun svizra  
  
Schweizer Armee

### Bestellformular Sportmaterial 'Spiel und Fitness' der Armee

Stab/Einheit		Telefon	
Grad		E-Mail	
Name Vorname		Übernahmetermin	
Übernahmeort			

Anzahl in Stück	SAP Nr.	Bezeichnung des Artikels gem GAE	
	2151.0254	Ballpumpe mit Nippel	
	2151.0249	Behälter d40 x 60 mm PVC, mit 5 Löchern und Pumpennippel, kompl	
	2151.0211	Basketball Plastic	
		<i>(Ballpumpe ist separat zu bestellen)</i>	
	2151.0210	Baspo Fussball 18 oder 32-teilig Gr 5	
		<i>(Ballpumpe ist separat zu bestellen)</i>	
	2566.3178	Baspo Rugby Ball Armee Grösse 5	
		<i>(Ballpumpe ist separat zu bestellen)</i>	
	2577.0641	Faustball 365-378 g	
		<i>(Ballpumpe ist separat zu bestellen)</i>	

Stand am 01.08.2023

Form 28

**Bestellung anlässlich des URE!**  
**Commande à l'occasion de l'URE!**



**Form 28.410 - LMS**

	2151.0329	OL Zangen-Sortiment 'ABCD' zu 40 Symbolen	
	2116.7794	Sandsack 450x850 mm PP	
	2577.0672	TRX Force Tactical Gym	
	2151.0171	Ziehtau d25mm x 10m	
	2577.0652	Koordinationsleiter 4m x 42cm 10 Sprossen Set a 4Stk, inkl Tasche	
	2577.0663	Gymnastikreifen d70cm Blau	
	Folgt	Kin-Ball d122cm, Hellgrau (Indoor)	
	Folgt	Kin-Ball d102cm, Blau (Outdoor)	

Sportsortiment 21 - FTA  
Assortiment de sport 21 - TFA

# Freiwillige Militärsportkurse

## Cours de sport militaire volontaires



### Freiwillige Militärsportkurse (MSK)



Die freiwilligen Militärsportkurse (MSK) zielen darauf ab, die physische und militärische Leistungsfähigkeit sowie die Kameradschaft der Angehörigen der Armee (AdA) zu fördern. Die Militärsportkurse (Sommer und Winter) werden besoldet, jedoch nicht an die Gesamtdienstleistungspflicht angerechnet.

→ Grundsätzlich können alle AdA und ehemalige AdA an den MSK teilnehmen.

Freiwillige MSK; Angebote

→ Sommerkurse

→ Winterkurse



Sommer / été:

19.08 – 23.08.2024 – S-chanf

(Anmeldetermin / Date d'inscription: 01.07.2024)

Winter / hiver:

06.01 – 10.01.2025 – Andermatt

(Anmeldetermin / Date d'inscription: 01.11.2024)



### Cours de sport militaire (CSM)



Les cours de sport militaire volontaires (MSK) ont pour but de promouvoir les performances physiques et militaires ainsi que la camaraderie des membres de l'armée (AdA). Les cours de sport militaire (été et hiver) sont payés, mais ne comptent pas dans l'obligation globale de service.

→ En principe, tous les militaires et anciens militaires peuvent participer au MSK.

Cours militaires volontaires; Offres

→ Cours d'été

→ Cours d'hiver

[Freiwillige Militärsportkurse \(admin.ch\)](https://www.admin.ch)

[Cours de sport militaire volontaires \(admin.ch\)](https://www.admin.ch)



- Überarbeitung Reglement 51.041 (→ Vorschlag: Vernehmlassung folgt)
  - Anpassungen von Begriffen und Inhalten
  - Streichen der Erhebung vom Sport- und Bewegungsverhalten
  - Bereich MSL nur noch in Weisung MSL (keine Doppelspührigkeiten)
  - Bereinigung der Anhänge
  - Stoffprogramm nur auf milsport.admin.ch (Aufhebung Reglement 51.041.01)
  
- Remaniement du règlement 51.041 (→ Proposition: consultation à venir)
  - Adaptation des termes et des contenus
  - Suppression de questionnaires sur la pratique sportive
  - Domaine MSM uniquement dans les directives MSM (pas de doublons).
  - Mise à jour des annexes
  - Programme des matières uniquement sur milsport.admin.ch (Abrogation du règlement 51.041.01)

# Gegenseitiger Austausch

## Échanges mutuels



### Gegenseitiger Erfahrungsaustausch

- Wie wurde die Sportausbildung auf den verschiedenen Stufen in der Div/Br umgesetzt bzw wie ist die Sportausbildung organisiert?
- Wie setzte ich meine Funktion als Sport Of um (Pflichtenheft im Anhang 3 vom Regl 51.041)?
- Welche Herausforderungen gibt es zu bewältigen?
- Wie funktioniert die Werbung für ausserdienstliche Tätigkeiten (Bereich Sport), für den MSL Kurs ADF und für die freiwilligen Militärsportkurse?



~ 3 – 5 Min pro Tn

### Échange mutuel d'expériences

- Comment la formation sportive a-t-elle été mise en œuvre aux différents niveaux dans la div/br et comment est-elle organisée ?
- Comment est-ce que je mets en œuvre ma fonction d'of sport (cahier des charges dans l'annexe 3 du règl 51.041) ?
- Quels sont les défis à relever ?
- Comment fonctionne la publicité pour les activités hors du service (domaine du sport), pour le cours MSM SIF et pour les cours de sport militaire facultatifs ?



**SCHWEIZER  
ARMEE**

**Danke !  
Merci !  
Grazie !  
Thank you!**



[www.armee.ch/sport](http://www.armee.ch/sport)



@armee.ch\_sport



Spitzensportförderung der Armee  
CISM Suisse



**SPITZENSSPORT**  
SCHWEIZER ARMEE

