

Ausgabe: 01/25 - Deutschland / Österreich

KOSTENLOS

RAID

WWW.RAIDMAGAZIN.DE

CASPAR GROSSE

» » „UKRAINE PT.2“

WOLF GREGIS

» » „KLAGT NICHT, KÄMPFT“

CHRISTIAN GERSTNER

» » „HOW TO BECOME A B.A.M.F.“

EXKLUSIVER RAID-RABATT AUF DEINEN EINKAUF!
-10%*
mit dem Code
RAID10

DER AUSRÜSTER FÜR EINSATZ UND ABENTEUER

**VERSAND WELTWEIT
+ 4x FILIALEN IN ÖSTERREICH**

* Gültig bis 28.2.2025 in allen STEINADLER Filialen und online unter steinadler.com. Nicht mit anderen Rabatten kombinierbar.



steinadler.com

LET'S RAID TOGETHER

Unsere erste Ausgabe 01/24 des RAID Magazins war schon ziemlich gut und hat meine Erwartungen in Sachen der Nachfrage stark übertroffen. Etliche Bestellungen im Shop sind eingegangen, das Angebot von Kasernen und Dienststellen wurde extrem gut angenommen und unsere Anzeigenkunden packten die Magazine mit in die Bestellungen. Ich werde hier in Zukunft noch versuchen das ganze etwas zu optimieren, damit wir das Mag noch weiter verteilt bekommen. Aber fürs Erste ein fettes „DANKESCHÖN“ an euch ALLE!

In der jetzigen Ausgabe wird es schon ein paar kleine Anpassungen geben. Das wesentliche – weniger Anzeigen, mehr Berichte und Interviews. Zwar soll sich das Magazin ja über die Anzeigen finanzieren, aber es soll halt eben auch kein „Werbeheftchen“ werden, sondern auch ein wenig der Unterhaltung dienen.

Das war's von mir, viel Spaß bei unserer Januarausgabe 01/25
Cheers, Dominik

ONLINE: WWW.RAIDMAGAZIN.DE

ANZEIGENSCHALTUNG

Ihr möchtet eure Firma, spezielle Produkte oder Lehrgänge im RAID Magazin promoten? Kein Problem, ruft mich gerne an oder schickt eine Email mit eurer Anfrage an:
dominik@raidmagazin.de

Special Thanks (again)
to Ultima Ratio Media
für das zur Verfügung
stellen unseres ersten
Coverbildes.



www.ultima-ratio-media.com

Impressum

Anschrift

Starke & Ferber GbR
Beuthener Str. 36
53117 Bonn

Mediaberatung

Dominik Starke
Tel: +49 (0) 1573 9465178
Mail:dominik@raidmagazin.de

Redaktion

Dominik Starke
Raphael Raiber

Online

www.raidmagazin.de
Bestellung
www.valorcompany.de

Namentlich gekennzeichnete Artikel geben nicht unbedingt die Meinung der Redaktion wieder.
Für unverlangteingesendetes Material wird keinerlei Haftung übernommen.

»»» SCHARFSCHÜTZEN



Die Geschichte der Scharfschützen ist geprägt von einer bemerkenswerten Konstante: Obwohl ihre Rolle in Kriegen immer wieder infrage gestellt wird, sind sie bis heute ein fester Bestandteil moderner Armeen. Von den ersten Präzisionsschützen zu Zeiten Napoleons bis hin zu den aktuellen Konflikten wie in der Ukraine oder Gaza haben Scharfschützen ihre Bedeutung bewiesen.

Welchen Herausforderungen stehen Scharfschützen in der heutigen Zeit gegenüber und wie haben sich Aufgaben und Ausrüstung verändert.

Neue Bedrohungen!

Wie uns der aktuelle Krieg in der Ukraine aber auch in Gaza oder Syrien zeigt, wird die Kriegsführung immer technologischer. Während vor 30 Jahren UAVs und elektronische Kriegsführung eher eine unterstützende Rolle im Hintergrund hatten, sind Sie heute immer mehr in den Vordergrund gerückt.

Kleine und große UAVs beobachten das Schlachtfeld mit hochauflösenden Wärmebild Optiken fast lückenlos („Gläsernes Schlachtfeld“). Funksignale werden stets und ständig gestört und geortet. Jede Bewegung ist ein Risiko. Systeme wie Loitering Munition (z.B. FPV-Drohnen), Artillerie, Close Air Support oder andere Waffensysteme werden immer leistungsfähiger, intelligenter und zahlreicher.

Selbst Wälder bieten meist nur noch wenig Schutz vor diesen Bedrohungen, im Herbst und Winter werden diese quasi zur Todeszone. Einzig bebautes Gelände bietet eine gewisse „Sicherheit“. Eine Infiltration in den Einsatzraum ist schwerer als jemals zuvor.

IMMER NOCH RELEVANT?

Was dagegen tun?

Der Schutz gegen Wärmebildgeräte wird immer wichtiger, wenn nicht sogar zur Pflicht. Zur Tarnung der Stellung selbst können selbstgebaute Tarnfächer wie z.B. der fast schon berühmt gewordene Regenschirm oder Planen und Tarps genutzt werden. Der Fantasie ist dabei keine Grenze gesetzt und vorgefertigte Lösungen gibt es zurzeit wenig.

In der Bewegung ist der Schutz gegen diese Optroniken nochmal um einiges schwerer. Einige Firmen entwickeln derzeit Tarnüberwürfe, die die Wärmebildsignatur dämpfen sollen. Auch das Nutzen von Außentemperatur und Wetter spielt eine große Rolle. Nebel, sowie Morgengrauen und Abendsonne machen es Wärmebildgeräten schwerer ein klares Bild zu generieren. Generell ist es an heißen Tagen für Thermalbildgeräte schwerer die Temperatur Unterschiede gut sichtbar zu machen. Die Temperatur der Vegetation und Umgebung kann daher durchaus hilfreich sein. Generell gilt: dichte Vegetation ist der beste Freund der Infanterie in der heutigen Kriegsführung.

Guten Schutz gegen jegliche Optroniken bietet natürlich auch bebautes Gelände. Gebäude, Keller und Kanalisation bieten hervorragenden Schutz gegen Wärmebild aber auch Kampfmittel und werden daher als Arbeitsfeld für den Scharfschützen noch interessanter.

www.trunkhogs.com





VON DER VISION
ZUR MISSION

FITNESS VON EINSATZKRÄFTEN FÜR EINSATZKRÄFTE ENTWICKELT.

Scanne den QR-Code
und starte jetzt!



greenlight-fitness.de

Deine Nr. 1 Adresse für Fitness-
Coaching speziell für
Einsatzkräfte. Ob Bundeswehr,
Polizei, Feuerwehr oder
Rettungsdienst – wir helfen dir,
physisch und mental auf das
nächste Level zu kommen.



Dean
Podcast-Host

Und nicht vergessen – der Greenlight Fitness Podcast!
Jetzt Reinhören und echte Einblicke erleben.



SUBSCRIBE



HOW TO BECOME A

B.A.M.F.

(BADASS MOTHERFUCKER)

Ich werde immer wieder gefragt, was es braucht, um Kommandosoldat zu werden oder in einfacher Sprache ausgedrückt: „Wie wird man krasser Operator?“ In den 80ern sang Rainhard Fendrich: „Macho Macho kannst net lernen, Macho Macho muss man sein!“ Ähnlich verhält es sich, nach meinem Dafürhalten, mit einem Operator. Man kann sich die notwendige Fitness und in Teilen auch Intelligenz antrainieren und mit einem eisernen Willen das Potenzialfeststellungsverfahren (PFV) bestehen. Ob man ein knallharter Kommando wird steht allerdings auf einem anderen Blatt Papier geschrieben. Ich habe während meiner Dienstzeit im Kommando Spezialkräfte (KSK) vereinzelt Kameraden erlebt, die das PFV und die folgenden zwei Jahre Ausbildung bestanden, jedoch nie wirklich im KSK ankamen. Es handelte sich um gute Soldaten. Es mangelte ihnen weder an Fitness noch an kognitiven Fähigkeiten. Und doch waren es keine B.A.M.F.. Viele von ihnen haben es entweder irgendwann selbst eingesehen oder es wurde ihnen nahegelegt, das Kommando zu verlassen.

