

# Vieille Garde ASSO Genève / SMG – Entraînements et activités de marche

## Objectif principal : marche de Nijmegen 2022

Etat au 5 avril 2022

- 1 -

	Quando* Jour et date	Quid, ubi & quanto*	Quomodo & quis*	Dignatio*	Nombre de participants A / V / J / C / T
SC 0	Di 02.01.22	Décrassage post fêtes	Civil / Marcheurs GE	24,76 / 24,76	4 / 1 / 1 / 1 / 7
SC 1	Di 09.01.22	Entraînement GE 15-20 km	Civil / Marcheurs GE	15,24 / 40	2 / 1 / 2 / 2 / 7
SC 2	Di 16.01.22	Entraînement GE 10-15 km	Civil / Marcheurs GE	21,92 / 61,92	3 / 2 / 1 / - / 6
SC 3	Di 23.01.22	Entraînement GE 10-15 km / Diplôme CSSD	TAZ (5-7 kg)	23,06 / 84,08	3 / 4 / 1 / 1 / 9
SC 4	Di 30.01.22	Entraînement GE 10-15 km	Civil / Marcheurs GE	6,06 / 90,14	5 / 1 / - / - / 6
SC 5	Di 06.02.22	Entraînement GE 10-15 km	Civil / Marcheurs GE	22,74 / 112,88	4 / 2 / 1 / 2 / 9
SC 6	<b>Sa 12.02.22</b>	Entraînement GE 10-15 km / Diplôme CSSD	Civil / Marcheurs GE	17,57 / 130,45	7 / 2 / 1 / 1 / 11
SC 7	Di 20.02.22	Entraînement GE 10-15 km	Civil / Marcheurs GE	21,38 / 151,83	5 / 1 / 1 / - / 7
SC 8	Di 27.02.22	Entraînement GE 10-15 km	Civil / Marcheurs GE	22,05 / 173,88	5 / 1 / 1 / - / 7
<b>SC 9</b>	<b>Ma 01.03.22</b>	<b>Marche du 1er mars, NE / 22 ou 30 km</b>	<b>TAZ (5-7 kg)</b>	<b>-- / 173,88</b>	<b>17 / 3 / 1 / 21</b>
SC 9	Di 06.03.22	Entraînement GE 15-20 km	Civil / Marcheurs GE	15,40 / 189,28	3 / 1 / - / - / 4
SC 10	Di 13.03.22	Entraînement avec MG Aare : Morges-Allaman (20km)	TAZ / Marcheurs GE	20,73 / 210,02	8 / 7 / 1 / - / 16
SC 11	Di 20.03.22	Entraînement Evian (FR), 15-20 km 60 <sup>e</sup> anniversaire des Accords d'Evian	Civil	Diplôme CSSD	3 / - / 1 / 1 / 5
SC 12	Di 27.03.22	Entraînement GE 25 km (Reco Dufour 1)	Civil / Marcheurs GE		3 / 2 / 1 / 1 / 7
SC 13	Sa 02.04.22	Les Enfers – Le Paradis (JU), 34 km	Civil		Org. ASSO JU Annonce c/o JL
SC 13	Di 03.04.22	Entraînement GE 30 km (Reco Dufour 2)	Civil / Marcheurs GE		2 / 2 / 1 / 1 / 6
SC 14	Di 10.04.22	Entraînement GE 28 km (Reco Dufour 3)	Civil / Marcheurs GE		
<b>SC 16</b>	<b>Sa 23.04.22</b>	<b>MuZ, remote, autour du lac de Genève, 30 km</b>	<b>TAZ</b>	<b>Badge ad hoc</b>	<b>cf o part</b>
SC 17	Di 01.05.22	Entraînement GE 28 km (Reco Dufour 4)	Civil / Marcheurs GE		
<b>SC 18</b>	<b>Di 08.05.22</b>	<b>Marche du Général Dufour 50 km (test/bénévoles)</b>	<b>TAZ</b>	<b>Badge Dufour Diplôme CSSD</b>	
<b>SC 19</b>	<b>Sa 14.05.22</b>	<b>Marche du Général Dufour 50 ou 100 km</b>	<b>TAZ</b>	<b>Badge Dufour</b>	
SC 20	Di 22.05.22	Entraînement GE 10-15 km	Civil / Marcheurs GE		
<b>SC 21</b>	<b>Sa 28.05.22</b>	<b>Marche suisse de deux jours (Schweizerischer Zweitagemarsch), remote, jour 1, 40 km</b>	<b>TAZ (10 kg)</b>	<b>Prix souvenir pour participation les 2 jours</b>	
	<b>Di 29.05.22</b>	<b>Marche suisse de deux jours (Schweizerischer Zweitagemarsch), remote, jour 2, 40 km</b>	<b>TAZ (10 kg)</b>		
SC 22	Di 05.06.22	Entraînement GE 10-15 km	Civil / Marcheurs GE	Diplôme CSSD	
<b>SC 23</b>	<b>Sa 11.06.22 Di 12.06.22</b>	<b>59. Bündner Zweitagemarsch 2x 20 km / Coire</b>	<b>TAZ</b>	<b>Prix souvenir</b>	<b>cf o part</b>
SC 24	Di 19.06.22	Entraînement GE / VD 20-25 km	TAZ (10 kg)		
SC 25	Sa 25.06.22 Di 26.06.22	Week-end de marche Genève – Annecy (samedi) et Annecy – Genève (dimanche); 2 x 45 km environ	Civil / Marcheurs GE		Annonce c/o JL
SC 26	Ve 01.07.22 - Di 03.07.22	Raid du Pasubio, édition 2022 www.unucischio.it	TAZ / 60Euros +déplacement	<b>Prix souvenir</b>	Annonce c/o NB
SC 26	Di 03.07.22	Dernier entraînement de groupe avant Nijmegen 15-20 km	TAZ (10kg) Marcheurs GE/AG	BBQ après la marche	
SC 27	Di 10.07.22	Entraînement individuel 5-10 km			
<b>SC 28 SC29</b>	<b>Sa 16.07.22 - Sa 23.07.22</b>	<b>NIJMEGEN 4 DAAGSE</b>	<b>TAZ 10kg 160 km en 4 jours</b>	<b>Distinction 4 DAAGSE</b>	
SC 30/31	Repos estival	.. ou peut-être pas...			
SC 32/33		TbD			
SC 34	Sa 27.08.22	Trail du Mandement / 22 km	Civil / Marcheurs GE	Prix souvenir civil	
SC 35 à 37		TbD			
<b>SC 38</b>	<b>Sa 24.09.22</b>	<b>Marche SCR (RKD Marsch), Tour du Lac de Joux</b>	<b>TAZ</b>	<b>Médaille/Ribbon (à la 3<sup>e</sup> participation)</b>	

