



## **Reglement om ferdighetsmerker i Forsvaret**

fastsettes til bruk i Forsvaret

Oslo, 15. september 2014

Louise Kathrine Dedichen  
Kontreadmiral  
Sjef Forsvarets Høgskole

# Reglement om ferdighetsmerker i Forsvaret

## Metadata

KORTTITTEL:	Ferdighetsmerker
SIKKERHETSGRADERING:	UGRADERT
HJEMMEL:	Direktiv for HR-området, pkt. 4.1.3 kulepunkt 4.
GJELDER FOR:	Forsvaret
FAGMYNDIGHET:	Sjef Forsvarsstaben Personellavdelingen
FAGANSVAR:	Sjef Forsvarets høgskole
IKRAFTTREDELSE:	2014 – 10-01
FORRIGE VERSJON:	Tjenestereglement for Forsvaret, klasse 4, Gruppe 43, Undergruppe 432 Ferdighetsmerker 2010 – 30-06

## Innhold

<b>1 Innledning</b>	<b>4</b>
1.1 FORMÅL	4
1.2 VIRKEOMRÅDE	4
<b>2 Generelle regler for militære ferdighetsmerker</b>	<b>4</b>
2.1 ARRANGØR	4
2.2 DELTAKERE	4
2.3 KLASSEINDELING	4
2.4 FASTSETTELSE AV MAKSIMALTID	4
2.5 JURY	5
2.6 TILDELING	5
2.6.1 Medalje og båndstripe for ferdighetsmerker	5
2.6.1.1 Feltsport	6
2.6.1.2 Skyting	6
2.6.1.3 Nijmegenmedaljen	6
2.7 REKVISISJON	6
2.8 REGISTRERING/RAPPORTERING	7
2.9 DET MILITÆRE SKARPSKYTTERMERKET	7
2.9.1 Prøven	7
2.9.2 Prøven med HK 416	7
2.9.3 Prøve med AG 3	8
2.9.4 Prøve med MMG 7,62mm (Middels Tung Maskingevær)	9
2.9.5 Prøve med pistol	10
2.9.6 Prøve med maskinpistol, MP-5	11
2.9.7 Prøven med maskinpistol MP-7	11
2.9.8 Prøve med skarpskyttergevær – påmontert kikkertsikte	12
2.9.9 Den opprinnelige prøven	12
2.10 DET MILITÆRE MARSJMERKET	13
2.10.1 Prøven	13
2.10.2 Krav	13
2.11 DET MILITÆRE SKIMERKET	13
2.11.1 Prøven	13
2.12 INFANTERIMERKET	14
2.12.1 Beskrivelse av prøven	14

2.12.2 Gjennomføring.....	15
2.12.2.1 Melding.....	15
2.12.2.2 Orientering.....	15
2.12.2.3 Måloppdagelse.....	15
2.12.2.4 Avstandsbedømmelse.....	15
2.12.2.5 Skyting.....	16
2.12.2.6 Håndgranatkasting.....	16
2.12.2.7 Krav for merkeprøven.....	16
2.13 FELTIDRETTSMERKET.....	17
2.13.1 Prøven til feltidrettsmerket.....	17
2.13.1.1 Skyting.....	17
2.13.1.2 Kartlesing.....	17
2.13.1.3 Orienteringsløp.....	18
2.14 DET MILITÆRE FEMKAMPMERKET.....	18
2.14.1 Prøven til femkampmerket.....	18
2.14.1.1 Antrekk.....	18
2.14.1.2 Skyting.....	19
2.14.1.3 Hinderløp.....	19
2.14.1.4 Svømming.....	19
2.14.1.5 Håndgranatkasting.....	19
2.14.1.6 Terrengløp.....	20
2.14.1.7 Beskrivelse og illustrasjon av øvelsene.....	21
2.15 FORSVARSDEPARTEMENTETS PREMIE OG FORSVARSMINISTERENS PREMIE I PISTOLSKYTING.....	25
2.15.1 Prøven.....	25
2.15.1 Gjennomføring.....	26
2.15.1 Krav.....	27
2.15.1 Tildeling/rekvisisjon.....	28
2.15.2 Registrering/rapportering.....	28
<b>3 Generelle regler for sivile ferdighetsmerker.....</b>	<b>28</b>
3.1 SIVILE FERDIGHETSMERKER.....	28
3.1.1 Dugleiksmarket.....	28
3.1.2 NAIS-medaljen.....	28
3.1.3 Skiskyttermerket.....	28
3.1.4 Idrettsmerket.....	29
3.1.5 Store Havhesten.....	29
3.1.6 Nijmegen-medaljen.....	29
3.2 TILDELING.....	29
3.3 REGISTRERING.....	29
<b>4 Ikrafttredelse.....</b>	<b>29</b>

## 1 Innledning

### 1.1 Formål

Reglementet skal sikre en enhetlig forvaltning og gjennomføring av prøver til militære og sivile ferdighetsmerker.

### 1.2 Virkeområde

Reglementet regulerer alle prøver til militære og sivile ferdighetsmerker i Forsvaret.

## 2 Generelle regler for militære ferdighetsmerker

### 2.1 Arrangør

Alle militære avdelinger og institusjoner samt lokalforeninger av Norges Reserveoffisers Forbund (NROF) kan arrangere prøver til de militære ferdighetsmerker som er behandlet i dette reglement.

Sivile idrettslag, bedriftsidrettslag eller skytterlag kan arrangere prøven til militære ferdighetsmerker, etter innhentet tillatelse fra militær avdeling eller FHS NIH/F.

FHS NIH/F er ansvarlig for at prøvene blir avviklet i henhold til dette reglement.

### 2.2 Deltakere

Alt personell kan delta, men i gjennomføring av prøver hvor personellet må bruke våpen, kreves det at personellet har tilstrekkelig våpenopplæring.

### 2.3 Klasseinndeling

**Klasseinndelingen er følgende:**

K I	og	M I	Militært personell inne til førstegangstjeneste (se pkt. 2.2)
K II	og	M II	Militært personell til og med 34 år
K II	og	M III	" " 35 - 42 år
K IV	og	M IV	" " 43 - 49 år
K V	og	M V	" " 50 - 54 år
K VI	og	M VI	" " 55 - 59 år
K VII	og	M VII	" " over 60 år

Alderen regnes pr 1. januar

k = kvinner

m =menn

**Med militært personell inne til førstegangstjeneste forstås i denne sammenheng:**

Korporaler/menige (tilsvarende) inne til førstegangstjeneste.

Elever/aspiranter til grunnleggende befalsutdanning.

HVU.

Militært personell av annen kategori enn nevnt ovenfor i sitt første tjenesteår (grenaderer/elever/kvinner på grunnopplæring).

**Merknader:**

Elever ved flerårig skole går i klasse I kun det første året.

Personell som har avtjent førstegangstjenesten for deretter å begynne på grunnleggende befalsutdanning skal starte i klasse II.

### 2.4 Fastsettelse av maksimaltid

I prøver til infanterimerket, skimerket, feltidrettsmerket, marsjmerket og skiskyttermerket hvor det skal fastsettes maksimaltider for merkekrav, skal disse beregnes slik:

- **BASISTID** = gjennomsnittstid uansett klasse, men innenfor samme kjønn, for de 10 % beste. Basistiden beregnes for det kjønn som har flest deltagere (ved likt antall skal det beregnes for menn). Minimum 5 deltakere må delta for at merkeprøver skal godkjennes.  
 BASISTID KVINNER = BASISTID MENN + 20 %  
 BASISTID MENN = BASISTID KVINNER - 20 %
- **MAKSIMALTIDER** for de enkelte klasser fastsettes slik:
 

K I	og	M I:	BASISTID	+ 45 %
K II	og	M II:	BASISTID	+ 35 %
K III	og	M III:	BASISTID	+ 45 %
K IV	og	M IV:	BASISTID	+ 50 %
K V	og	M V:	BASISTID	+ 60 %
K V	og	M VI:	BASISTID	+ 70 %
K VII	og	M VII:	BASISTID	+ 80 %

Alle tilleggsminutter skal legges til anvendt tid før basistid regnes ut. Det er en forutsetning at minimum 55 % av fullførte deltagere for menn og for kvinner oppnår merket, uavhengig av maksimaltid og klasse.

## 2.5 Jury

Når en avdeling eller en NROF-forening arrangerer prøver til de militære ferdighetsmerker skal eventuelle protester avgjøres av avdelingssjef (formann) eller dens representant og konkurranse eller prøveleder (idrettsoffiser).

Sivile idrettslag, bedriftsidrettslag eller skytterlag (DFS) skal henvende seg direkte til nærmeste militær avdeling eller FHS NIH/F i spørsmål (protester) som ikke kan avgjøres på stedet.

## 2.6 Tildeling

### For de militære ferdighetsmerker, unntatt skarpskyttermerket gjelder:

- Bronse: Tildeles etter 1. gangs godkjent prøve
- Sølv: Tildeles etter 2. gangs godkjent prøve
- Gull: Tildeles etter 5. gangs godkjent prøve

### For det militære skarpskyttermerket gjelder:

- Bronse: Tildeles ved første gangs god skyting
- Sølv: Tildeles ved første gangs utmerket skyting etter bronse
- Gull: Tildeles ved 5. gangs utmerket skyting

For å oppnå en høyere grad kreves det at deltagerne har den lavere grad fra før.

Hver deltager kan kun få registrert en bestått prøve for hvert av de militære ferdighetsmerker per kalenderår, med unntak for skarpskyttermerket kan bronse og 1. gangs sølv oppnås samme kalenderår.

Militære ferdighetsmerker er gratis og tildeles dem som har klart kravene, snarest mulig etter at prøven er avlagt. Utdeling bør foretas av avdelingssjef ved oppstilling eller særskilte arrangementer.