Was macht einen B.A.M.F. aus? Jeder kennt den Typ Menschen, der meistens korrekt ist, der nie zu spät kommt und dem selten Fehler unterlaufen. So weit, so gut. Ein krasser Actiontyp hat aber Ecken und Kanten. Macht auch einmal etwas falsch. Benimmt sich im schlimmsten Fall gelegentlich daneben. In den allermeisten Fällen sagt dieser Typ Mensch die Wahrheit und trägt das Herz wahlweise auf der Zunge oder am rechten Fleck.

Vielleicht trinkt er auch mal ein oder zwei Bier. Auf jeden Fall kann man sich hundertprozentig auf ihn verlassen. Man vertraut ihm in Einsätzen sein Leben an! Wenn es richtig knallt, bringt dich „Mister Nice Guy“ nicht weiter. Der ehemalige US-General und Verteidigungsminister James „MAD DOG“ Mattis formulierte es wie folgt: „If you can't put them on speaker phone. That's probably who you want in a firefight!“ Unkonventionelles Denken und Handeln entscheidet in manchen Situationen über Sieg oder Niederlage. Leben oder Tod. Spätestens hier trennt sich beim Militär die Spreu vom Weizen. Es sind die Extremsituationen, in denen man vom Soldaten zum Krieger mutiert.

In diesen Situationen reicht es nicht mehr, nur das Geforderte abzuliefern. Man muss weit über seine Grenzen hinaus gehen und seine Komfortzone noch viel weiter hinter sich lassen. Man muss ein B.A.M.F. sein. Um in den 80ern zu bleiben, würde ich gerne die Fußballnationalmannschaft von damals mit der heutigen vergleichen. Damals waren dort Typen wie Lothar Matthäus, „Icke“ Hässler oder Rudi Völler. Heute sind dort... Spieler, aber keine B.A.M.F. mehr. Der Fußball ist deshalb nicht schlechter geworden, jedoch anders. So gesehen ist es kein isoliertes Thema, welches ausschließlich die Bundeswehr betrifft, sondern eher ein gesellschaftliches. Wir haben uns quasi selbst das Typsein aberzogen. Es beginnt im Kindergarten, wo man Kindern das Kämpfen mit Stöcken verboten und das Abfeuern von Spielzeugpistolen zu Fasching untersagt hat.

Es geht weiter in der Schule, wo der Sportunterricht allenfalls nur noch sporadisch stattfindet und endet in den eigenen vier Wänden beim Multi-Mediakonsum. Wie oft sieht man noch Kinderbanden mit BMX-Rädern durch die Straßen fahren oder ein Versteck in den Bäumen am Ortsrand bauen? Bolzplätze gibt es entweder gar keine mehr oder sie sind verwaist. Meine Generation (Y) hat natürlich auch gezockt und gewuchs mit, für unsere Eltern völlig verrückten Dingen wie Walkman, Discman, Game Boy oder einem ATARI auf. Die überwiegende Zeit verbrachten wir allerdings draußen in der Natur oder mit Freunden. Es verging kaum ein Tag, an dem aus welchen Gründen auch immer, nicht irgendeine neue Blessur dazu kam. All dies förderte unsere Resilienz.

Wir haben unsere Gesellschaft jahrzehntelang zum Pazifismus erzogen, um jetzt zu erkennen, dass wir nicht mehr so verteidigungsfähig sind, wie wir es sein sollten, um abschreckend zu wirken oder wehrhaft sein zu können. Fleisch und Verbrennermotoren sollen schlecht sein, dafür dürfen wir einmal im Jahr das Geschlecht wechseln. Ob das Themen sind, die eine Gesellschaft in der heutigen Zeit weiterbringen, wage ich zu bezweifeln.

Und wie wird man nun ein B.A.M.F.? Ein Rezept gibt es nicht. Das wäre zu einfach. Und wie oben bereits erwähnt, muss man eine gewisse Veranlagung mit sich bringen. Diese sollte man dann im Idealfall durch Freizeitaktivitäten in der Natur fördern. Jeder Art von Sport hilft, Körper und Geist fit zu halten. Soziale Interaktionen sind wichtig. Nicht online, sondern im echten Leben. Treffen mit Freunden und Familie fördern das emotionale Wohlbefinden und können die geistige Gesundheit stärken. Ebenso tragen in einer Zeit, in der die Welt ab und an ziemlich verrückt erscheint, positives Denken und Dankbarkeit dazu bei, nicht zu negativ zu denken. Interesse an politischen und militärischen Themen sollte selbstverständlich sein.

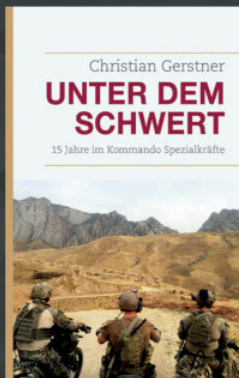
Zusammenfassend möchte ich sagen, dass sich im Laufe der Zeit die Gesellschaft schon immer gewandelt hat und nicht alles daran schlecht ist. Dementsprechend wurden auch die Auswahlverfahren

für besondere Verwendungen sowohl im zivilen als auch im militärischen angepasst. Wir tun aber sicherlich gut daran, ab und an zurückzublicken und manche Werte und Verhaltensmuster aus der Vergangenheit zu übernehmen oder fortzuführen. Geht nach draußen, entdeckt die Welt, seid sozial, haltet euch fit und wenn es darauf ankommt:

SEID B.A.M.F.!

Christian Gerstner
Loving dad!

Autor von "Unter dem Schwert - 15 Jahre im Kommando Spezialkräfte"



In diesem Buch schildert der Autor Christian Gerstner eindrucksvoll seine Erfahrungen aus 15 Jahren im KSK sowie seine Wandlung vom Soldaten zum Krieger. Er beschreibt ausführlich seine Auswahl und Ausbildung im KSK sowie das Leben in einer Kommandokompanie. Erstmals schildert ein ehemaliger Kommandosoldat seine Erlebnisse im Kampf gegen die radikal-islamistischen Taliban in Afghanistan und den Islamischen Staat im Irak.

Eine spannende Zeitreise mit Höhen und Tiefen, lustigen und brenzlichen Momenten.



SHOP | SHIRTS | HOODIES |
FLAGS | PATCHES



WWW.VALORCOMPANY.DE



VALORCOMPANY_



LEHMANN
ARMY SHOP

DEIN AUSSTATTER FÜR

- MILITÄR -
- POLIZEI -
- FREIZEIT -

SCAN ME HARDER



www.ha-lehmann.at | Hofsteigstraße 92, 6971 Hard, Österreich



AUSBILDUNG - AUFGABEN - EINSATZE - GEMEINSCHAFT & TEAMARBEIT

Wie läuft die Ausbildung in einer BFE-Einheit ab und was sind die größ- ten Herausforderungen dabei?

Bevor man die Ausbildung bei einer Beweissicherungs- und Festnahmehundertschaft (BFHu) antreten kann, muss sich jeder Kandidat einem individuellen Eignungs- und Auswahlverfahren stellen. Dieses umfasst eine Reihe von Angriffen, welche auf den Anwärter zukommen und mit denen dieser dann gezielt umgehen muss. Im optimalen Fall wird das polizeiliche Gegenüber festgenommen. Diese Angriffe sowie die Gegenwehr der Person am Boden sind hoch intensiv und machen es dem Kandidaten extrem schwer, die Person am Boden zu fixieren. Zusätzlich muss eine Hindernisgerätebahn sowie ein 12 Minuten Lauf absolviert werden. Hierfür gibt es Richtwerte und Punkte, die in die Bewertung einfließen. Bei jeder BFHu zählt jedoch am meisten, auch unter extremer körperlicher und psychischer Belastung niemals aufzugeben und stets Lösungen zu finden, sollten manche Abläufe nicht gelingen.

Die Ausbildung bei einer BFHu der Bundespolizei ist grundsätzlich im ganzen Bundesgebiet einheitlich. Die sogenannte „Verwendungsfortbildung“ umfasst 12 Wochen. Wie genau diese 12 Wochen konkret strukturiert sind ist jeder BFHu selbst überlassen, da jede BFHu ihre eigenen besonderen Schwerpunkte setzt. Jedoch ist von intensivem Kampfsport über Lauftraining bis hin zu Crossfit alles dabei.

Unumstritten liegt jedoch überall das Hauptaugenmerk auf dem Grund, weshalb die BFHu-Einheiten ursprünglich ins Leben gerufen wurden: Beweissichere Festnahmen. Es wird in jeder Einheit sehr viel Zeit auf der Matte verbracht. Sie ist das zweite Zuhause eines jeden BFHu – Beamten. Elemente aus verschiedensten Kampfsportarten werden mit den Vorgaben des polizeilichen Einsatztrainings verbunden.

