



**Verband der Reservisten der Deutschen Bundeswehr e.V.**

**RK „Roter Adler“ - Lehnitz**

**Einladung / Ausschreibung**

**VVag: SportBIWAK 2026**

**Ausgewählte Grundlagen der Körperlichen Fitness**

**12.06.2026 – 14.06.2026**



**VVag: SportBIWAK 2025, RK "Roter Adler" Lehnitz**



## 1 Lage

Im Rahmen der militärischen Förderung und Erhaltung der körperlichen Leistungsfähigkeit sowie der individuellen Grundfertigkeiten auf dem Gebiet der beorderungsunabhängigen Reservistenarbeit, führt die RK Lehnitz ein SportBIWAK durch. Diese VVag orientiert sich an der Landesgruppenausbildung, der Weisung IGF/KLF und den Anforderungen des DOSB und dient der Erhaltung der Wehr- und Diensttauglichkeit. Diese Veranstaltung ist für alle interessierten Reservisten und befreundete Zivilpersonen sowie für aktive Soldaten geöffnet.

## 2 Auftrag

Die RK Lehnitz gewährleistet Vorbereitung, Durchführung und Nachbereitung des Biwaks. VdRBw LdGrp Brandenburg und LKdo Brandenburg unterstützen durch Bereitstellung von Ausrüstung, Material und Übernahme von Teilkosten.

## 3 Durchführung

3.1 Leitung: StFw d.R. Kai Menzel (AusbildungsFw)  
Leitung / V: SG d.R. Enrico Brasdat

Funktionär: gem. Einteilung Leitende

3.2 Datum / Zeit: **12.06.2026 / 15:00 Uhr**  
**14.06.2026 / 13:00 Uhr**

3.3 Ort: **Sport- und Bildungszentrum Lindow**

3.4 Meldung: TN: Bis **31.05.2026** über Veranstaltungen  
Landesgruppe Brandenburg:

<https://www.reservisten-brandenburg.de/events/>

**(Name, Vorname, DG, PK, Adresse, MobilTlfNr,  
KFZ-Kennzeichen (soweit vorhanden))**



- 3.5 Anzug: Feldanzug (2x), Nässeschutz, Handschuhe, vollst. pers. Ausrüstung soweit vorhanden, Badebekleidung inkl. Badelatschen und Handtücher, Sportanzug (BW) kurz, lang (FM dem Wetter angepasste Bekleidung)

#### 4 Ausbildung

Ziel ist es, die Teilnehmer im Rahmen praktischer Ausbildung zu befähigen, die eigene körperliche Leistungsfähigkeit und individuellen Grundfertigkeiten zu erhalten sowie zu erweitern.

Schwerpunktthemen der Ausbildung:

- Sanitätsdienst aller Truppen
- IGF (Marsch mit Gepäck/ABC)
- KLF (DSA/ Kleiderschwimmen)
- Basis-Fitness-Test
- (Übungs-)Handgranaten-Zielwürfe

#### 5 Ablauf:

**Vorbereitung / VorKdo: Fr. 12.06.2026 ab 14:00h**

- Übernahme der Unterkünfte/Jugendhaus
- Vorbereitung Einschleusung

**Teilnehmer: Fr. 12.06.2026 Eintreffen bis spätestens 16:00h anschließend**

- Einschleusung
- Zimmer beziehen und Herstellung der Ausbildungsfähigkeit
- Begrüßung durch Vorsitzenden und Vorstellung der Leitung/Orga

**Ausbildungsabschnitt I: Fr. 12.06.2026 17:30h bis 19:30h**

- Schwimmausbildung (DSA 25m Schnelligkeit/Kleiderschwimmen)
- Sauna

**Ausbildungsabschnitt II: Fr. 12.06.2026 20:30h bis 21:30h**

- ABC-Ausbildung (BAS-Stufen)



**Ausbildungsabschnitt III: Sa. 13.06.2026 08:45h bis 11:15h**

- Leistungsmarsch 12 km mit Gepäck (DSA Ausdauer Walkingabzeichen S3)

**Ausbildungsabschnitt IV: Sa 13.06.2026 13:00h bis 14:30h**

- Basis-Fitness-Test

**Ausbildungsabschnitt V: Sa. 13.06.2026 14:30h bis 16:00h**

- DSA (Kraft/Koordination)

**Ausbildungsabschnitt VI: Sa. 13.06.2026 16:30h bis 19:30h**

- Sanitätsausbildung

**Ausbildungsabschnitt VII: So. 14.06.2026 09:30h bis 12:30h**

- Handgranaten-Zielwurf (Üb)

**Ausbildungsabschnitt VIII: So. 14.06.2026 ab 13:00 Uhr**

- Evaluation
- Ausschleusung und Abreise in eigener Verantwortung

**Nachbereitung / NachKdo: So. 14.06.2026 ab 10:00h**

- Nachbereitung und Rückgabe Unterkunft
- Auswertung Ausbildung
- Einreichung Walkingabzeichen LVB
- Einreichung DSA LSB

**Weitere Planung u.a. Verpflegung, Körperpflege, Verfügungszeit etc. s. Ablaufplanung**



## 6 Funktionspersonal und Aufträge

### 6.1 Orgagruppe:

StFw d.R. Menzel (L Sportausbildung)  
SG d.R. Brasdat (L Kameradschaftsabend / L (V))  
StFw d.R. Menzel (L ABC-Ausbildung)  
SU d.R. Steffen (L Sanitätsausbildung)  
HG d.R. Christopeit (Unterstützung L Sportausbildung)

sowie weitere Unterstützung gemäß Einteilung Leitende

Auftrag:

- VorKdo (Anteilig Ausbildungsgruppe)
- Organisation der Unterkünfte/Jugendhaus
- Materialverwaltung
- Verpflegung inkl. Kameradschaftsabend
- Meldekopf

### 6.2 Ausbildungsgruppe:

Auftrag:

- San-Ausbildung, ABC-Ausbildung, IGF/KLF, DSA, Aufbau, Führung, Abbau
- NachKdo (Anteilig Biwakgruppe)
- Durchführung der Ausbildung
- Auswertung und Evaluation der Ausbildung

Dazu bereiten vor und führen durch:

O.I: Ein- und Ausschleusung **Orgagruppe**

A.I: DSA (S) **StFw d.R. Menzel / HG d.R. Christopeit**; Kleiderschwimmen **StFw d.R. Menzel / HG d.R. Christopeit**

A.II: ABC-Ausbildung **StFw d.R. Menzel / HG d.R. Christopeit**

A.III: Leistungsmarsch inkl. DLV S 3 und DSA (A) **StFw d.R. Menzel**

A.IV: Basis-Fitness-Test **StFw d.R. Menzel / HG d.R. Christopeit**

A.V: DSA (K/K) **StFw d.R. Menzel / HG d.R. Christopeit**

A.VI: Handgranaten-Zielwurf **StFw d.R. Menzel / HG d.R. Christopeit**



O.II: Kameradschaftsabend inkl. Verpflegung (Grillen) **SG d.R. Brasdat**

A.VII: Sanitätsausbildung **SU d.R. Steffen**

A.VIII: Evaluation / Ausschleusung **Orgagruppe**

O.III: Lichtbilddokumentation **Orgagruppe**

O.IV: Nachbereitung **Orgagruppe**

**6.3 Führungs- u. Einsatzunterstützung:** gem. Eint. Ltd.

Auftrag:

- Unterstützung Orgagruppe
- Unterstützung Ausbildungsgruppe