### 2.6.1 Medalje med båndstripe og statuett for ferdighetsmerker

Forsvarets dekorasjonsråd er rådgivende organ for forsvarssjefen i spørsmål vedrørende fortjenestedekorasjoner og ferdighetsmerker. Båndstriper for Feltspport, Skyting og Nijmegen medaljen er tillatt båret på uniform. Statuttene for disse medaljene finnes i vedlegg 10 «Statuttene for de mest benyttede medaljer i Forsvaret» til «Direktiv for bruk og bæring av dekorasjoner, ordener og medaljer i Forsvaret».

### 2.6.1.1 Feltsport

Forsvarets medalje med båndstripe for feltsport tildeles for oppnådd gull i tre av følgende ferdighetsmerker, hvorav to skal være militære:

- Det militære marsjmerket
- Det militære skimerket
- Infanterimerket
- Feltidrettsmerket
- Det militære femkampmerket
- Norges Svømmeforbunds Den store havhesten
- Norges idrettsforbunds idrettsmerke
- Norges skiskytterforbunds skiskyttermerke

Videre gjelder:

- |                         |  |
|-------------------------|--|
| 1. stjerne              | 3. gangs godkjent prøve etter gullmerket i tre ferdighetsmerker  |
| 2. stjerne              | 6. gangs godkjent prøve etter gullmerket i tre ferdighetsmerker  |
| 3. stjerne              | 9. gangs godkjent prøve etter gullmerket i tre ferdighetsmerker  |
| Statuett, Feltsport     | 12. gangs godkjent prøve etter gullmerket i tre ferdighetsmerker |
| Diplom «Militær idrett» | Utdeles etter søknad til NIH/F                                   |

### 2.6.1.2 Skyting

Forsvarets medalje med båndstripe for skyting tildeles for oppnådd gull i to av følgende ferdighetsmerker, hvorav skarpskyttermerke må være det ene:

- Det militære skarpskyttermerket
- Det frivillige Skyttervesens dugleiks merke
- Norges Skytterforbunds armegeværmedalje (NAIS-medaljen)

Videre gjelder:

- |                         |   |
|-------------------------|---|
| 1. stjerne              | 3. gangs godkjent prøve etter gullmerket i to ferdighetsmerker  |
| 2. stjerne              | 6. gangs godkjent prøve etter gullmerket i to ferdighetsmerker  |
| 3. stjerne              | 9. gangs godkjent prøve etter gullmerket i to ferdighetsmerker  |
| Statuett, Feltskyting   | 12. gangs godkjent prøve etter gullmerket i to ferdighetsmerker |
| Diplom «Militær idrett» | Utdeles etter søknad til NIH/F                                  |

### 2.6.1.3 Nijmegenmedaljen

Båndstripe er tillatt båret på uniform etter 1. gangs gjennomført marsj.

## 2.7 Rekvisisjon

Avdelinger rekvirerer militære ferdighetsmerker, medaljer og statuetter via Forsvarets logistikkorganisasjon / Divisjon for forsyning / Uniformsutsalget. Diplomer ligger under Forsvarets fellesblanketter i FOBID. De rekvireres fra nærmeste grafiske avdeling.

Diplom for merkevalør/ Blankettnummer	Bronse	Gull	Statuett
Det militære skarpskyttermerket	259-1	260-1	262-1
Det militære marsjmerket	259-4	260-2	262-2
Det militære skimerket	259-6	260-3	262-3
Det militære femkampmerket	259-3	260-4	262-4
Infanterimerket	259-5	260-5	262-5
Feltidrettsmerket	259-2	260-6	262-6

## 2.8 Registrering/rapportering

Godkjente prøver til militære ferdighetsmerker skal registreres på elektronisk rulleblad. Etter gjennomført merkeprøve skal arrangementsansvarlig rapportere til avdelings HR kontor for registrering.

Ved merkeprøve arrangert av sivile idrettslag, lokalforeninger av NROF, skytterlag, skal den enkelte deltager, som tilfredsstillmerkekravet, få tildelt en attestasjon (resultatliste), hvor stadig tjenestegjørende skal underrette sin avdeling, mens ikke stadig tjenestegjørende skal underrette forsvarets personell- og vernepliktsenter (FPVS)

## 2.9 Det militære skarpskyttermerket

### 2.9.1 Prøven

Prøven til skarpskyttermerket kan avlegges etter følgende alternativer:

- Prøve med HK 416
- Prøve med AG 3
- Prøve med MMG 7,62mm (Middels tungt Maskingevær)
- Prøve med pistol
- Prøve med maskinpistol MP 5
- Prøve med maskinpistol MP 7
- Prøve med skarpskyttergevær, påmontert kikkertsikte
- Den ordinære prøven

### 2.9.2 Prøven med HK 416

Det skal benyttes skytebane med 200 m eller 300 m standplass. På 200 m nyttes 1 m internasjonal skive, og på 300 m 1 1/2 m skive. Det skal benyttes skyte bukker. Det skal benyttes reglementert militært antrekk. Det er tillatt å benytte magasinet som støtte.

#### Skyteprogram:

- Øvelse 1:  
6 skudd prøveskyting  
3 skudd liggende lav dekning  
3 skudd kan skytes fra valgfri stilling (liggende lav dekning eller knestående høy dekning).  
Ubegrenset tid  
Anvisning etter første 3-skudds serie og deretter etter hvert skudd.
- Øvelse 2:  
4 skudd i ett magasin  
Skytestilling er knestående høy dekning, med anleggsstilling  
Utgangsstilling er dekkstilling, våpenet ladd og sikret  
Tidsbegrensning:  
«KLAR» 5 sek før  
«ILD» 10 sek mellom «ILD» og «STANS»  
1 skudd  
15 sek mellom stans og ny «KLAR»  
Korrekt dekkstilling med kolben i bakken og ansiktet vendt ned skal inntas  
Skudd som ikke er avgitt regnes som bom  
Skudd som avgis etter at «STANS» er slutt regnes som bom og trekkes med beste verdi  
Anvisning etter serien
- Øvelse 3:  
6 skudd, 2 patroner i magasinet i våpenet og 2 patroner i hver av 2 magasiner i magasintasken.  
Skytestilling er liggende lav dekning. Utgangsstilling er stående ferdigstilling i bakkant av

standplassen, våpenet ladd og sikret.

På «ILD» gjør skytteren nedsprang, opphever deretter sikringen, inntar liggende lav dekning, og skyter de 2 patronene som er i våpenet. Deretter skiftes magasin og 2 skudd skytes. Det samme gjennomføres med det siste magasinet.

Skytetid 50 sek for hele serien.

Prøven er delt inn fra nivå 0 til 4

#### Krav til treff:

nivå 4 over 90 poeng

nivå 3 80 - 89 poeng

nivå 2 70 - 79 poeng

nivå 1 60 - 69 poeng

Tidskravet for de to deløvelsene må være overholdt, ellers blir det automatisk nivå 0

Bronse merket: 70 poeng eller mer og 9 treff

Sølv merket: 80 poeng eller mer og 10 treff

### **2.9.3 Prøve med AG 3**

Det skal benyttes skytebane med 200 m eller 300 m standplass. På 200 m nyttes 1 m internasjonal skive, og på 300 m 1 1/2 m skive. Det skal benyttes skyte bukser.

Det skal benyttes reglementert militært antrekk. Ved sivile arrangementer kan annen type antrekk med lang bukse og jakke (eks. turantrekk) benyttes.

#### **Skyteprogram:**

- Øvelse 1:  
6 skudd prøveskyting  
3 skudd liggende lav dekning  
3 skudd kan skytes fra valgfri stilling (liggende lav dekning eller knestående høy dekning)  
Ubegrenset tid  
Anvisning etter første 3-skuddserie og deretter etter hvert skudd.
- Øvelse 2:  
4 skudd i ett magasin  
Skytestilling er knestående høy dekning med anleggsstilling.  
Utgangs stilling er dekkstilling, magasin på, ladning og sikring.  
Tidsbegrensning:  
"Klar" 5 sek før "ILD".  
10 sek mellom "ILD" og "STANS".  
1 skudd  
15 sek mellom stans og ny "KLAR"  
Korrekt dekkstilling med kolben i bakken og ansiktet vendt ned skal inntas og gevær sikres mellom hvert skudd for at prøven skal godkjennes.  
Skudd som ikke er avgitt, regnes som bom. Skudd som avgis etter at "stans" er slutt, regnes som bom og trekkes med beste verdi. Anvisning etter serien.
- Øvelse 3:  
6 skudd, 2 patroner i magasinet i våpenet og 2 patroner i hver av 2 magasiner i magasintasken (valgfri plassering). Skytestilling er liggende lav dekning. Utgangsstilling er stående ferdigstilling i bakkant av standplassen (der føttene vil være i liggende anleggsstilling), våpenet ladet (2 patroner) og sikret. På "ILD" gjør skytteren nedsprang, opphever deretter sikringen, inntar liggende lav dekning, og skyter de 2 patronene som er i våpenet. Deretter skiftes magasin, ladegrep tas og 2 skudd skytes. Det samme med det siste magasinet. Skytetid 50 sek for hele serien. De tomme magasinene samlet bak dekningen.