All dies wird ab der Mitte der Verwendungsfortbildung bei einer Zwischenprüfung getestet und

gipfelt nach 10 Wochen in eine Endprüfung. Inmitten dieses ganzen Zeitraumes ist das Ausbildersteam sehr einfallsreich um die Kandidaten sowohl individuell als auch im Team auf Herz und Nieren zu prüfen.

Langläufe, Sporteinheiten oder sonstige Herausforderungen im Mix mit körperlicher Ertüchtigung – das Einfallsreichtum der Ausbilder ist grenzenlos.

Ziel eines jeden Anwärters ist es, unter dem Jubel der gesamten Einheit nach bestandener Verwendungsfortbildung gemeinsam mit seinen Mitstreitern einzulaufen, vor dem Hundertschaftsführer zu stehen und das eigene Tätigkeitsabzeichen – das „Patch“ überreicht zu bekommen.

Welche körperlichen und mentalen Anforderungen muss man für den Dienst in der BFE erfüllen?

Wie bereits erwähnt ergeben sich aus dem Dienst innerhalb einer BFHu hohe körperliche und psychische Anforderungen. Eine BFE ist grundsätzlich die letzte Instanz, sollten Anlässe wie Demonstrationen, hoch gewaltbereite Fußballspiele oder sonstige Veranstaltungen außer Kontrolle geraten. Man darf nicht zimperlich sein einer gewaltbereiten Gruppe, oft in Überzahl, gegenüberzustehen und gezielt eine Person aus dieser Menge zu entfernen und sie festzunehmen. Dass diese Festnahme nicht ohne Widerstand ablaufen wird ist offensichtlich. Genau hierbei kommt gerade in der heutigen Zeit eine der wichtigsten Eigenschaften zum Einsatz – Ruhe bewahren. Provokationen aller Art sollten einen Beamten der BFHu nicht verunsichern und zu Einzelaktionen verlocken.

Man ist eine geschlossene Einheit, ein Team. Jede Aktion wird gezielt koordiniert und oftmals nur auf Anweisung durchgeführt. Eine Soloaktion kann den gesamten Einsatzerfolg gefährden, sodass aus einer gezielten, sauberen Festnahme eine wilde Schlägerei wird.

Was sind die häufigsten Einsätze, bei denen eine BFE-Einheit zum Einsatz kommt?

Eine BFHu kommt hauptsächlich bei Fußballspielen mit hohem Gewaltpotenzial oder bei unfriedlichen demonstrativen Versammlungen zum Einsatz. Des Weiteren vollstrecken die BFHu auch Haftbefehle, entweder in eigener Zuständigkeit oder auch für andere Behörden wie das BKA, die einzelnen LKA, den Zoll oder weitere.

Eine BFHu ist eines von vielen Instrumenten, welches dem Polizeiführer zu Verfügung steht.

Für gewöhnlich halten sich die BFHu Einheiten oft weiter im Hintergrund bereit um schnell und gezielt eingzugreifen wenn es die Lage erfordert. Das bedeutet, dass auch wenn eine BFHu auf dem Papier vor Ort ist, sie nicht zwangsläufig immer in der ersten Reihe der Polizeikette steht.

Inwieweit unterscheidet sich die Ausbildung und Vorbereitung von der regulären Polizeiausbildung?

Ein grundsätzlicher Unterschied ist die Dauer der Ausbildung. Auch die Polizeien der Länder haben BFHu-Einheiten, jedoch ist die Ausbildung dort kürzer und weniger intensiv, ohne dabei jedoch die Kompetenzen der jeweiligen Einheiten abzusprechen.

Körperliche Fitness ist eine Grundvoraussetzung und nicht verhandelbar. Der Anspruch an sich selbst muss aber noch einmal deutlich höher geschraubt werden, wenn man anstrebt Teil einer BFHu zu werden.

Vorerfahrung im Kampfsport zu haben ist super, sei es Judo, Wrestling, Boxen oder MMA. Kampfsport bildet die Basis und gibt einem das Selbstvertrauen, robust aufzutreten und sich die Mentalität anzueignen, buchstäblich jeden festzunehmen, denn auf der „Straße“ gibt es keine Gewichtsklassen. Zusätzlich sollte eine solide Basis, ein Mix aus Laufen, Kraftsport und Cardiotraining dafür sorgen, dass man im Einsatz zuverlässig handeln kann. Die Realität ist, dass man egal bei welcher Wetterlage gegebenenfalls stundenlang mit schwerer Körperschutzausstattung sowie Helm unterwegs ist.

Wie geht ihr mit dem Stress um, der bei schwierigen Einsätzen entsteht, gibt es eine Form von Nachbereitung oder psychologischer Unterstützung?

Egal ob BFHu oder regulärer Streifendienst, das wichtigste Ventil sind immer die Kollegen. Wenn etwas im Einsatz grundsätzlich schief lief, man sich unwohl fühlte oder Verbesserungen für den nächsten Einsatz mit einbringen möchte, dann wird das angesprochen. Man muss fairerweise sagen, dass eine psychologische Unterstützung überspitzt wäre, da im Tätigkeitsbereich der BFHu harte Delikte wie Totschlag, Mord etc. nur in absoluten Ausnahmefällen vorkommen. Dies spielt bei SE – Kräften wie den SEK, der ZUZ oder der GSG9 eine viel größere Rolle.

Was macht die Gemeinschaft innerhalb der BFE im Vergleich zu anderen Bereichen der Polizei besonders?

Die Tätigkeit innerhalb einer BFHu ist nicht mit dem normalen Streifendienst zu vergleichen. Die Einheiten werden dafür ausgebildet, im Extremfall die letzten auf der Straße zu sein. Danach kommt niemand mehr.

Wir leben in einem grundsätzlich friedlichen Rechtsstaat. Spezialkräfte mit Langwaffen auf die Straße zu schicken wenn die Lage eskaliert ist schlichtweg keine Option. Die Durchsetzungsfähigkeit und Handlungsbereitschaft der BFHu ist das Ass im Ärmel eines jeden Polizeiführers. Damit geht große Verantwortung einher. Diese Verantwortung und der damit einhergehende Respekt auch vor den eigenen Leuten macht das Ganze zu etwas sehr Einzigartigem.

Jede BFE ist eine eng verbundene Truppe und der gegenseitige Verlass steht an oberster Stelle. Gemeinsame Team – Tage, gemeinsames Feiern, das Beisein auf der Hochzeit von Kameraden bis hin zu Babysitting von Kindern der Kollegen, es ist eine zweite Familie. Irgendwann fühlt sich alles nicht mehr wie Arbeit an.



DEUTSCHLAND HAT KEIN MESSER- PROBLEM

– wir haben ein Täterproblem.

Der Vorschlag von Robert Habeck und anderen Politikern, ein Messerverbot einzuführen, mag gut gemeint sein, greift aber zu kurz. Solche Maßnahmen adressieren lediglich die Symptome, ohne sich den eigentlichen Ursachen der zunehmenden Gewalt in Deutschland zu widmen. Der wachsende Verlust an öffentlicher Sicherheit und das schwindende Vertrauen der Bürger in die Durchsetzungsfähigkeit des Staates sind alarmierende Entwicklungen, die entschlossenes Handeln erfordern.

Die Wurzeln dieses Problems liegen tief – unter anderem in einer über Jahre hinweg fehlgeleiteten Migrations- und Asylpolitik, die bereits während der Regierungszeit der CDU ihren Lauf nahm. Doch statt in Schuldzuweisungen zu verharren, ist es jetzt entscheidend, Lösungen zu entwickeln, die langfristig wirken und das Vertrauen der Bevölkerung zurückgewinnen.

Ein pauschales Messerverbot mag kurzfristige Aufmerksamkeit erregen, wird aber kaum dazu beitragen, das eigentliche Problem zu lösen. Denn nicht Messer selbst sind das Problem, sondern Menschen, die sie für gewalttätige Taten missbrauchen. Solche Maßnahmen laufen Gefahr, als symbolische Politik wahrgenommen zu werden, die an den tieferliegenden Herausforderungen vorbeigeht.

