

NIJMEGENMARCHEN 2018

NUMMER 1 - Søndag



HUSK DE, DER MARCHEREDE I KRIG

Velkommen til Heumensoord og til Nijmegenmarch nr. 102.

Jeg håber, at I har haft en god tur, er kommet godt på plads og har haft mulighed for at hvile lidt. Jeg håber også, at I har haft nogle gode træningsture, så I alle føler jer helt klar.

I de kommende dage vil I blive udfordret fysisk og måske mere end det - psykisk. Forskning har vist, at hjernen giver advarselssignaler om smerte og anstrengelse længe før vores krop giver op. Det kan være værd at huske, når fødder, ben og ryg prøver at fortælle jer, at en lang pause ville være det helt rigtige. Vejrudsigten lover varmt vejr, og det gør ikke anstrengelserne mindre. I må derfor hjælpe hinanden med at få drukket nok - vand vel at mærke!

Man bruger udtrykket "at gå i krig". I gamle dage, skulle det tages helt bogstaveligt. Når I nu går derude og mærker anstrengelserne, er det værd at mindes de mange millioner soldater, der gennem tiden har marcheret i krig. Soldater har marcheret i krig helt op til vore dage - ofte på lange marcher med få pauser.

En lang og hurtig fodmarch kunne skabe overraskelse og vende et slag. Jeg er sikker på, at de af jer, der for første gang gennemfører Nijmegenmarchen, på fredag vil have en anderledes og dyb respekt for vores mange forfædre, der gennemførte krigene til fods.

Det er mit indtryk, at danske soldater er hårdføre og respekterede for soldaterhåndværket. Jeg er overbevist om, at I igen i år vil være med til at fastholde og styrke det gode indtryk af danske soldater og af Danmark.

Jeg ønsker jer alle en rigtig god uge og glæder mig til at møde jer før under og efter marchturene."



Kontingentchef
Oberst Lennie Fredskov Hansen



BREAKING NEWS

Finland stiller i år med et kontingent på 160 gængerne og en stab på 8 mand.

De har ikke selv mandskab til at kunne servicere deres marchdeltagere på rasterne, derfor vil de blive serviceret på vores rast, som en del af det skandinaviske samarbejde.

Finnerne stiller selv med en tolk til hver rast, som skal oversætte for det danske, norske og svenske raste mandskab.

Du kan finde en ladestation til mobil, powerbank, elektriske tandbørste m.v. i administrationen.



Som noget nyt i år, er der oprettet rygezone. Grundet den store brandfare, det varme vejr har forårsaget, er det strengt forbudt at ryge udenfor disse zoner! Foruden de to rygezone placeret i enderne af de danske teltene, er der oprettet en rygezone ved ølteltet og en ved All Ranks Bar.

Så er der afmarch

Tirsdag	kl. 06.00
Onsdag	kl. 05.30
Torsdag	kl. 05.00
Fredag	kl. 03.35

Enkeltgænger:

alle dage kl. 04.30 / fredag kl. 03.30

Saniteten har ordet:

I saniteten glæder vi os igen i år til at servicere de gængere, der måtte få behov.

Der vil være sanitetsfolk på alle rastepladserne, og vi hjælper også gerne ordonnanserne.

Lægerne vil også være at finde på ruten, og vil forsøge at møde så mange gængere som muligt ude på rastepladserne.

Hvis der undervejs opstår behov for lægehjælp, kan man ringe til VO-SAN på: +45 41 90 59 04 – så vil lægen møde jer på næste rast.

Men HUSK altid at ringe 1-1-2 ved akut behov for hjælp!

Ved behov for hjælp, når I kommer tilbage til lejren, bedes I komme til sanitetsteltet hurtigst muligt efter hjemkomst - forudgået af fodvask 😊

Åbningstiderne vil være:

Man - Tors kl. 15.00 - 20.30

Fre kl. 15.00 - 19.00

Husk i den forbindelse, at I IKKE skal stille jer op i køen ved indgangen, men gå direkte ned til det nordiske venteområde i sanitetsteltet.

Som noget nyt i år, har vi oprettet fælles skandinavisk afdeling i sanitetsteltet. Det danske team forestår som hovedregel fortsat behandling af danske gængere.

Slutteligt – vi er mange soldater samlet, det er derfor vigtigt med fokus på god hygiejne. Husk håndvask, håndsprit og ikke at lægge maden, i madteltet, direkte på bakkerne!