### Merkekrav:

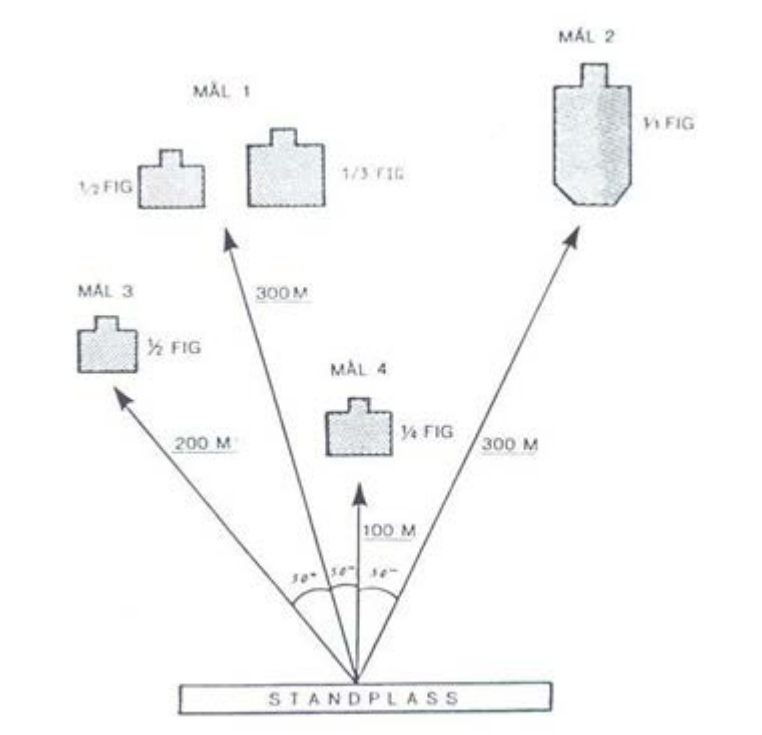
God skyting: 52 poeng og 9 treff  
Utmerket skyting: 72 poeng og 10 treff

### **2.9.4 Prøve med MMG 7,62mm (Middels Tung Maskingevær)**

Det skal benyttes feltskytebane med mulighet for skyting ut til 300 m.

Se UD 6-4-3 våpentjeneste maskingevær 7,62mm x 51mm maskingevær MG-3 gjeldende fra 1989-11-01 tabell 14, for ytterligere informasjon om merkeprøven

### Målarrangement:



Det skal benyttes reglementert militært antrekk.

### **Skyteprogram:**

- **Øvelse 1:**  
Maksimalt 20 skudd prøveskyting  
Anvisning etter 3-skuddserier
- **Øvelse 2:**  
40 skudd i 2 bånd a'20 skudd. Første halvdel på båndet skal benyttes og fylles med 20 patroner. De to første patronhylsene skal være tomme. Det ene båndet skal ligge klargjort ved siden av skytteren. Skytestilling er liggende uten dekning på flatt underlag. Tofoten ikke belastet. Utgangsstilling er ferdigstilling, våpenet ladd og sikret. Tidsbegrensning: 60 sek.
- **Øvelse 3:**  
Som øvelse 2.

Når MG 34 benyttes kan MG 2`er hjelpe MG 1`er (merketakeren) med å betjene våpenet.

### Poengberegning:

Hvert truffet mål gir 10 poeng (maksimalt 40 poeng). Ytterligere treff i figur gir:

Mål 1 og 2	4 poeng
Mål 3	2 poeng
Mål 4	1 poeng

Mål 1 består av 2 stk. fig, men skal regnes som ett mål. Rikosjett regnes ikke som treff.

Tidspoeng:

38 sek eller bedre	+ 6 poeng
39 - 41 sek	+ 4 poeng
42 - 44 sek	+ 2 poeng
45 - 50 sek	+ 0 poeng
51 - 53 sek	- 4 poeng
54 - 56 sek	- 8 poeng
57 - 60 sek	- 12 poeng
over 60 sek	ikke bestått

Minimum 3 mål skal være truffet. Følgende krav til merket gjelder:

God skyting	86 poeng
Utmerket skyting:	102 poeng

### 2.9.5 Prøve med pistol

Det skal benyttes pistolbane eller skytefelt med mulighet for skyting på 25 m mot 1/1 silhuettfigur, eller mot 1/2 m 6-delt internasjonal "duell"- skive.

Det skal benyttes reglementert militært antrekk.

ved sivile arrangementer kan annen type antrekk (eks. turantrekk) benyttes.

**Skyteprogram:**

- Øvelse 1:  
6 skudd prøveskyting, stående med beste hånd eller begge hender. Anvisning etter 2-skudd serier.
- Øvelse 2:  
5 skudd, stående med beste hånd. Utgangsstilling er stående ferdigstilling, våpenet ladd og sikret. Tidsbegrensning, 90 sek.
- Øvelse 3:  
5 skudd, stående stilling med beste eller begge hender. utgangsstilling er stående ferdigstilling, våpenet ladd og sikret. Tidsbegrensning, 3 sek pr skudd med 7 sek pause mellom skuddene.
- Øvelse 4:  
5 skudd, stående stilling med beste eller begge hender. Utgangsstilling er stående ferdigstilling, våpenet ladd og sikret. Tidsbegrensning:15 sek.

Følgende krav til merket gjelder:

1/1 silhuettfigur:

God skyting:	13 treff og 104 poeng eller 14 treff uansett poeng
Utmerket skyting:	14 treff og 119 poeng eller 15 treff uansett poeng.

1/2 m 6-delt skive:

God skyting:	12 treff og 84 poeng eller 13 treff uansett poeng
Utmerket skyting:	13 treff og 95 poeng eller 14 treff uansett poeng

### 2.9.6 Prøve med maskinpistol, MP-5

Det skal benyttes skytebane eller skytefelt inntil 100 m (100, 50, 20 m). Skyte bukker skal benyttes. Det skal skytes mot 1/1 fig. Det skal benyttes reglementert militært antrekk. Skytteren skal ha magasinveske med to magasiner på under skytingen.

#### Skyteprogram:

Deltakere skal før øvelsen få vite at skytingen og ildhåndgrep skal foregå i de angitte stillinger, og at begge skudd skal være avfyrt før magasinskifte under øvelse nr. 2.

Magasin kan legges på bakken ved magasinskifte.

Det bør være en kontrollør for hver 4 skytter på standplassen.

For å slippe å sette ut ekstra fig (1 stk. pr skytter) skytes øvelse 4 med en todeling av skytterlaget

- Øvelse 1:  
7 skudd prøveskyting 100 m, liggende m/støtte. anvisning etter første 3 skuddserie, og deretter for hvert andre skudd.
- Øvelse 2:  
6 skudd, liggende m/støtte mot 1/1 fig, avstand 100 m. Skytetid 40 sek.  
2 patroner i magasinet i våpenet og 2 patroner i hver av de to magasiner i magasintasken.  
Det beordres: "dekkstilling - magasin på - lad våpen - sikre".

Når Skyteleder har kontrollert at deltakeren er klar, beordres: "Klar om 10 sek", etter 10 sek "klar!", og etter nye 5 sek "ILD". På ild skal skytteren oppheve sikringen, og innta anleggsstilling m/støtte og skyte de 2 skudd som er i våpenet. Deretter skal magasinet, skiftes, og ladegrep tas og 2 skudd skytes. Det samme gjelder det siste magasinet.

Skyteleder skal beordre "stans" i de siste 2 sek.

### 2.9.7 Prøven med maskinpistol MP-7

Det skal benyttes skytebane/skytefelt inntil 100 m (100, 50 m). Skyte bukker skal benyttes. Det skal skytes mot 1/1 fig. Det skal benyttes reglementert militært antrekk.

#### Skyteprogram:

- Øvelse 1:  
100 meter, liggende skyting med støtte.  
6 skudd prøveskyting. Ubegrenset tid. Anvisning etter første 3-skuddserie og deretter etter hvert skudd.
- Øvelse 2:  
100 meter, liggende skyting med støtte.  
6 patroner fordelt på 3 magasiner. Skytterne ligger i dekkstilling. På «ild» inntar skytter liggende stilling med støtte og skyter to patroner, bytter magasin, skyter to patroner, bytter magasin og skyter så de to siste patronene. skytetid er 40 sekunder på hele serien.
- Øvelse 3:  
50 meter, knestående skyting med støtte.  
4 patroner i ett magasin. Skytterne sitter i dekkstilling. På «ild» inntar skytterne knestående stilling med støtte (skyte bukk, tilsv.) og skyter et skudd. Skytetid er 10 sekunder. Dette gjentas tre ganger til.

Prøven er delt inn fra nivå 0 til 4.

#### Krav til treff:

- |        |                                 |
|--------|---------------------------------|
| nivå 4 | 10 treff og 96 poeng            |
| nivå 3 | 10 treff og 90 poeng Sølvmerket |

nivå 2	9 treff og 84 poeng	Bronsemerket
nivå 1	8 treff og 78 poeng	

Tidskravet for deløvelsene må være overholdt, ellers blir det automatisk nivå 0.

### 2.9.8 Prøve med skarpskyttergevær – påmontert kikkertsikte

Det skal benyttes vanlig skytebane med 200 m eller 300 m standplass. På 200 m skal det benyttes 1 m internasjonal skive, og på 300 m 1,5 m skive. Det skal benyttes reglementert militært antrekk. Ved sivile arrangement kan annen type antrekk med lang bukse og jakke nyttes.

#### Skyteprogram:

- Øvelse 1:  
6 prøveskudd med valgfri skytestilling. Ubegrenset tid og anvisning etter hvert skudd.
- Øvelse 2:  
5 skudd liggende uten støtte med ubegrenset tid og anvisning etter hvert skudd
- Øvelse 3:  
5 skudd liggende lav dekning. Utgangsstilling er liggende ferdigstilling, våpenet ladd og sikret. Tidsbegrensning: 25 sekunder.

#### Krav til merket:

God skyting	10 treff 65 poeng
Utmerket skyting:	10 treff 85 poeng

Tabell 11 i «Reglement for skarpskyttergevær HK 417 – hefte 3» kan alternativt benyttes som merkeprøve for skarpskyttergevær – påmontert kikkertsikte.

### 2.9.9 Den opprinnelige prøven

Det skal benyttes skytebane med 200 m eller 300 m standplass. På 200 m skal 1 m internasjonal skive benyttes, og på 300 m 1 1/2 m skive.

Det skal benyttes reglementert militært antrekk. Ved sivile arrangementer kan annen type antrekk med langbukse og jakke (eks. turantrekk) benyttes.

#### Skyteprogram:

- Øvelse 1:  
6 skudd prøveskyting, valgfri skytestilling. Ubegrenset tid og anvisning etter hvert skudd.
- Øvelse 2:  
5 skudd knestående. Ubegrenset tid og anvisning etter hvert skudd. Får skytteren bom, tømmer han våpen, legger det på standplass og avslutter prøven.
- Øvelse 3:  
5 skudd liggende uten støtte. Utgangsstilling er liggende ferdigstilling, våpenet ladd og sikret. oppheves etter "ild".