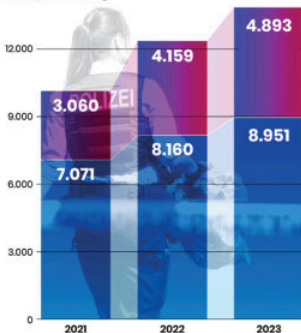
Was Deutschland wirklich braucht, ist eine mutige und umfassende Reform der Migrations- und Integrationspolitik. Klare Regeln, konsequente Umsetzung und eine ausgewogene Balance zwischen Humanität und Sicherheit sind unabdingbar. Es reicht nicht aus, vergangene Fehler zu beklagen – jetzt ist die Zeit für entschlossenes Handeln.

Nur durch ein durchdachtes und konsequentes Vorgehen kann die öffentliche Sicherheit nachhaltig gestärkt werden. Es geht darum, das Vertrauen in den Staat zurückzugewinnen und die Ursachen von Unsicherheit und Gewalt anzupacken. Deutschland braucht mutige Entscheidungen, um ein sicheres, stabiles und lebenswertes Umfeld für alle Bürger zu gewährleisten. Jetzt ist der Moment, Verantwortung zu übernehmen und die Weichen für eine sichere Zukunft zu stellen.

Deutschland: Tatwaffe Messer

Anzahl der Messerangriffe in den Bereichen gefährliche Körperverletzung und Raub in Deutschland

- Raubdelikte
- Körperverletzung





Bleeding Control Course
K9 Bleeding Control Course
K9 MEDIC Course
Taktische Medizin
Online Workshops
Online Shop

**für Polizisten, Soldaten, Jäger, Sportschützen,
Rettungskräfte, Sicherheitskräfte & Zivilisten**

JEDER KANN LEBEN RETTEN
www.airborne-medical-group.com





MEINE
ZEIT IN
BAGDAD

SANDBOX PT. 2

Ihr erinnert Euch an meine Ankunft in Bagdad aus meinem 1. Teil der Sandbox Story... toll, jetzt geht es nämlich weiter. Über jeder Tür in unserer „Burg“ fand man Zeichnungen mit alten Landsern oder Symbole aus alten Tagen und im Wohnzimmer/Aufenthaltsraum gegenüber der Reichskriegsflagge ein riesengroßes „Gemälde“ mit einem Spruch, ebenfalls aus der alten Zeit. Dem Chef und seinem engsten Kreis gefielen die Schmierereien an den Wänden... uns dagegen gar nicht!

So kam die Zeit wo Chef und Gefolge die Burg verließen und wieder in Richtung Heimat aufbrachen und was war unsere erste Handlung, unter der Führung des einzigen zu gebrauchenden Teamleaders? Genau, das Geschmiere muss weg... so nahmen wir kurzer Hand den Pinsel und Farbe und übermalten sämtliche Schandflecken im Haus. Operation „Schöner Wohnen“ war erfolgreich!

Monate gingen ins Land und der Auftrag lief, wir haben uns alle an die örtlichen Gegebenheiten und die Hitze von teils 52°C gewöhnt - haltet euch einen Föhn ins Gesicht und hier habt eine grobe Ahnung wie es uns dort teilweise erging!

Funfact: in einer Mall in Bagdad City (hier gibt es 3 Malls in unmittelbarer Nähe) gibt es im Untergeschoss tatsächlich eine IKEA-Abteilung, wo wir uns mit ordentlichen Decken und diversen Deko-Artikeln das Leben in der „Burg“ etwas angenehmer gestalteten. Ach, und ein Laden für sämtliche Weihnachtsartikel befand sich auch direkt in der Stadt.

Die Zeit verstrich und wir rotierten in unseren 3 On / 1 Off Zyklen, nach und nach fingen die Zustände in unserer „Burg“ an immer Katastrophaler zu werden, wie z.B. - Loch in der Decke, wo es im Winter bei Regen (ja auch das gibt es in Bagdad) dem Kameraden das Bett vollregnete oder eines von zwei vorhandenen Bädern (für 20 Personen) komplett voller Schimmel war, weil der Abfluss dauerverstopft war und somit nicht mehr nutzbar. So Sprach ich mehrmals mit dem Chef der Firma, dass doch bitte die Zustände behoben werden sollten - leider ohne wirklichen Erfolg, alles wurde in diesem Zustand gelassen.

Zu dieser Zeit liefen bei mir und meinem damaligen besten Freund diverse Planungen bezüglich einer Selbständigkeit im Sicherheitsbereich. Dies erfuhr dann natürlich auch mein Chef (wir machten kein Geheimnis daraus) und unterstellte mir „Verrat“ und wir wollten uns seinen Bagdad-Auftrag unter den Nagel reißen... nach vielen Diskussionen mit der oberen Führung und der aktuellen Situation in der „Burg“, entschied ich mich dann dazu meinen Turn im April 2018 eine Woche vorher zu beenden und Bagdad für eine weile hinter mir zu lassen.

Nach Monaten des „Dinge Tun’s“ und Funkstille zur Abteilung Bagdad, setzten wir uns Anfang 2019 wieder zusammen an einen Tisch und arbeiteten die Dinge auf die in der Vergangenheit vorgefallen waren. Wir einigten uns darauf unsere Differenzen beizulegen und uns langsam wieder anzunähern. Mitte 2019 fand ich mich dann in Bagdad wieder, wie ich dann erst erfuhr, wurde der Auftrag Mitte 2018 eingefroren und zeitweise von einer anderen großen bekannten Firma übernommen. Viele Ungereimtheiten ließen die Irakischen Behörden aufhorchen und entzogen der Firma A. die Erlaubnis weiter tätig zu sein. Anfang 2019 ging es dann zurück auf die Bühne - und in ein neues Gebäude.

Wie gesagt, im August 2019 kam ich wieder zurück, viele Änderungen, viele Neuerungen, einiges gut aber auch vieles schlecht! Aber was haben wir bei der Bundeswehr gelernt – Leben in der Lage und nichts ist so beständig wie die Lage-änderung!

Als ich dann aus meiner Off-Zeit im Dezember 2020 wieder nach Bagdad kam, überschlugen sich die Ereignisse – Firma A. wurde aus dem Auftrag geworfen und alle Operator wurden von der neuen Irakischen Firma übernommen. Und so begann für uns das goldene Zeitalter in der Green Zone! Die Firma A. hat im Übrigen bis heute keinen Fuß mehr in Bagdad und in den Aufträgen...

Natürlich schlugen die Wellen hoch und die beiden Parteien aus der Chefetage lieferten sich ein hartes Battle. Es gab nämlich 2 Chefs, der Eine war derjenige der den Auftrag in Bagdad ran gezogen hat, Herr B. und der andere Herr D., hatte einfach nur Glück, dass seine Firma ausgewählt wurde. Es ging sogar so weit, dass die Familie in Deutschland von Herrn B. bedroht wurde. Das alles jetzt zu erörtern und zu erklären würde den Rahmen hier definitiv sprengen. Aber glaubt mir, es war krass!

Am 31.12.2019 trauten wir unseren Augen kaum... eine riesige Meute an Protestlern und Milizen stürmte über die Brücke nahe der US-Botschaft in der Green Zone (International Zone) und versuchte sich Zutritt zu dieser zu verschaffen. Alarmstufe rot für uns, wir trafen alle Vorbereitungen zum Evakuieren unseres Klienten und dessen Personal, verriegelten unseren Compound und sicherten die Botschaft (nicht die Deutsche – diese liegt außerhalb der Green Zone in Bagdad City). Die Entscheidung des Botschafters – wir bleiben und evakuieren NICHT – Happy New Year!

Im Laufe des Tages wurden 750 Marines einer Quick Reaction Force in die US-Botschaft verbracht, 2 Apache Kampfhubschrauber drehten den ganzen Tag ihre Runden über die Botschaft und schossen ihre Flares über der Menschenmenge ab. Die Zone war überrannt von Iranisch gedeckten Milizen. Zu meiner Verwunderung verlief das alles ohne einen einzigen Schuss. Lediglich Brandsätze und Steine kamen zum Einsatz.

2 Tage später entspannte sich die Lage etwas, doch dann wurde am 03. Januar der Iranische General Qasem Soleimani in der Nacht auf der Flughafenstraße weggesprengt. Einige Stunden später brachten wir Botschaftspersonal zum Flughafen und konnten uns auf unserem Rückweg selber ein Bild des Ausmaßes auf der Straße machen. Wieder hielten wir uns bereit die Botschaft zu evakuieren, denn mit einer Antwort der Milizen wurde zu 100% gerechnet. In der Nacht dann schlugen 3 Raketen in der IZ ein. Alle verfehlten die US-Botschaft und trafen stattdessen (natürlich) die Wohnhäuser der einheimischen Bevölkerung in der Green Zone (1 Toter, 3 Verletzte).

