



OBLIGATORISCH

Grenadier/in

Grenadiere leisten entscheidende und extrem anspruchsvolle Einsätze. Ihre Aktionen führen sie in vom Gegner kontrollierte Räume, durch Stadt und Gelände, bei Tag und Nacht. Für diese Aufgabe muss man belastbar, leistungsfähig, selbständig und verantwortungsbewusst sein. Wer Grenadierin oder Grenadier werden will, muss darum eine zusätzliche Rekrutierungsetappe in Form einer Eignungsprüfung bestehen.

Die Ausbildung zum Grenadier ist freiwillig und sehr umfangreich. Neben der militärischen Grundausbildung ist eine mehrwöchige Selektion zu Beginn der Rekrutenschule zu bestehen. Wer die Grenadier-RS erfolgreich abschliesst, kann mit Stolz seinen Dienst in einer Einheit des Kommandos Spezialkräfte leisten. Nach der Rekrutierung als Grenadieranwärter/in gilt es, die zweitägige Eignungsprüfung im Ausbildungszentrum Spezialkräfte in Isonne zu bestehen. Interessentinnen und Interessenten sollten sich vor und nach der Rekrutierung seriös vorbereiten, vor allem durch Eil- und Leistungsmärsche mit steigendem Schwierigkeitsgrad und Gewicht, sowie gezieltem Krafttraining (insbesondere im Bereich der Rumpfmuskulatur).

Inhalte der Eignungsprüfung

- Vertiefte medizinische und psychologische Abklärung (Eignung / Neigung)
- Eilmarsch 5 km mit 20 kg Gewicht
- Rumpfkrafttest dorsal
- Rumpfkrafttest lateral
- Liegestützen
- Klimmzüge

Anmeldung

Das Aufgebot erfolgt automatisch nach der Rekrutierung.

Auskunft

Ausbildungszentrum Spezialkräfte (AZ SK)
Caserma
CH-6810 Isonne
Telefon +41 58 461 85 11
kommando-azsk.ksk@vtg.admin.ch

www.armee.ch/azsk