#### Tidsbegrensning:

Repeter gevær	25 sek
Automatgevær(AG 3, HK 416)	15 sek.

#### Følgende krav til merket gjelder:

God skyting:	52 poeng og 9 treff
Utmerket skyting:	72 poeng og 10 treff

## 2.10 Det militære marsjmerket

### 2.10.1 Prøven

Prøven til det militære marsjmerket omfatter en forflytning på 30 km med pakning. Det skal benyttes reglementert militært antrekk men fritt valg av skotøy. Ved sivile arrangement eller for sivile som deltar ved en militær avdeling nyttes fritt antrekk.

Marsjmerkeprøven stiller store krav til progressiv og målrettet opptrening.

Pakning (ryggsekk med innhold) skal veie 11 kg. Ryggsekk av godkjent militær modell skal benyttes. Sivile deltagere kan bære en annen type ryggsekk.

Løypen bør legges på gode stier, eventuelt grusvei. Det bør tilstrebes varierende og mykt underlag. Start og innkomst skal være på tilsvarende samme høyde over havet. Det bør være km-angivelse for minst hver 5. km. Det skal være minst tre væskeposter/matstasjoner i løypen. Kontrollposter og førstehjelpsstasjoner skal settes ut der det anses nødvendig.

Vektkontroll av pakning skal foretas før start og ved innkomst. Prøven skal ikke arrangeres dersom det er over 25 grader celsius i skyggen eller under minus 15 grader celsius.

Dersom en avdeling ønsker å arrangere marsjmerket i en trase som avviker fra 30 km kan det gis dispensasjon for dette ved søknad til Forsvarets høgskole Norges idrettshøgskole/Forsvarets institutt (FHS NIH/F). For å kunne få dispensasjon kreves at den trase som velges gir tilsvarende lik belastning som en ordinær marsjmerkeprøve. Det kan for eksempel være at innkomst ligger vesentlig høyere over havet enn start, eller det benyttes en svært kupert trase i krevende terreng.

### 2.10.2 Krav

Krav til det militære marsjmerket er anvendt tid lik eller bedre enn utregnet maksimaltid for den enkelte klasse. Det er en forutsetning at minimum 55 % av fullførte deltagere for menn og for kvinner oppnår merket, uavhengig av maksimaltid og klasse, se avsnitt 2.4.

## 2.11 Det militære skimerket

### 2.11.1 Prøven

Prøven til det militære skimerket omfatter 30 km langrenn med pakning og våpen. Det skal være innlagt skyting (evt. håndgranatkasting). Det skal benyttes reglementert militært antrekk. Ved sivile arrangement eller for sivile som deltar ved militær avdeling kan annen type antrekk (turantrekk) benyttes.

Ryggsekk av godkjent militær modell skal benyttes. Annen type ryggsekk kan benyttes når merkeprøven inngår i et sivilt arrangement. Våpenet skal ikke være emballert (polstret). Bruk av våpenets rem er tillatt, samt taping av denne. Det er ikke tillatt å adskille våpenet. Gevær som spennes fast til sekken skal ikke ligge på tvers. I pakningens vekt inngår ikke effekter/plagg som tilhører uniformen (bandolær/pistolbelte/magasintaske, lue ol), samt ammunisjon.

Ammunisjon kan enten medbringes fra start, hvor bæremåten er valgfri, eller den kan utdeles på standplass. Det er ikke tillatt å ha skudd i våpenet utenom standplass.

Ski av godkjent militær modell skal benytte. Sivile staver og hansker er tillatt brukt. Ved sivile arrangement eller for sivile som deltar ved militær avdeling kan sivile ski benyttes.

Løypen skal være 30 km. Start og innkomst bør ligge i samme høyde over havet og helst være på samme sted. Løypa bør legges i lett kupert terreng det skal tas hensyn til at deltagere bærer pakning. Løypa kan med fordel legges i sløyfer som gås flere ganger. Det skal være minimum tre væskeposter/matstasjoner. Kontrollposter og førstehjelpsstasjoner skal settes ut der det anses nødvendig.

Kontroll av antrekk, utrustning, vekt av pakning og våpen skal foretas før start og ved innkomst. Assistanse fra utenforstående er forbudt, unntatt sekundering og førstehjelp. Prøven skal ikke arrangeres dersom det er under -15 grader celsius.

Skytingen bør foregå i siste halvdel av løpet. Det skal skytes 10 skudd. Magasinet m/skudd skal ikke settes i våpenet før deltageren er på standplass og i liggende skytestilling. Ved bruk av HK 416 er det tillatt å ha magasin i bakken. Hørselvern skal deles ut rett før standplass samtidig med at løpet trekkes gjennom før skyting. Bruk av rem er tillatt.

Følgende målarrangement kan benyttes:

200 m: 1/3 fig eller tilsvarende

150 m: sirkelskive, ytre diameter 35 cm (svart sikteblink) eller tilsvarende

100 m: 1/4 fig. "småen", sirkelskive med ytre diameter 30 cm (svart sikteblink) eller tilsvarende

50 m: skiskyterskive, ytre diameter 11 cm (svart sikteskive) C-120 Motala skive

30 m: "innskytningsskive" HK for 30m med «høy» svart for ikke å omstille våpen fra 200m og 50m, «innskytningsskive»

Maskinpistolvåpen kan ikke benyttes ved skyting på målarrangement utover 100 m.

Godkjent treff på 10-delt skive verdi 7 eller bedre for HK 416, og MP 7, verdi 6 eller bedre for AG 3.

Bom i figur og treff verdi 6 eller dårligere på 10-delt gir 2 min tillegg.

Deltar noen som er fritatt for skyting av medisinske grunner, skal disse gis et tillegg på 10 min, uten at det er nødvendig med stans på standplass.

Dersom skivene ved dårlig sikt ikke blir synlige for enkelte av deltagerne, skal skytingen stanses og resultatet av skytingen annulleres for alle. Av hensyn til tidstap skytingen kan ha voldt for tidligere startende, skal sluttiden fastsettes for disse ved å trekke 4 min fra langrennstiden.

Sluttiden er langrennstid pluss eventuelle tilleggsminutter for skyting dersom skyting er gjennomført. Maksimaltid beregnes ut fra reglene i punkt 2.4. Tillegg for skyting skal tas med før maksimaltid utregnes.

## **2.12 Infanterimerket**

### **2.12.1 Beskrivelse av prøven**

Prøven til infanterimerket omfatter løp i vekslende terreng, lengde 8 – 12 km, dels merket løype, dels som friorientering. Det er mulig å organisere infanterimerkeprøven uten merking av løype, hvis gode orienteringskart er tilgjengelig. Orienteringen skal være enkel og følge tydelige ledelinjer.

Det skal være innlagt 4 infanteriprøver:

- a. melding
- b. måloppdagelse
- c. avstandsbedømmelse
- d. skyting (evt. håndgranatkasting dersom forholdene umuliggjør skyting)

Løypen kan legges på kart fra start til mål hvor infanteriprøvene legges inn i løypen ved poster underveis.

Det skal benyttes reglementert militært antrekk, men fritt valg av skotøy. Antrekket skal være reglementert under hele løpet. Ved sivile arrangementer, eller for sivile som deltar ved en militær avdeling, kan annen type antrekk med lang bukse (eks turantrekk) benyttes.

Det skal benyttes personlig våpen (ikke pistol) for eksempel HK 416, AG 3 eller andre våpen uten påmontert kikkertsikte.

### **2.12.2 Gjennomføring**

Konkurransen gjennomføres som et stridsoppdrag med orientering og 4 infanteriprøver innlagt i løpet.

#### **2.12.2.1 Melding**

En melding skrevet på oppslag skal være innlagt i begynnelsen av løpet, som senere i løpet skal avgis skriftlig.

Meldingen skal inneholde følgende punkter:

- Dato/tidsgruppe
- Fra hvem
- Til hvem
- Hva
- Hvor
- Når
- Hvorledes
- Underskrift (ikke løperens)

Det er ikke tillatt å skrive ned meldingen eller deler av den.

Ved retting skal meldingen betraktes som en muntlig melding. Feilstaving av ord, små bokstaver og lignende skal ikke gi tillegg. Bruk av andre ord med samme mening som de som er brukt i meldingen skal godkjennes. Ordet "fra" og "til" skal være med i meldingen. Punktene skal godkjennes selv om de ikke kommer i riktig rekkefølge. For hvert punkt som mangler eller som er feil gjengitt får deltagerne to minutter tillegg. Maksimum tillegg er 16 minutter.

#### **2.12.2.2 Orientering**

Orienteringsløypen bør være enkel slik at deltagerne kan følge lede linjer. Arrangøren står fritt hvor i løypen orienteringen skal legges. Kart med alle poster inntegnet, påheftet postbeskrivelse og symboler i plastlomme bør utleveres ved start av orientering. For å forenkle arrangementet er det tillatt å la orienteringselementet omfatte hele infanteri løypen slik at merking blir overflødig. Dette krever at gode orienteringskart er tilgjengelig gjennom hele løypen.

#### **2.12.2.3 Måloppdagelse**

Deltagerne skal oppdage og merke av figurer som er plassert innenfor et avgrenset område i terrenget. Det skal kun benyttes figurer (skyteskiver) som mål, og antallet skal være 5-8.

Måloppdagelsen skal starte fra en standplass hvor det oppmerkes et rutesystem i terrenget. Rutesystemet skal være på en side av løypen. Alternativ 1: 16 ruter og 0 til 1 mål i hver rute. Alternativ 2: 8 ruter og 0 til 2 mål i hver rute. Deltakerne beveger seg fra standplass til enden av rutesystemet. Det er tillatt å bevege seg frem og tilbake.

Ved retting godkjennes avmerking som er gjort i riktig rute. Det er ikke tillatt å rette allerede avmerkede mål.