Die Tage blieben angespannt und wir fuhren raus und betrieben unsere Aufklärung. Eine beängstigende Ruhe trieb sich durch die Green Zone. War diese doch vor dem Vorfall am 31.12. gut befahren, sah man nur sporadisch Fahrzeuge auf der Straße...

März 2020 – Corona in Bagdad!
Fortsetzung in Teil 3

Cheers ihr Hippies
Dominik aka Germantactics

Krater des Einschlags der Rakete die Soleimani
in die ewigen Jagdgründe beförderte.



ANGRIFFE

AUF EINSATZ- & RETTUNGSKRÄFTE

In den vergangenen Jahren ist die Zahl der Angriffe auf Rettungskräfte wie Sanitäter und Polizisten in Deutschland besorgniserregend gestiegen. Rettungs- und Polizeikräfte, die täglich ihr Leben riskieren, um anderen zu helfen und die öffentliche Sicherheit zu gewährleisten, sehen sich zunehmend Gewalt und Respektlosigkeit ausgesetzt. Diese Entwicklung wird durch statistische Erhebungen belegt, die einen kontinuierlichen Anstieg solcher Vorfälle zeigen.

Beispielsweise dokumentierten die Behörden in Berlin eine Zunahme der Delikte gegen die persönliche Freiheit und körperliche Unversehrtheit von 676 Fällen im Jahr 2022 auf 808 im Jahr 2023, mit bereits 513 Übergriffen bis August 2024. Besonders betroffen sind Einsatzkräfte bei Großveranstaltungen, in sozialen Brennpunkten oder unter Alkoholeinfluss stehenden Tätern.

Folgen der Angriffe

Die Konsequenzen dieser Gewalt sind sowohl individuell als auch gesellschaftlich weitreichend. Für Sanitäter bedeuten körperliche Übergriffe und verbale Aggressionen nicht nur eine Gefahr für die eigene Gesundheit, sondern auch zusätzliche psychische Belastungen, die zu posttraumatischem Stress oder Burnout führen können. Rettungsdienste berichten, dass die Angst vor Übergriffen die Arbeit zunehmend erschwert und die Versorgung von Patienten gefährdet.

Für Polizisten stellen die Angriffe nicht nur eine Bedrohung für die Einsatzfähigkeit dar, sondern auch eine Herausforderung für die Moral innerhalb der Polizeikräfte. Polizisten berichten von steigender Frustration, wenn ihre Einsätze durch Aggressionen untergraben werden. Die Gewalt führt nicht selten zu Dienstunfähigkeit, was wiederum die Einsatzbereitschaft der gesamten Polizei belastet.

Darüber hinaus entstehen für die Gesellschaft enorme Kosten durch verletzungsbedingte Ausfälle, juristische Verfahren und die notwendige psychologische Betreuung der Betroffenen.

Maßnahmen zur Eindämmung

Verschiedene Maßnahmen wurden in den letzten Jahren eingeführt oder diskutiert, um dieser alarmierenden Entwicklung entgegenzuwirken. Seit 2017 gibt es verschärfte Strafgesetze, die tätliche Angriffe auf Rettungskräfte und Polizisten mit höheren Strafen belegen. Doch viele Experten fordern eine konsequentere Durchsetzung dieser Gesetze.

Innovative Ansätze sind ebenfalls in Diskussion. In Niedersachsen wurde vorgeschlagen, verurteilte Täter an Rettungseinsätzen teilnehmen zu lassen, um ihnen die Bedeutung der Arbeit der Helfer vor Augen zu führen. In Nordrhein-Westfalen fordert der Deutsche Beamtenbund härtere Strafen wie den Entzug der Fahrerlaubnis für Täter, die Gewalt gegen Rettungskräfte oder Polizisten ausüben.

Gesellschaftliche Verantwortung

Um die Sicherheit und das Wohlbefinden von Sanitätern und Polizisten langfristig zu gewährleisten, braucht es mehr als nur gesetzliche Maßnahmen. Es ist von entscheidender Bedeutung, das gesellschaftliche Bewusstsein für Respekt und Wertschätzung gegenüber Rettungskräften zu stärken. Bildungsprogramme, öffentliche Kampagnen und lokale Initiativen können dazu beitragen, die Akzeptanz für die Arbeit dieser Menschen zu erhöhen.

Gemeinsam müssen Politik, Justiz und Gesellschaft Verantwortung übernehmen, um jene zu schützen, die in den gefährlichsten Momenten für uns da sind. Nur so können wir sicherstellen, dass Sanitäter und Polizisten auch in Zukunft ihre Aufgaben zum Wohl aller erfüllen können.



www.radialgear.com

»»»»» „KLAGT NICHT, KÄMPFT“

Was zählt? Soldatische oder politische Tradition?



„Polizist mit Nazi-Anhänger noch nicht gefunden“, titelt der Tagesspiegel 2015. Was war geschehen?

Ein Leser der Zeitung hatte einen Polizisten am Hauptbahnhof entdeckt und ihn von hinten fotografiert. Der Beamte trug an seinem Rucksack „einen Anhänger mit einem Spruch der Wehrmacht mitten durch Berlin“. „Klagt nicht, kämpft!“, stand darauf. Grund genug, dass der Tagesspiegel tagelang Bundes- und Landespolizei in Berlin auf Trab hielt, um den Polizisten ausfindig zu machen. Erfolglos. Inwiefern der Beamte disziplinarrechtlich später noch belangt wurde, bleibt offen. Ein Einzelfall?

Mitnichten. In einer Ausgabe der Bundeswehr-Wochenzeitung aktuell (42/2013) zitierte ein porträtierter Hauptfeldwebel der Reserve sein Lebensmotto: „Klagt nicht, kämpft!“ Prompt stellte Die Linke im Bundestag das Verteidigungsministerium an den Pranger. Und was geschah, als der ehemalige Entwicklungsminister und Reserveoffizier Dirk Niebel 2017 ein Bild mit diesem Spruch bei Facebook postete, kannst du dir vorstellen. Bis ins Jahr 2024 hinein finden sich Empörungen über den „Nazi-Spruch“ in der Bundespolitik und großen Medienhäusern.

„Nazi-Spruch“ nicht nachweisbar und nicht verboten

Wo er herkommt, kann niemand mit Sicherheit sagen. Der damalige parlamentarische Staatssekretär im Verteidigungsministerium Thomas Kossendey stellt 2013 fest: „Für das in Rede stehende Zitat lässt sich kein historischer Bezug zur Fallschirmjägertruppe der Wehrmacht nachweisen und es ist in der Bundeswehr – unabhängig von einer geschmacklichen Bewertung – nicht verboten.“ Für Politik und Medien spielt das keine Rolle: Für sie bleibt es ein „Nazi-Spruch“.

Sicher ist: auch Soldaten der Wehrmacht haben ihn benutzt, so wie Soldaten vorher und nachher auch. Welch Wunder bei über 17 Millionen eingezogenen Soldaten zwischen 1939 und 1945.

Millionen von ihnen stammten aus sozialdemokratischen, kommunistischen oder tief katholischen Milieus und standen dem Militär eigentlich ablehnend gegenüber, schreibt Professor Sönke Neitzel in Deutsche Krieger. Die wenigsten von ihnen trugen die Uniform freiwillig. Viel wichtiger als „Rassenideologie und Lebensraum“ war ihnen gemeinsame Vorstellungen von Vaterland, Pflichterfüllung und Soldatentum, so Neitzel.

Der Soldat versteht das, die Politik und Medien nicht. Weil „Klagt nicht, kämpft!“ nun mal Prinzip des soldatischen Wesens ist: Kämpfen und Durchhalten auch unter widrigsten Umständen. Nicht nur in der Wehrmacht.

Die Truppe, nicht Politik und Medien, schafft sich ihre Tradition

Von all der Aufregung wusste ich nichts, als ich 2002 als Zugführer am VN-Ausbildungszentrum in Hammelburg eingesetzt wurde. Ich sah nur den Schlüsselanhänger im Mannschaftsheim der Infanterieschule. Er sprach mir aus der Seele. „Klagt nicht, kämpft“, das wollte auch ich zu meinem Motto machen. An irgendetwas muss sich der Soldat festhalten, wenn er „kriegstüchtig“ werden soll, wie Verteidigungsminister Boris Pistorius fordert. Für uns Generation Einsatz stellte sich die Frage gar nicht erst:

Um in den Krisen- und Kriegsgebieten dieser Welt bestehen zu können, war Kriegstüchtigkeit die Voraussetzung.