\* Quand ? Quoi ? Où ? Combien ? Comment ? Qui ? Distinction (en latin, comme pour les légionnaires qui marchaient)

Surligné en vert : les marches autorisées en uniforme par le SAT.

Les infos d'horaire / lieux de départ / prescriptions particulières, ainsi que des rappels seront envoyés via le groupe WhatsApp « Préparation Nijmegen 2022 ». Les personnes intéressées peuvent s'annoncer au Col EMG Birchler et/ou au Col Lingg.

D'autre part, afin de donner un peu de peps aux entraînements, nous participerons à diverses marches in situ organisées par le CSSD<sup>1</sup> (les dates ci-après font référence à l'évènement; les marches se dérouleront en principe sur le week-end le plus proche):

- ✓ 22 janvier Journée de l'amitié franco-allemande
  - ✓ 11 février Journée européenne du 112
  - ✓ 6 mars 135 ans du Souvenir Français
  - ✓ 19 mars 60 ans des accords d'Evian (but de marche : Evian)
  - 8 mai 77<sup>ème</sup> anniversaire de la Libération
  - 6 juin 78<sup>ème</sup> D Day
  - 14 juillet Fête nationale française
  - 11 novembre 104<sup>e</sup> anniversaire de l'Armistice de 1918
- et d'autres encore à venir au fil du temps

Des entraînements communs avec le MG Aare seront également proposés (nous marchons ensemble à Nijmegen), selon propositions coordonnées avec Susanne.

Ce calendrier peut évoluer en fonction des opportunités qui se présenteront, avec par exemple des propositions pour participer à des marches à distances ou en présentiel à l'étranger.

Pour les nouveaux, lors de la marche de Nijmegen il est obligatoire pour les personnes de sexe masculin et âgées de moins de 50 ans de porter une charge de 10 kg. Vous trouvez dans le calendrier des valeurs indicatives pour augmenter graduellement le poids que vous portez.

### Contacts

Col EMG Norberto Birchler (NB), 079 212 1671

Col John Lingg (JL), 079 689 9075

---

<sup>1</sup> Cercle Sportif Sécurité Défense, [www.cssd.fr](http://www.cssd.fr)