For hver ikke avmerket figur og for mange avmerkinger utover riktig antall, gis et tillegg på 2 minutter. Maksimum tillegg er 10-16 minutter, avhengig av antall figurer (2 minutter ganger antall figurer). Ved større utregnet tillegg kan det kun gis maksimalt tillegg.

#### **2.12.2.4 Avstandsbedømmelse**

På en standplass i løypen får deltagerne oppgitt fem forskjellige mål som de skal bedømme avstanden til. Målene skal være 1/1 figurer.

Avstandene skal være plassert mellom 50 og 450 meter. Det er ikke tillatt å bruke andre hjelpemidler for måling av avstandene enn det utstyr som bringes med; våpen, kompass og blyant (uten ekstra innredninger).

Dersom noen av figurene ikke er synlige på grunn av dårlig sikt for enkelte av deltagerne, annulleres de berørte avstandene. Av hensyn til tidstap avstandsbedømmelsen kan ha voldt for tidligere startende, fastsettes sluttiden for disse ved å trekke 30 sekunder per avstand fra løpetiden.

Avstanden blir bedømt riktig dersom avviket ikke er større enn (+/-) 1/7 av korrekt avstand. Hver feilbedømt avstand gir 3 minutter tillegg. Maksimum tillegg er 15 minutter.

#### **2.12.2.5 Skyting**

Det skal skytes 5 skudd. Magasinet m/skudd skal ikke settes i våpenet før deltagerne er på standplass og i skytestilling. Skytestilling er liggende, og bruk av rem er tillatt. Ved bruk av HK 416 er det tillatt å benytte magasinet som støtte.

Løpet skal trekkes igjennom og hørselvern skal utleveres rett før skyting (inne på standplass).

Følgende målarrangement kan benyttes:

200 m:	1/3 fig eller tilsvarende
150 m:	sirkelskive, ytre diameter 35 cm (svart sikteblink) eller tilsvarende
100 m:	1/4 fig. "småen", sirkelskive med ytre diameter 30 cm (svart sikteblink) eller tilsvarende
50 m:	skiskytterskive, ytre diameter 11 cm (svart sikteblink). C-120 Motala skive
30 m:	"innskytingsskive HK for 30m med "høy" svart for ikke å omstille våpen fra 200m og 50m, og "innskytingsskive" AG 3, 10-delt. Verdi 7 eller bedre.

Dersom skivene ved dårlig sikt ikke blir synlige for enkelte av deltagerne, skal skytingen stanses, og resultatet av skytingen annulleres for alle. Av hensyn til tidstap skytingen kan ha voldt for tidligere startende, fastsettes sluttiden for disse ved å trekke 3 minutter fra løpstiden. Det skal gis 3 minutter tillegg for hver bom.

#### **2.12.2.6 Håndgranatkasting**

Dersom forholdene umuliggjør skyting skal det i stedet avvikles håndgranatkasting med fem granater – vekt 550 gram – mot sirkel – mål med diameter 3 meter på 20 meter avstand for menn og 15 meter for kvinner. For hver bom skal det gis et tillegg på 3 minutter.

#### **2.12.2.7 Krav for merkeprøven**

For godkjent prøve til infanterimerket kreves det at deltagerne har:

- fullført o-løp
- minst 4 av meldingens 8 pkt. riktig besvart
- truffet med minst 1 -ett- skudd
- bedømt minimum 1 -en- avstand riktig
- plassert minst 1 -ett- mål riktig, og ikke maksimum tillegg.

Sluttiden er løpstid pluss eventuelle tilleggsminutter for feil i innlagte infanteri disipliner.

Maksimaltid beregnes ut fra reglene i punkt 2.4. Alle tillegg skal tas med før maksimaltid utregnes.



## 2.13 Feltidrettsmerket

### 2.13.1 Prøven til feltidrettsmerket

Prøven til feltidrettsmerket omfatter:

- Skyting
- Kartlesing
- Orienteringsløp

De tre konkurranseøvelsene skal være av relativt samme vanskelighetsgrad. Øvelsene skal normalt arrangeres over en dag, og hvis forholdene ligger til rette for det, sammenhengende. Konkurransen/prøven kan gjennomføres som tre separate konkurranser for de samme deltagerne og innen samme kalenderår.

Arrangøren bestemmer rekkefølgen av øvelsene.

Det skal benyttes reglementert militært antrekk men fritt valg av skotøy. Ved sivile arrangementer, eller for sivile som deltar ved en militær avdeling kan annen type antrekk med lang bukse (eks turantrekk) benyttes.

Nødvendig utstyr er våpen med to magasiner, kompass, blyant og nål. Det er ikke tillatt å bruke kikkert, eller annet observasjons eller måleutstyr.

#### 2.13.1.1 Skyting

Skytingen skal gjennomføres med to skytinger på faste avstander og med løping før og etter seriene.

Skyting kan gjennomføres med ulike typer gevær. Skyteskive tilpasses type gevær.

Skyteavstand skal være 30 til 200 meter med liggende stilling i begge skytinger og serier på 10 skudd.

Deltageren skal løpe minst 300 meter før første skyting og mellom skytingene. Videre skal det løpes til anvist plass for plassering av våpen, eventuelt målskyting. Lengde for løping i forbindelse med skytingen skal være minimum 600 meter og maksimum 1000 meter.

Startintervallet bør være minst 1 minutt. Skytetiden er ubegrenset og inngår i løpstiden.

Geværet og all skyteutrustning kan medbringes fra start til mål etter skyting. Ammunisjon kan utleveres før start og medbringes i to magasiner. Innsetting av fylt magasin og ladegrep skal utføres på standplass med våpenet rettet mot skivene. Geværene skal kontrolleres før de tas med fra standplass. Alternativt kan gevær og/eller ammunisjon ligge på standplass.

Tillegg for manglende treff er 1 minutt og 30 sekunder per skudd. Tiden fra start til ferdig skyting skal innregnes i konkurranse tiden. Før start skal deltakerne få opplyst hvor våpen og øvrig skyteutstyr skal plasseres etter avsluttet skytemoment, hvilke sikkerhetsbestemmelser som er gjeldende og hvilken skive de er tildelt.

#### 2.13.1.2 Kartlesing

Kartlesing skal foregå i merket løype på ca. 2 km. Deltakerne får avvike høyst 5 meter fra løypen.

Antall punkter skal merkes med poster, totalt 8-10, plassert i løypen.

Punktene (orienteringsskjermer) skal plasseres på terrengdetaljer som finnes på kartet, og som stemmer overens med terrenget.

Løypen skal legges slik at deltagerne på minst to steder gis gode muligheter til å ta seg inn.

Kartene bør være orienteringskart i målestokk 1:10000, og av god kvalitet. Startpunktet skal angis med en trekant. På baksiden skal det skrives punktets nummer langs kanten.

Deltagerne skal markere på kartet hvert punkt med et nålestikk, og "signere" punktet ved, på baksiden, å trekke en strek fra stikket med postens penn, (kan ha forskjellige farger) til et tall tilsvarende postens nummer på kartet.

### **Tidstillegg:**

Det skal gis 1 minutt tillegg for hver hele mm feil, og maksimalt 10 mm per punkt og maksimalt 40 minutter totalt. Deler av mm skal ikke regnes med. Kun nålestikk som er signert ved strek fra stikket til punktets nummer skal regnes med. Færre nålestikk på kartet enn antall punkter medfører 10 minutter tillegg per savnet punkt. Flere signerte nålestikk på et punkt gir maks belastning (10 minutter).

### **Alternativ kartlesing fra stasjonsområde:**

Kartlesing skal foregå fra stasjonsområde(r) hvor det er merket løype mellom de ulike siktepunkter. Deltagerne skal markere terrengdetaljer (8-10 stk.) som bygninger, veikryss etc. (avhengig av kartets målestokk) fra et anvist område på kartet.

Kartet bør være i målestokk 1:25 000 eller 1:50 000.

Deltagerne skal gis anvisning gjennom bilde, sikteapparat og/eller postmannskaper.

Den enkelte standplass skal markeres med et postnummer og beskrivelse av punktet..

### **2.13.1.3 Orienteringsløp**

Orienteringsløpet bør teknisk arrangeres i samsvar med Norges orienteringsforbunds regler.

Løypens lengde skal avpasses slik at vinnertiden blir 25-40 minutter.

Kartet bør være i målestokk 1:10000.

Sluttid skal være summen av total løpstid med tillegg for skyting og kartlesing. Maksimaltid beregnes ut fra reglene i punkt 2.4. Alle tillegg skal tas med før maksimaltid utregnes.

## **2.14 Det militære femkampmerket**

### **2.14.1 Prøven til femkampmerket**

Prøven til femkampmerket skal bestå av følgende fem øvelser:

- Geværskyting med HK 416 (tilsvarende) på bane, presisjon og hurtig.
- Hinderløp på bane - 500 m/20 hinder, alternativt hinderbane i marine- eller fly femkamp for kvinner 500m/16 hindre.
- Hindersvømming 50 m.
- Håndgranatkasting, presisjon og lengde.
- Terrengløp 8 km, for kvinner 4 km.

Prøvene i de forskjellige øvelser kan avlegges hver for seg og gjentatte ganger i kalenderåret.

Alternativt kan marinefemkamp i sin helhet benyttes som prøve til det militære femkampmerket.

#### **2.14.1.1 Antrekk**

Geværskyting:	Reglementert militært antrekk. ved sivile arrangementer kan annen type antrekk med lang bukse og jakke (eks turantrekk) nyttes.
Hinderløp:	Fritt, men hele kroppen unntatt hode, hals og hender skal være dekket av løpsantrekket. Piggsko ikke tillatt.
Hinder svømming:	Badebukse, badedrakt
Granatkasting:	Som for hinderløp
Terrengløp:	Fritt, dog minimum singlet og kort bukse

### 2.14.1.2 Skyting

Skyteprogrammet skal bestå av:

- Prøve skyting 5 skudd
- Presisjonskyting 10 skudd på 12 min
- Hurtigskyting 10 skudd på 1 min

Stillingen skal være liggende uten støtte (anlegg). Bruk av rem er tillatt. Ved bruk av HK 416 er det tillatt å benytte magasinet som støtte. Utgangsstilling begge serier, er liggende ferdigstilling, våpenet ladd og sikret. Skudd før "ild" og etter "stans" straffes med trekk av beste verdi.