Seit Hammelburg 2002 trage ich den Anhänger an meinem Schlüsselbund. Deshalb muss ich mir wohl den Nazi-Vorwurf gefallen lassen. Er trifft mich aber nicht. Was soldatische Werte und Traditionen sind, bestimmen weder Politik noch Medien. Das tun die Streitkräfte noch immer selbst. Nicht von oben herab, sondern von unten hinauf. Gerade der Afghanistan-Einsatz hat gezeigt: Die Truppe schafft sich ihre eigene Tradition. Da können Politik und Medien mit noch so viel Dreck werfen.

Zeitlose und unpolitische Soldatenweisheit

„Klagt nicht, kämpft!“, ist genauso ein zeitloser Soldatenhandwerksspruch wie „Schanzen spart Blut“. Sie gelten generationsübergreifend nicht nur in der Bundeswehr und der Wehrmacht, sondern auch in der Nationalen Volksarmee, der Reichswehr, bis zurück in die Befreiungskriege gegen Napoleon und darüber hinaus.

„Klagt nicht, kämpft!“ wird uns noch alle überleben, und ich glaube, ich werde ihn noch zwanzig Jahre an meinem Schlüsselbund tragen. Denn über meine politische Gesinnung sagt er nichts aus. Sehr wohl aber über mein und das Ideal vieler Soldaten, Polizisten und Einsatzkräfte, um mit den besonderen Belastungen des Dienstes und den Problemen des Lebens umzugehen.

Ein Artikel von Wolf Gregis

Das Karfreitagsgefecht

Deutsche Soldaten im
Feuer der Taliban

Wolf Gregis



Über den Autor: Wolf Gregis, Bundeswehr- und Afghanistan-Veteran, fördert als Autor und Gastgeber des Video- und Podcasts „Helm ab – Der Veteranencast“ die Erinnerungs- und Veteranenkultur in Deutschland. Im Februar 2025 erscheint seine Aufarbeitung „Das Karfreitagsgefecht. Deutsche Soldaten im Feuer der Taliban“ im Econ Verlag.



WAS IHR BRAUCHT - SPORTKLAMOTTEN, EIN RUDERGERÄT, EIN LAUFBAND UND EINEN STAIRMASTER.

BEN'S »»»»»» DRECKIGE 30



DIREKT IM ANSCHLUSS 30 MIN.
LAUFEN - MINDESTENS 5000M IN
30 MIN.

ZU GUTER LETZT GÖNNEN WIR UNS DEN
STAIRMASTER. 2500 STUFEN IN - ÜBER-
RASCHUNG - 30 MIN. DAS ENTSPRICHT
CA. 75 STUFEN PRO MIN. »»»»»»

THX TO @BEN.RNDL



WIR STARTEN MIT 30 MIN. RUDERN -
SCHAUT DASS IHR DEN WIDERSTAND
REELL WÄHLT. 30 MIN 7000M RUDERN!



SPORT/ MILFIT

Entgegen dem wie es oft in der Bundeswehr durchgeführt wird, ist Milfit kein Zirkeltraining ausschließlich mit dem Körpergewicht, kein nur wir gehen in Uniform und Laufschuhen mal joggen. Milfit ist vereinfacht gesagt, Funktionales Training für den Dienst.

Dabei haben wir die zwei Gruppen, vereinfacht gesagt einmal **Airborne** und **Chairborne**.

Beide Gruppen haben als Gemeinsamkeit, dass Sie im Kern Soldaten sind und die Grundsätzlichen Aufgaben und Anforderungen eines Soldaten erfüllen können sollten. Aber eben doch genauso den Aspekt, dass z.B. Soldaten die eher mit dem Schreibtisch konfrontiert sind, auch den Körper dahingehend trainieren sollten um keine Probleme durch die Sitzende Tätigkeit zu bekommen.

Die Kategorie Airborne ist eben geprägt von Kampf- und Kampfunterstützungsgruppen die natürlich dahingehend spezielle Anforderungen an die Körperliche Leistungsfähigkeit haben sollten für ihren Auftrag.

Die Bundeswehr schreibt zu Sport unter anderen in den Vorschriften:

Die Verbesserung und der Erhalt der KLF sind Voraussetzung für gesundheitliche Prävention, Robustheit (Widerstandsfähigkeit) und Wiederherstellung von soldatischen Fähigkeiten und Fertigkeiten, inklusive des Erwerbs und Erhalts der Individuellen Grundfertigkeiten (IGF)

UND

Das Training der KLF im Einsatz zielt auf den Erhalt der Funktionsfitness für die Dauer des Einsatzes ab. Die Rahmenbedingungen hierfür regelt – unter besonderer Berücksichtigung der jeweiligen Einsatzbedingungen – die Bereichsvorschrift C1-150/0-2 „Erhalt der körperlichen Leistungsfähigkeit im Auslandseinsatz“

Und um dort zu bestehen, unabhängig der Tätigkeit, denn am Ende steht das "Soldat sein" im Vordergrund mit den Fertigkeiten dafür. Aber auch so lange wie möglich gesund zu bleiben ohne Körperliche Probleme zu bekommen (Knie, Rücken, Nacken, Hüfte etc.), was zu einer Verschlechterung der Gesundheit führt, unabhängig davon ob es Airborne oder Chairborne ist, damit sinkt auch die Kampfkraft. Um hier gegen zu steuern ist Milfit ein wichtiges Tool.

Was wird grundsätzlich hierbei benötigt, Tatsächlich ist Kraft eine wesentliche Anforderung, ob beim Verladen von Waffenkammer Material, Munition, Verwundeten Transport oder eben der Marsch mit dem Rucksack beanspruchen Kraft. Hierbei haben wir Vorteile von der Maximalen Kraft ebenso wie der Relativen Kraft (Maximalkraft im Verhältnis zu unserem eigenen Körpergewicht) und den Fähigkeiten den eigenen Körper zu bewegen unter Belastung.

Ebenso spezifisch für die Ausgeführte Tätigkeit, macht es einen Unterschied für das athletische Training, ob man fliegt, hinter einem Monitor sitzt oder eben im Wald oder am Berg unterwegs ist und auch damit einhergehend lernen, wann ist mein Arm oder Bein wo und wie wirkt es sich aus, um am Ende zum Beispiel auch sein muscle memory für das Schießen zu trainieren.

Starke Ausdauer für kurze und intensive Belastungen (Beispiel CQB wieder, kurze Belastungsphasen bis zum Anschlag Teils und dabei im Kopf immer hoch und runterfahren können). Dabei ist nicht das Ziel beim Sport diese Situationen genau zu kopieren, sondern, den Körper an die Belastung zu führen, darüber hinaus um in diesen Situationen zu merken, dass man in Teilen Bereits stärker gefordert war ggf.

Ausgeprägte Ausdauer für Märsche / Patrouille aber auch z.B. für Gepäckmärsche und die Ausdauer gilt nicht nur für Airborne sondern auch gerade für die Chairborne, denn es hält uns massiv Kapazitäten frei in der Denkleistung und Entscheidungsfindung.

Raphi





UKRAINE PT.2

DIE EIGENE STERBLICHKEIT STETS VOR AUGEN!

KASPAR GROSSE

Ähnlich wie unsere gemischte Gruppe von Soldaten verließen wir uns auf das, was wir hatten. Nehmen wir zum Beispiel den gepanzerten HMMWV. Dieser Humvee, hastig mit Aluminiumplatten verstärkt, bietet nur begrenzten Schutz – mehr ein Splitterschutz als echte Panzerung. Während Sandsäcke rund um die Radkästen etwas Schutz bieten, bleibt er ein mehr oder weniger gut geschütztes Fortbewegungsmittel, anfällig für Minen, Splitter und Beschuss. Seine provisorische Panzerung dient oft als mentale Unterstützung für diejenigen, die sich ihrer Mängel nicht bewusst sind.

Dann gibt es noch den gespendeten mattschwarzen Pickup, der beengt und unbequem ist. Die engen Sitzgelegenheiten zwingen uns, uns mit unserer Ausrüstung zusammenzupferchen, und im Sommer wird es im schwarzen Auto unausstehlich warm. Das Aussteigen fühlt sich weniger wie eine taktische Bewegung an und mehr wie ein Herausgeschleudertwerden an, unsere Körper verkrampfen sich im engen Raum wie Sardinen.