Skytingen kan foregå på 100 m, 200 m eller 300m bane med henholdsvis 1/2 m, 1 m, 1 1/2 10-delt skive. Det kan også skytes på kort holds bane mot 15 cm 10-delt skive på 30 m. blå plast, cal. 22 eller skarp ammunisjon kan benyttes. Ildordre og stans skal gis med forutgående varsel om 15 sekunder igjen til henholdsvis signal for "ild" og "stans" kommer.

Hurtigserien skal skytes samlet. Anvisning av presisjonsserien etter hvert skudd, eller etter hvert 5. skudd. Hurtigserien skal anvises samlet.

### 2.14.1.3 Hinderløp

Prøven skal avlegges på standard hinderbane, eventuelt andre baner (felthinderbaner) godkjent av NIH/F. Det er gjort tillempninger for kvinner, og for menn over 42 år. Alle hindre skal passeres korrekt. Passeres et hinder på feil måte skal deltageren umiddelbart ta hinderet om igjen.

Sikkerhetstiltak:

- Gropene for nedsprang skal være godt opparbeidet og fylt med sand (ikke sagflis, kutterspon el )
- Hinder nr. 12 skal ha "plattning" på undersiden av bommene.

Alternativt kan hinderløpet gjennomføres i hinderbanen til marinefemkamp eller fly femkamp, der standard hinderbane 500 m ikke finnes.

### 2.14.1.4 Svømming

Prøven skal normalt avlegges på standard svømmehinderbane, 50 m med 4 hinder, frisvømming..

Ved avdelinger som ikke har komplett svømmehinderbane tilgjengelig i basseng, kan prøven avlegges med redusert eller helt uten hinder. Det forutsettes oppgang på bassengkant ved 25 m eller kortere basseng.

Deltagere som ikke passerer et hinder riktig, skal kalles tilbake for ny passering av hinderet.

### 2.14.1.5 Håndgranatkasting

Prøven skal normalt avlegges på standard håndgranatbane.

Ved mangel på brystvern kan det kastes fra strek eller list. Bakre begrensning er 3 meter. Granatene skal veie 600g (toleranse 550-650g) omkrets på minimum 15 cm. For kvinner skal granatene veie minst 350g, omkrets på minimum 12 cm.

Kast-program:

- Presisjonskast, 4 granater mot hvert mål, til sammen 16 granater. For kvinner skal avstanden reduseres med 5 meter for hvert mål. Kastemåte er valgfri. Treff på ring/strek skal godkjennes.
- Lengdekast er 3 granater, hvorav det lengste skal være tellende.

### Poengberegning:

Presisjonskastingen gir følgende poeng:

	Indre ring	Ytre ring
Mål 1 - 20 m (15 m)	7	3
Mål 2 - 25 m (20 m)	8	4
Mål 3 - 30 m (25 m)	9	5
Mål 4 - 35 m (30 m)	10	6

Det kan maksimalt oppnås 136 poeng.

Lengdekast skal måles og centimeter avrundes etter vanlige regler til desimeter. Hver meter gir 1 - ett- kastpoeng.

#### **2.14.1.6 Terrengløp**

Løypen skal være 8 km for menn og 4 km for kvinner, gjerne i sløyfer, og av en slik beskaffenhet at vinnertiden for en god løper ligger rundt 26 min for menn.

Det kan startes individuelt eller med fellesstart. Tiden skal registreres i minutter og tidelssekunder. Krav til det militære femkampmerket er det ikke nødvendig å beregne "femkamp"- poeng, men følgende minstekrav i hver enkelt øvelse skal være oppfylt:

	<b>Skyting Poeng</b>	<b>Hinderbane Tid</b>	<b>Håndgranat Poeng</b>	<b>Hindersvømming Poeng</b>		<b>Terrengløp Tid</b>	
	M/K	M/K	M/K	M	K	M	K
I	150	4,50	85	52	56	38,00	20,00
II	150	4,40	90	50	54	38,00	20,00
III	150	4,50	90	52	56	39,30	21,00
IV	150	5,20	90	54	58	40,30	22,00
V	150	5,40	85	56	60	42,00	23,00
VI	150	6,00	80	58	62	43,00	24,00
VII	150	6,20	75	60	64	44,00	25,00

Marinefemkamp kan i sin helhet benyttes til prøver til femkampmerket. Følgende minstekrav i hver enkelt øvelse skal være oppfylt:

	<b>Hinderbane</b>	<b>Livredning</b>		<b>Sjømannskap</b>	<b>Hindersvømming</b>	<b>Amfibielløp</b>
	M/K	M	K	M/K	M/K	M/K
I	4,00	2,00	2,30	5,50	2,10	15,30
II	3,50	1,50	2,20	5,40	2,00	15,00
III	4,00	2,00	2,30	5,50	2,10	15,30

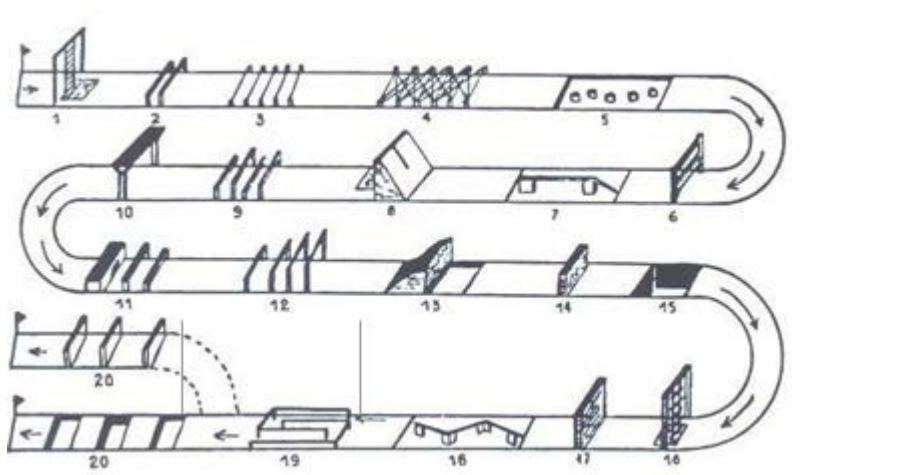
IV	4,20	2,10	2,40	6,20	2,30	16,00
V	4,50	2,20	2,50	6,50	2,50	16,40
VI	5,20	2,30	3,00	7,20	3,10	17,30
VII	6,20	2,40	3,10	7,50	3,30	18,30

I Hinderbanen skal lengdegropen reduseres med 1 m for menn over 42 år.

I fly femkamp kan hinderbanen nyttes. Samme tabell som for hinderbanen i marinefemkamp skal benyttes.

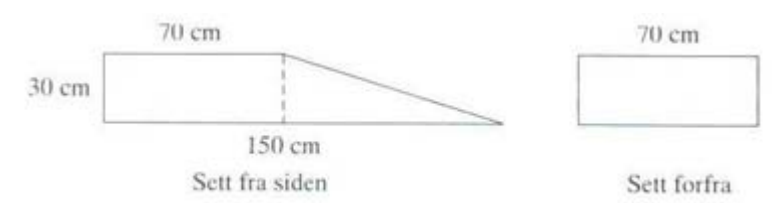
### 2.14.1.7 Beskrivelse og illustrasjon av øvelsene

Hinderbanen er en standard bane på 500 m med 20 hinder. Trasen på banen kan variere, men hindrene skal plasseres i følgende rekkefølge og plasseres jevnt fordelt over hele banen. Det gjøres tillempning for kvinner og menn over 42 år



Hinderbane for kvinner:

- Hinder nr. 1, 8, 12 og 16 sløyfes. Passeres ved å løpe til siden for hindrene.
- Foran hinder 10, 15 (foran veggen) og 17 plasseres en skammel med høyde 30 cm (se fig)



Hinderbane for menn over 42 år:

- Hinder nr. 10,15 og 17 som for kvinner.

Utstyret for å redusere banen bør lages slik at det ved et håndgrep kan fjernes eller settes på plass ved behov.

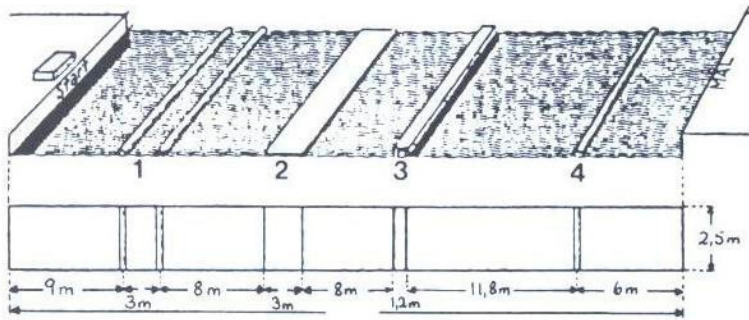
Hver bane bør være ca. 2 m bred.

Beskrivelse og passering av hinderbanen:

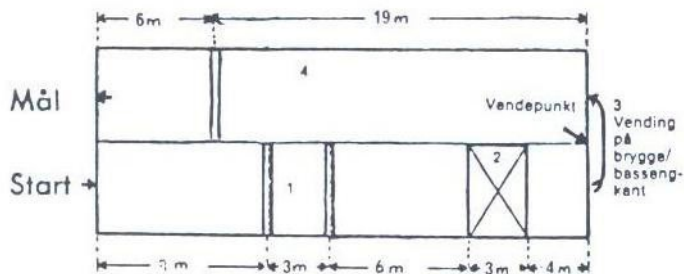
Hinder	Benevning	Detaljanvisninger	Passeringsmåte
1.	Taustige	Høyde 5 m Festet til marken. Nedhopp på mykt underlag. 11 trinn	Fri klatring opp. Passere tverrbommen. Hopp eller klatring
2.	Dobbelt bom	Første bommen 95 cm høy, andre 135 cm. Avstanden mellom dem er 65 cm	Passere over begge bommene. Marken skal berøres mellom stengene
3	Streng hinder	Fem strenger (wire) utspent i 0,55 m høyde avstand mellom hver er 2 m.	Passere over de 5 strengene. Marken skal berøres mellom strengene
4.	Kryphinder	Lengde 20 m, høyde 0,45-0,50 m	Krypning under hinderet
5.	"Vadested"	Fem flate "stener", høyde 0,2-0,2m, diameter 0,15-0,2 m. vadestedets lengde er 8 m. "stenene" er plassert i to rekker 75 cm fra hverandre og i en innbyrdes avstand på 133 cm i lengderetningen	Passeres ved hopp fra "sten" til "sten". Det er ikke nødvendig å berøre alle "steinene". Hvis noen trækker mellom skal de begynne på nytt ved linjen foran hinderet
6.	Klatre hinder	3 horisontale. Høyeste er 2,m, Mellomste 1,5 m og nederste 0,7m.	Passere over hinderet, valgfri måte
7.	Balanshinder	Rund stokk. Høyde 0,9 1 m lengde 8,5 m. skrå-oppgang: min 1,3 m nedhops- felt fra bomenden 0,5 m	Opp hopp ved hjelp av den skrått stilte planke, balansegang, ned hopp på den andre siden av markeringslinjen. Hvis noen faller ned, starter de ved begynnelsen av hinderet igjen
8.	Entrehinder	Mur eller planker. Høyde 3,0 m Entresiden slett og noe hellende 3,5m lang. Toppbredden 0,2-0,4 m. Ned hopp på mykt underlag	Fri entring ved hjelp av tauet. Ned hopp på valgfri måte
9.	Bomhinder "over under"	Høyde i rekkefølge 1,20 m, 0,60m 1,20 m 0,60m. Avstand mellom bommene 1,60 m.	Passering i rekkefølge over-under-over- under

10.	"Irskebordet"	Høyde 2 m. bredde 0,40-0,50m. Tykkelse på bordet maks 0,08m	Passere over på valgfri måte. Støttene kan ikke brukes som hjelp
11.	Krype og bom hinder	Krypehinderet er kvadratisk med 0,5 m sider og 1,1m langt. Første bom 1,2 m, andre 0,5 m. Avstand 1,75 m.	Passere i rekkefølge gjennom- over-under
12.	Trappe hinder	Fire bommer på resp. 0,75, 1,25, 1,80 og 2,30 m høyde. Avstanden mellom bommene 1,3 m. "Platting" på undersiden av bommene.	Passere over på valgfri måte. En må ikke trække på plattingen mellom bommene
13.	Voll med dike	Vollens høyde 1,8 m mot dikesiden 2,30 m. Tverrsnitt 3 m. Dikets lengde i løperetningen er 3,5 m	Passering over hinderet på valgfri måte
14.	Lav mur	Høyde 1m. Av trevirke eller stein. Maks bredde er 0,35 cm	Passere over hinderet på valgfri måte
15.	Grav	Dybde 2 m. Lengde i løperetningen 3,5 m. Fremre delen loddrett. Banen ovenfor fremre delen helt slett slik at det ikke er mulig å få feste for fingrene	Ned hopp og klatring opp fremre loddrette vegg. Sideveggene skal ikke berøres
16.	Vertikal stige	Høyde 4m. 8 steg i stigen. Ned hopp på mykt underlag	Fri klatring opp. Passere over tverrbom, hoppe eller klatre ned
17.	Høy mur	Høyde 1,9 m av trevirke eller sten. Maks bredde er 0,35 cm	Passere over hinderet på valgfri måte
18.	Balanse hinder i vinkel	Tre stokker i 1350 vinkel. Hver stokk 5 m. Plan overside med 0,10-0,15 m bredde, høyde er 0,5m	Valgfritt opp hopp, ellers samme hinder som nr. 7
19.	Sikksakke- hinder	"Skyttergrav". lengde 8 m. Total løpslengde 18 m. Rekkverkets høyde er 0,8 m	Løping i skyttergraven med eller uten hjelp av rekkverk og støtter
20.	3-lanke hinder	Plankenenes høyde 1,0m 1,2m og 1,0m. Maks bredde 0,35 m. Avstand første til siste planke er 12m	Planke veggene passerer på valgfri måte

### Bane for hindervømming, (50 m basseng)



### Bane for hindervømming (25 m basseng)

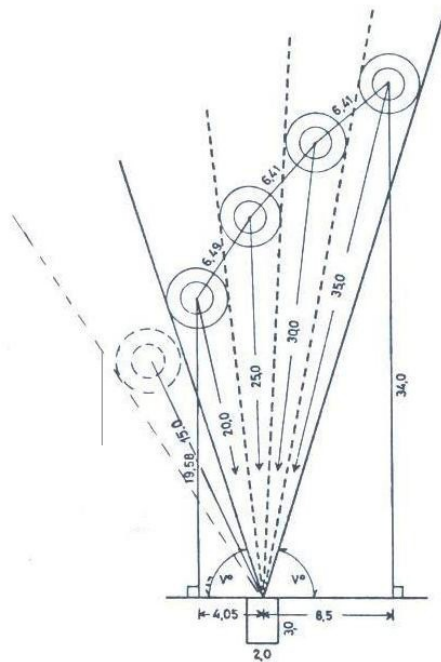


### Beskrivelse og passering av hindervømmebane:

- **Hinder nr. 1.**  
To trestokker med 15-20 diameter vinkelrett på svømmeretningen og 3 m fra hverandre. Stokkene plasseres i flytestilling. Første stokk bør være fast, slik at deltageren kan stå på den. Passering skjer over den første og under den andre stokken.
- **Hinder nr. 2.**  
En 3 m lang flåte som skal være konstruert slik, at en kan følge deltageren under passeringen. Flåten skal være festet i flytestilling. Passering skjer under flåten.
- **Hinder nr. 3.**  
En brygge er 1,2 m (+ - 0,05) bred og 0,5 m (+ - 0,05) over vannflaten. Bryggen bør være belagt med et belegg av strie e l. Tykkelse maks 8cm. Passering skjer over bryggen. rommet mellom bryggen (plattformen) og vannet må være fritt.
- **Hinder nr. 4.**  
En stokk med 15-20 cmi diameter plassert vinkelrett på svømmeretningen. Stokken bør plasseres i flytestilling. Passering skjer under stokken.



## Håndgranatbanen målarrangement

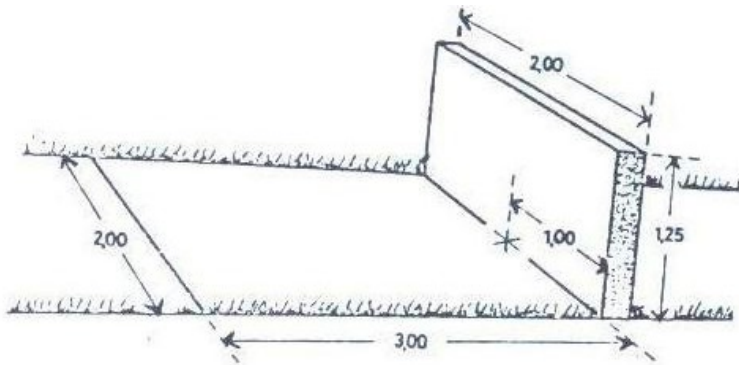


Målstørrelse:

Indre diameter 2 m

Ytre diameter 4 m

Standplass



## 2.15 Forsvarsdepartementets premie og Forsvarsministerens premie i pistolskyting

### 2.15.1 Prøven

Skyting om premien kan finne sted bare en gang hvert kalenderår. Arrangøren kan ikke tillate andre enn de skyttere som skyter om premien å delta. Under skyting om premien er det således ikke anledning til i ett og samme skytterlag å blande sammen skyttere som skyter om premien og skyttere som ønsker å gjennomføre programmet uten bindende virkning som premieskyting.

Skytingen kan arrangeres to ganger pr år med en skyting på forsommeren og en på ettersommeren og med forutgående kunngjøring.

Skytingen om premien skal foregå med pistol eller revolver cal. 9 mm eller grovere. Bandasjering, ortopediske skjefter eller tilsvarende forandringer er ikke tillatt.

All skyting skal foregå mot 10 delt 0,5 m skive på 25 m. Skytingen foregår fra stående fri skyting med utgangsstilling 45 grader i forhold til skyte retning. Program

Det skytes følgende program:

<b>Øvelse</b>	<b>Antall skudd</b>	<b>Tid</b>	<b>Anvisning</b>
Prøve	2	Ubegrenset	Etter 2 skudd
Uttaksskyting/ Kvalifisering	8	Ubegrenset	Etter 4 skudd
Prøve 1	12 (3x4 serier)	3 sek pr skudd	Etter hver serie à 4 skudd
Prøve 2	12 (3x4 serier)	3 sek pr skudd	Etter hver serie à 4 skudd

### 2.15.1 Gjennomføring

Skytingen skal gjennomføres på godkjent pistolbane på 25 m avstand.

Skytingen skal gjennomføres av godkjent militær skyteleder. Til hjelp for notering og kontroll skal skytelederen ha to befal som assistenter. Assistentene skal under skytelederens ledelse kontrollere utgangsstilling på 45 grader, notere resultatene og klistre skivene. Skytterne skal av lederen gis anledning til å se skivene før klistring/lapping finner sted.

Før anvisning skal alle våpen tømmes, magasin tas ut/tønne svinges ut/ sluttstykke trekkes tilbake og våpen legges på skytebenken. Skyttere skal stanse i god avstand fra skivene mens kontroll og notering pågår.