Dies unterstreicht die entscheidende Bedeutung von Spenden – nicht nur aus dem Westen, sondern auch von Ukrainern, die ihre Familienvans opfern, um sicherzustellen, dass wir Truppen versorgen und Angriffe durchführen können.

Wir verlassen uns auch auf einen alten Mercedes Sprinter, ein gängiges Fortbewegungsmittel in der Ukraine – eine sogenannte Marshrutka – in militärischem Grün gestrichen und mit provisorischen Holzverstärkungen versehen. Dieses Fahrzeug hat keine Sitze, nur ein einzelnes schwaches Licht, das wir ausschalten, wenn wir uns dem Frontbereich nähern.

Die Türen können nur von außen geöffnet werden, gesichert durch ein selbstgebautes Drahtkonstrukt. Wenn es schnell gehen muss fahren wir oft mit offenen Türen, in der Hoffnung, dass uns ein kein Windstoß auf die Straße herauswirft.

Trotz ihrer Mängel sind diese Fahrzeuge unerlässlich, um Soldaten näher an die Front zu bringen. In diesen Momenten wird das Überleben zur Frage des Zufalls, während wir durch die mit Kratern übersäte Landschaft von Donezk poltern, Gräben überwinden und Schlaglöchern ausweichen, die unsere Fahrzeuge beschädigen könnten. Als unser Konvoi sich einem Sammelpunkt nähert, wirft die spätsommerliche Sonne einen warmen Orange auf eine Landschaft, die eine andere Geschichte erzählt – eine Szenerie geprägt von verlassenen Fabriken und isolierten Dörfern.

Ich möchte hier mit einem Gedanken über einen Konflikt wie diesen in Deutschland einhaken. Deutschlands Probleme mit der Manpower werfen einen Schatten auf einen möglichen Konflikt in Mitteleuropa. Die Demografie zeichnet ein düsteres Bild: Ein erheblicher Teil der Bevölkerung besteht aus Migranten, die nach Deutschland geflüchtet sind, um Zuflucht und Arbeit zu finden. Viele dieser Menschen würden, verständlicherweise, fliehen, wenn das Land zu einem Schlachtfeld wird, anstatt es zu verteidigen. Man kann ihnen keinen Vorwurf machen, Selbstschutz ist eines der Grundbedürfnisse der Menschen.

Dann gibt es die Deutschen selbst. Unzufrieden mit einer Regierung, die ihrer Meinung nach ihre Interessen nicht vertritt; viele würden sich nicht freiwillig melden, wenn eine Wehrpflicht eingeführt würde. Sie zu zwingen, zu kämpfen, wäre ein Fehler.

Ein widerwilliger Soldat, der nach einem Ausweg sucht, ist mehr eine Belastung als eine Hilfe. Wie die Situation in der Ukraine gezeigt hat, ist freiwilliges Engagement entscheidend, besonders für die Begnungen an der Front. Diejenigen, die kämpfen wollen, geben alles. Die, die es nicht wollen, schwächen die Einheit.

Aus welchem Winkel man es auch betrachtet, es lässt Deutschland mit einem Mangel an freiwilligen Verteidigern zurück, und die Vorstellung einer Legion, die Vorteile oder Geld bietet, wäre ratsam. Charakteristisch für Donezk sind die hohen Hügel aus Erde, die wie ein entferntes Gebirge wirken. In den Fahrzeugen sitzen wir still, immer in dem Gewissen, dass diese Fahrt unsere letzte sein könnte. Wir fragen uns, wer von uns in einem Sack zurückkehren wird oder – noch schlimmer – zum Verrotten zurückgelassen wird.

Während diese Gedanken in unseren Köpfen kreisen, nutzen wir die Gelegenheit, die Schönheit des Alltäglichen um uns herum in vollen Zügen aufzunehmen. Die Luft wird dick vom Geruch der Verwesung und brennender Chemikalien, je näher wir der Front kommen. Der Geruch intensiviert sich, vermischt sich mit dem beißenden Aroma von Sprengstoffen und Schießpulver, während die Bäume immer verkohlter und zerbrochener erscheinen – ein düsteres Spiegelbild der Landschaft um uns.

Kurz darauf hält unser Fahrer an, schaltet das Hauptlicht aus und stellt sein Nachtsichtgerät ein. Wir tun es ihm nach, bereiten unsere Gewehre vor und steigern unsere Wachsamkeit für mögliche Hinterhalte.

Die Bäume verwandeln sich in verkohlte, skelettartige Silhouetten, die nach dem Nachthimmel kratzen. Der Boden ist mit Kratern übersät, die von den jüngsten Bombardierungen stammen. Die wenigen verbleibenden, stehenden Gebäude tragen die typischen Anzeichen von schwer umkämpften Gebieten: Die Fenster sind mit Brettern vernagelt und die Wände provisorisch mit Planen geflickt.

Während wir die mittlerweile in einen Feldweg verwandelte Straße entlang rumpeln, drücken wir

uns in die besten Positionen, um schnell aussteigen zu können, bereit, in die Baumreihe zu sprinten. Wir wissen, dass wir Drohnen ausweichen und möglichst schnell Mörserfeuer entkommen müssen, sobald wir aussteigen.

Mit der Nachtsicht, die selbst die schwächsten Lichter verstärkt, erkennen wir die fernen Blitze und das markante Wummern großkalibriger Waffen, die abgefeuert werden. Rückblickend war es eine sinnlose Tätigkeit, zu versuchen, die Kameraden ohne Nachtsichtgerät davor zu warnen. Mit jedem Blitz geht mir ein stiller Gedanke durch den Kopf: Bitte nicht wir.

Doch es bleibt nichts anderes zu tun, als sich auf das zu konzentrieren, was vor uns liegt. Selbst wenn ein Geschoss für uns bestimmt ist, was können wir tun? Wir nähern uns einer Linkskurve und der Fahrersignalisiert, dass wir jeden Moment anhalten werden. In meinem Kopf gehe ich eine mentale Checkliste durch: Verlasse das Fahrzeug sofort, navigiere durch das mit Minen versehene Feld, und sprinte in das, was von der Baumreihe übrig ist.

Minenkarten sind selten, und die Einheiten im Sektor aktualisieren sie selten, was sie fast nutzlos macht. Manchmal werden von russischen Kräften Minen hinter einem abgeworfen, um sicherzustellen, dass selbst der Rückzug gefährdet ist – es hat wirklich keinen Sinn, sich auf Minenkarten zu verlassen. Adrenalin flutet unseren Körper, erhöht die Wahrnehmungen unsere Sinne und verstärkt unser Überlebensbedürfnis. Wenige Augenblicke später fliegt das charakteristische Geräusch von Drohnen und herannahenden Mörsergranaten an uns vorbei. Flach auf dem Boden zu liegen und abzuwarten ist hier keine Option; wir müssen durchbrechen und uns in die nächste vermutete sichere Position bewegen. Ein Rückzug zu einer vorherigen Position ist selten eine Wahl – es würde dem Feind erlauben, seine Positionen zu verstärken und den Konflikt zu eskalieren, was zu noch mehr Opfern und chaotischen Scharmützeln führen würde...

Die volle Story könnt ihr auf unserer Homepage lesen. www.raidmagazin.de

PTBS PART 2

WIESO IST EINE PTBS EINE NORMALE REAKTION?

In unserem Gehirn gibt es eine Region, welche man auch das limbische System nennt. Dieses Hirnareal hat sich in der Zeit der Menschheitsgeschichte entwickelt, als wir einer gefährlichen, aber überschaubar einfachen Welt noch in Höhlen lebten und mit Speeren jagt auf Säbelzähntiger oder „Yetis“ gemacht haben.

Das limbische System ist das Überlebenssystem unseres Gehirns. Es warnt uns vor Gefahren und sorgt dafür, dass wir in lebensgefährlichen Situationen überleben.

Es funktioniert heute noch genau so gut wie damals, deshalb hat es sich auch nicht weiterentwickelt oder verändert.

Da sich unsere Lebensweise verändert hat in eine viel komplexere Welt mit viel mehr Reizen und Informationen, kann man beim limbischen System von einer funktionierenden, aber veralteten Software sprechen. Daher kann es aufgrund dieser Reizüberflutung heutzutage zu Problemen mit dieser veralteten Software bzw. Informationsverarbeitung kommen, welche eigentlich auf die einfachen aber gefährlichen Verhältnisse der Steinzeit ausgelegt ist. Diese Probleme äußern sich dann in einer PTBS.