Enhver skytter som ønsker å delta i skyting om forsvarsdepartementets premie i pistolskyting, skal før skytingen med bindende virkning melde fra om slik deltakelse. Ingen andre tillates å delta. Det skal trekkes lodd om skivene. Det bør herunder tas hensyn til at skyttere som stiller med våpen hvis utkast av tomhylser kan genere naboskytter, gis plass på fløyen.

Under skyting er det ikke tillatt å støtte noen del av kroppen mot skytebenken. I duell- og serieskyting skal armen holdes i 45° vinkel med horisontalplanet, inntil skivene svinger frem eller ildordre gis. I duellskyting skal skytearmen senkes til 45° vinkel mellom hvert skudd. Det er her tillatt å støtte våpenet mot skyte benken.

Både ved bruk av svingbare eller faste skiver, skal skyteleder ved hjelp av stoppeklokke påse at skytetiden, i duell 3 sek pr skudd, blir nøyaktig overholdt. Skivene skal være borte i 7 sekunder mellom hvert skudd i duell, og i serieskytingen skal skivene være borte i 7 sekunder før serien starter.

Ved skyting mot faste skiver skal ildordrene ild og stans (eller skarpt, kort fløytesignal) markere de fastsatte tider. Skyteleder skal ha et befal som spesielt kontrollerer om noen skyter for tidlig eller for sent. I duellskyting skal ild avgis hver gang skivene er fremme.

For tidlig eller for sent avgitte skudd straffes med annullering av det (de) beste skudd i vedkommende 4-skudds omgang. På baner med automatisk trekk, avgjøres for tidlig eller for sent avgitte skudd av kulehullets lengde. Maksimal tillatt lengde på kulehullet er for 9 mm våpen og for 11,25 mm våpen 16 mm.

Treff på grensen mellom to verdier skal regnes som beste verdi hvis kulehullet tangerer delestreken på yttersiden. Ved tvil skal det benyttes tolk eller i nødsfall en patron av samme kaliber, ved at prosjektilet, ikke hylsen, stikkes inn i hullet.

Skudd på feil skive skal regnes som bom. Får en skytter av denne grunn for mange treff i en skive, skal de 4 beste godkjennes, dersom det kun er ett treff for mye. Er det flere enn ett treff for mye, må skytteren skyte om igjen vedkommende 4-skuddsøvelse. Ved omskyting skal skytter ikke godskrives høyere poengsum enn om han hadde fått godkjent de 4 beste skudd i den første serie, og ikke lavere enn om han hadde fått de 4 dårligste.

I uttaksskytingen retter skytteren selv eventuelle funksjons feil. I duell- og serieskytingen skal det konsekvent gjennomføres at skytteren, når funksjons feil inntreffer, straks legger våpenet ned på skyte benken og trer tilbake.

Når omgangen er ferdig, skal skytelederen kontrollere våpenet. Som godkjente feil regnes alle feil som skyldes våpen eller ammunisjon.

Som ikke godkjente feil regnes feil som må belastes skytteren, for eksempel:

- At våpenet ikke er ladd
- At sikringen ikke er opphevet
- At magasinet ikke er ført helt inn og at det faller ut under skyting
- At avtrekkeren ikke er sluppet langt nok frem etter foregående skudd

Påståtte funksjonsfeil, som ikke er åpenbart synlige, skal kontrolleres ved at skyteleder, retter våpenet mot bakken og foretar avtrekk. Går skuddet, godkjennes ikke feilen. Brukes derimot Walther p38 (tilsvarende våpen med hane), og hanen har fulgt glidestykket fremover slik at skytteren ikke har fått avtrekk, skal funksjonsfeilen godkjennes..

Enhver påstått feil skal avvises likeledes hvis skytteren under duell- eller serieskyting selv forsøker å rette feilen uten å lykkes i dette.

Skudd som ikke er avfyrt som følge av ikke godkjent feil i vedkommende 4-skudds omgang, skal regnes som bom. Det tillates at skytteren har 2 godkjente funksjonsfeil i duellskytingen og 2 i serie skytingen. Ved 3. gangs gjentakelse kan skytteren ikke fortsette mer i vedkommende øvelse, duell eller serie.

Ved oppstått godkjent feil skal følgende gjøres:

- I duellskytingen fullføres påbegynt 4-skudds omgang.
- I serieskytingen skytes vedkommende 4-skudds serie om.

### **2.15.1 Krav**

For uttaksskyting/kvalifisering er kravet:

- 26 poeng for 11,25 mm
- 30 poeng for 9 mm

For premien/prøven er kravet:

- 20 treff/145 poeng eller 21 treff og derover uansett poengsum for 11,25 mm
- 22 treff/160 poeng eller 23 og 24 treff uansett poengsum for 9 mm.

### 2.15.1 Tildeling/rekvisisjon

Premiene skal tildeles slik:

FDs premie, sølvbeger, ved første godkjente prøve

- 1. stjerne ved 3 godkjente prøver
- 2. stjerne ved 6 godkjente prøver
- 3. stjerne ved 9 godkjente prøver
- 4. stjerne ved 12 godkjente prøver
- Forsvarsministerens premie - sølvpokal - ved 18 godkjente prøver.

FD og FM premie skal rekvireres fra Forsvarets logistikkorganisasjon/Divisjon for forsyning.

### 2.15.2 Registrering/rapportering

Arrangerende avdeling skal sørge for registrering på elektronisk rulleblad for stadig tjenestegjørende. Ikke stadig tjenestegjørende må selv sørge for attestasjon og underrette Forsvarets personell- og vernepliktsenter (FPVS) for registrering.

## 3 Generelle regler for sivile ferdighetsmerker

### 3.1 Sivile ferdighetsmerker

Følgende sivile ferdighetsmerker kan bli arrangert i Forsvaret:

- Det Frivillige Skyttervesen - Dugleiksmerket
- Norges Skytterforbund -Armegeværmedalje (NAIS-medaljen)
- Norges Skiskytterforbund - Skiskyttermerket
- Norges Idrettsforbunds - Idrettsmerket
- Norges Svømmeforbund - Den store havhesten
- Det nederlandske ferdighetsmerke for 4-dagers marsjen (NIJMEGEN medaljen)

#### 3.1.1 Dugleiksmerket

Reglement om Dugleiksmerket finnes i «Skytterboka» til DFS, kapitel 12 Medaljer og merker, avsnitt 12.210 Dugleiksmerker. «Skytterboka» finnes elektronisk på DFS sin internettside:

[www.dfs.no/verdt-a-vite/lover-og-regler1/skytterboka](http://www.dfs.no/verdt-a-vite/lover-og-regler1/skytterboka)

#### 3.1.2 NAIS-medaljen

Reglement om NAIS-medaljen finnes i Norges skytterforbunds «reglement for NAIS og Kvartmatch». Reglementet finnes elektronisk på Norges skytterforbunds internettside:

[www.skyting.no/loverogregler/sider/NAIS-skyting.aspx](http://www.skyting.no/loverogregler/sider/NAIS-skyting.aspx)

#### 3.1.3 Skiskyttermerket

Skiskyttermerket arrangeres med militært våpen, eventuelt cal. 0,22 mm, skiskyttergevær, etter følgende regler:

- Distansen er 10 km for alle klasser
- Det skal skytes 2 x 5 skudd liggende. 1 min tillegg pr bom. Alternative målarrangementer:
  - Avstand 100 m: Sirkelskive med svart sikteblink, ytre diameter 25 cm
  - Avstand 50 m: Skiskytterskive, ytre diameter 110 mm
  - Avstand 30 m: "innskytingsskive" HK for 30m med «høy» svart for ikke å omstille våpen fra 200m og 50m, «innskytingsskive»

Første skyting bør komme i første halvdel av løypa, mens andre skyting bør legges i siste halvdel. Maksimaltid beregnes ut fra gitte bestemmelser, se avsnitt 2.4. Tillegg for skyting tas med før maksimaltid utregnes.

For øvrig følges Norges skiskytterforbunds reglement som finnes elektronisk på Norges Skiskytter forbunds internettside:

[www.skyting.no/no/organisasjon/lover\\_og\\_regler/regler\\_for\\_skiskyttermerket](http://www.skyting.no/no/organisasjon/lover_og_regler/regler_for_skiskyttermerket)

#### **3.1.4 Idrettsmerket**

Norges Idrettsforbunds reglement om idrettsmerket er gjeldende og finnes på Norges Idrettsforbunds internettside:

[www.idrett.no/tema/klubbguiden/Sider/idrettsmerket.aspx](http://www.idrett.no/tema/klubbguiden/Sider/idrettsmerket.aspx)

#### **3.1.5 Store Havhesten**

Norges Svømmeforbunds reglement om «Den store Havhesten» er gjeldende og finnes på Norges Svømmeforbunds internettside:

[www.svomming.no/getfile.php/1799/4%20/Havhesten2007-2.pdf](http://www.svomming.no/getfile.php/1799/4%20/Havhesten2007-2.pdf)

#### **3.1.6 Nijmegen-medaljen**

Informasjon og reglement om marsjen finnes på Vieerdagse sin internettside og den norske Nijmegendelegasjonens internettside:

[www.4daagse.nl](http://www.4daagse.nl)

[www.nijmegenmarsjen.info](http://www.nijmegenmarsjen.info)

### **3.2 Tildeling**

Sivile ferdighetsmerker skal rekvireres fra Forsvarets logistikkorganisasjon/Divisjon for forsyning / Uniformsutsalget, eller direkte fra de respektive forbund.

### **3.3 Registrering**

Arrangerende avdeling skal sørge for registrering på elektronisk rulleblad for stadig tjenestegjørende. Ikke stadig tjenestegjørende må selv sørge for attestasjon og underrette Forsvarets personell- og vernepliktsenter (FPVS) for registrering.

## **4 Ikrafttredelse**

Reglement om ferdighetsmerker i Forsvaret trer i kraft 2014-10-01. Samtidig settes Tjenestereglement for Forsvaret, Gruppe 43, Fysisk fostring i Forsvaret, undergruppe 432 Ferdighetsmerker av 2010-30-06 ut av kraft.