Das limbische System ist eine Art Scanner, welcher jede Situation, welche wir kognitiv wahrnehmen, bewertet. Es teilt ein in gefährlich und ungefährlich.

Sollte das limbische System zum Ergebnis kommen, das die gerade erlebte Situation gefährlich ist, aktiviert es über Stresshormone die uns bekannten Stressreaktionen. Wir atmen dadurch schneller, um mehr Sauerstoff in unsere Blutbahn zu befördern und unsere Muskeln bei höchster Belastung mit ausreichend Sauerstoff versorgen zu können, damit wir sehr schnell viel Kraft haben.

Wie wir in einer gefährlichen Situation agieren, hängt davon ab, ob und was in unserem Muskelgedächtnis abgespeichert ist. In unserem Muskelgedächtnis sind diese Dinge automatisiert gespeichert, die wir beispielsweise regelmäßig trainiert haben.

In einer Gefahrensituation handeln wir schnell und spontan und werden das tun, was uns als erstes einfällt. Dabei ist es unerheblich, ob die Strategie geeignet ist, die Gefahrensituation zu beseitigen. Das Gehirn greift auf das zu, was automatisiert abgespeichert ist und das sind Überlebensstrategien, die wir immer und immer wieder trainiert haben, hunderte, vielleicht auch tausende Male. Es kann unter Umständen dazu kommen, dass andere Hirnareale nur noch eingeschränkt oder garnicht mehr funktionieren. Das kann zum Beispiel dazu führen, dass wir nicht mehr reden können oder unser Gedächtnis gestört wird, weil wir de facto keinen Zugriff mehr auf das Hirnareal haben. Unsere (zeitliche) Wahrnehmung kann ebenfalls gestört werden, sodass sich eine Sekunde anfühlt wie 10 Sekunden oder umgekehrt. Das liegt daran, dass das Gehirn seine ganze Leistung dafür aufbringt, zwischen gefährlichen und ungefährlichen Reizen zu unterscheiden und darauf mit den im Muskelgedächtnis abgespeicherten Überlebensstrategien zu reagieren.

Je nach dem, ob und was wir im Muskelgedächtnis abgespeichert haben, reagieren wir unterschiedlich. Wenn unser Gehirn eine Strategie gefunden hat, dann gehen wir in den Kampf (Fight). Wenn wir keine Strategie gefunden haben, um die Situation zu verändern, gehen wir in die Flucht (Flee). Wenn wir in einer Situation sind, in welcher wir keine Strategie aktivieren können und dieser Situation nicht entfliehen können, dann gehen wir in eine Schockstarre über. Dies ist eine Notabschaltung des Gehirns, um uns vor Reizüberflutung zu schützen (Freeze).

Das ist auch der Grund, warum man beispielsweise als Soldat drillmäßig immer und immer wieder die gleiche Situation übt. Das hat nichts mit Dummfick zu tun, sondern soll uns in höchstgefährlichen Situationen handlungsfähig halten, um zu überleben. Deshalb sollte man als Soldat den Ausbildern am meisten dankbar sein, die einen am meisten „geschliffen“ haben.

Heutzutage sind unsere Bedrohungen häufig sehr gefährlich, aber verhältnismäßig selten endet diese mit dem Tod. Der erste Auftrag des limbischen Systems ist nach dem Bewältigen einer gefährlichen Situation erfüllt. Und da es seinen Zweck erfüllt hat, entwickelt es sich auch nicht weiter.

Die zweite Aufgabe, uns vor potenziell gefährlichen Situationen zu warnen, führt in der heutigen komplexen Welt gehäuft zu einem Fehlalarm, und zwar in Form der PTBS.

Als wir früher mit „Yeti's“ und sonstigem Viehzeugs gekämpft haben, speicherte unser limbisches System bei einer lebensbedrohlichen Situation jeden einzelnen Reiz, den wir wahrgenommen haben, im Gedächtnis ab. Das Rascheln im Gebüsch, als sich der „Yeti“ uns genähert hat, seine Fellfarbe, die Gegend, wo wir angegriffen wurden, die Lichtverhältnisse, Tageszeit, sein Geruch, seine Laute und so weiter.

Für sich genommen ist jeder Warnreiz gut, weil jeder „Yeti“ gefährlich ist und wir natürlich sofort alarmiert werden möchten, falls wir einen der Reize erneut wahrnehmen. Das heißt, dass ein „Yeti“ möglicherweise wieder in der Nähe ist und wir können schneller geeignete Maßnahmen zum Überleben einleiten. Wir reagieren dann mit Angst und rennen weg oder wir werden wütend, schnappen uns unsere Waffen und rammen sie dem „Yeti“ mit Wucht in seinen Körper. Wir haben überlebt, das limbische System funktioniert.

Da unsere heutige Welt komplexer und viel reißerfluteter ist als früher, kommt es gehäuft zu Fehlalarmen.

Ein traumatisierter Soldat zum Beispiel, welcher in Afghanistan von einer IED angesprengt wurde, kann bei sich in der Heimat durch eine harmlose Kiste, welche am Straßenrand steht als er daran vorbeifährt, eine Panikattacke bekommen, weil das limbische System Alarm auslöst.

Ein ganz normaler Zivilist kann bei der Farbe blau, welche er irgendwie wahrnimmt, einen Flashback (sich wiederholt aufdrängende belastende Erinnerung) an seinen schweren Verkehrsunfall erinnern, bei welchem er sechs Monate zuvor beteiligt war. Der Unfallgegner fuhr dabei einen blauen Pkw.

Da unser Alltag vollgestopft ist mit Reizen und Wahrnehmungen, kann ein traumatisierter Mensch möglicherweise vor lauter Fehlalarmen nicht mehr zur Ruhe kommen, was dann zur Symptomatik einer PTBS führt.

Sollte hier jemand weitere empfehlenswerte Anlaufmöglichkeiten kennen, immer her damit, wir werden diese dann auf der RAID Magazin Homepage mit veröffentlichen.

Bei Problemen vertraue dich einem Kameraden, Freund oder der Familie an oder melde dich bei der Trauma-Hotline: 0800-5887957

TOGETHER WE CAN FIGHT THE BIGGEST ENEMY



VIPER™ BELT



VIPER BELT™ IS THE RESULT OF ALMOST TWO YEARS OF DESIGN, PROTOTYPING AND RIGOROUS TESTING. OUR GOAL WAS TO MINIMIZE WEIGHT AND INCREASE ERGONOMICS WHILE MAINTAINING OPTIMAL BELT STIFFNESS. THIS IS HOW THE INNOVATIVE VIPER™ DESIGN WAS CREATED, OFFERING ALMOST UNLIMITED CONFIGURATION POSSIBILITIES AND THE BEST ERGONOMICS IN ITS CLASS.



WEB: WWW.GTG.COM.PL / INSTAGRAM: GINGERSTACTICALGEAR

SAVE THE DATES:

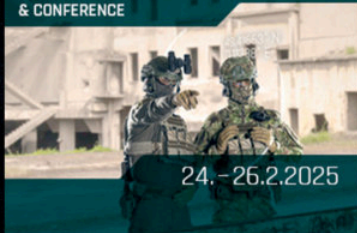
ENFORCE TAC: 24.02.-26.02.25

IWA: 27.02.-02.03.25

NUR FÜR FACHBESUCHER

ENFORCE TAC

INTERNATIONAL EXHIBITION
& CONFERENCE



24. - 26.2.2025

IWA
OUTDOOR
CLASSICS

Wiederentdeckung der
alten Ausrüstung und Technik
des Outdoor-Sports

EYES ON
TARGET

27.2. - 2.3.2025
NÜRNBERG, GERMANY

QR-Code
scannen



WWW.IWA.INFO/ENDE-SEIN

Sucht ihr die richtigen Fachbesucher?

NÜRNBERG / MESSE

KÖRPERSCHUTZSYSTEME · EINSATZBEKLEIDUNG · AUSRÜSTUNG

ALLES FÜR DEINEN EINSATZ.

VERTRAUE BEIM KAUF DEINES KÖRPERSCHUTZES AUF
DEUTSCHLANDS EXPERTEN. www.bestprotection.de

BEST PROTECTION
ballistic equipment | security technology



RADIAL



Wir produzieren Equipment, das Dich im Training unterstützt, um das Beste aus Dir heraus zu holen. Von Profis für Profis. Mit dem Code **RAID** bekommst Du 15% auf deine erste Bestellung bei uns.

www.radialgear.com