

# Brandenstein-Marssi 2025

Loviisassa la 12.4.



## Tervehdys, Reserviläinen!

Hyvä fyysinen ja henkinen kunto ovat nykypäivänäkin reserviläisten toimintakyvyn ja kriisinsietokyvyn kivijalka. Reserviläisten toimintakyvyn kehittäminen on yksi **Maanpuolustuskoulutus MPK:n** koulustoiminnan painopisteistä.

Puolustusvoimien sodanajan suorituskyvyn perustan muodostavat hyvin koulutetut ja toimintakykyiset reserviläiset. Toimintakyvyn ylläpidon kannalta onkin tärkeää, että reserviläisiä kannustetaan ylläpitämään fyysistä kuntoaan, liikunta-aktiivisuuttaan sekä terveyttään.

Viimeaikaiset sodat ovat osoittaneet, että sodankäynnin fyysiset vaatimukset eivät ole keventyneet. Operaatiot ovat siirtyneet metsistä asutuskeskuksiin ja sisältävät runsaasti fyysisesti vaativia spurteja ja ponnistuksia, sekä toimimista lisäkuorman kanssa. Teknologian lisääntynyt käyttö on yleisestä käsityksestä poiketen lisännyt kannettavan taakan määrää.

**Omatoiminen vapaa-ajan liikunta** sekä maanpuolustusjärjestöjen tarjoama koulutus rakentavat hyvän pohjan toimintakykyisille ja liikunnallisesti aktiivisille reserviläisille ja kansalaisille, jotka muodostavat maanpuolustuksen ja poikkeusolojen suorituskyvyn perustan.

MPK järjestää vuoden ympäri **reserviläisten fyysisen toimintakyvyn ja kunnan kehittämiseen** liittyvää koulutusta ja liikuntatapahtumia. Tällaisia ovat esimerkiksi ampuma- ja suunnistuskoulutukset ja mm. reserviläisille suunnatut kenttäkelpoisuusmarssit.

Loviisassa vuosittain järjestettävä Brandenstein-Marssi on virallinen kenttäkelpoisuusmarssi, jonka suorittamistieto siirtyy MPK:lta suoraan Puolustusvoimien aluetoimistolle.

Jalkamarssi suoritetaan Puolustusvoimien voimassaolevien nykyisten määräysten mukaisesti.

Vuosittainen Brandenstein-Marssi järjestetään nyt jo 13. kerran ja se toteutetaan Loviisan Koskenkylän länsipuoleisella alueella **huhtikuun 12. päivänä** lauantaina.

## Tietoja Bradenstein-Marssista

Marssin virallinen järjestäjä on **MPK Etelä-Suomi** ja sen toteuttajina toimivat Loviisan Reserviläisten ja Loviisan Reserviupseerikerhon aktiivitoimijat ja MPK-kouluttajat.

Tapahtumaan osallistuu Loviisan RES- ja RUL-yhdistysten lisäksi mm. **Rannikkosotilaskodin** oma myyntipiste.

Kaartin Jääkäriyrykmentin lisäksi myös Loviisan VPK on mukana tukemassa tapahtumaa.

Marssille odotetaan yhteensä toista sataa osallistujaa - myös **myös siviilit** ovat tervetulleita marssille mukaan!

Matkan pituuksia Bradenstein-Marssilla on tänä vuonna sekä reserviläisille että myös siviileille kaksi:

- Perinteinen 25 km jalkamarssi
- Pidennetty 42 km "Maraton-marssi"

Marssi suoritetaan joko puolustusvoimien maastopuvussa - tai vaihtoehtoisesti siviilimallisessa ulkoiluvaatetuksessa. Jalkineiden on oltava reserviläisten sarjassa sotilasmalliset maihinnousu- tai vaelluskengät.

Reserviläisellä on oltava mukanaan päiväreppu koko suorituksen ajan.

**Repun painoa ei enää ole määritelty** nykyisissä PAK-määräyksissä.

Siviilisarjassa jalkineiksi käyvät myös esimerkiksi korkeavartiset lenkkitosut.

**HUOMIO:** Muistathan ilmoittautua marssille MPK:n koulutuskalenterin linkin kautta **21.3. mennessä**. MPK:n ilmoittautumislinkit löytyvät tästä:

RESERVILÄISET 25 km:

<https://koulutuskalenteri.mpk.fi/Koulutuskalenteri/Tutustu-tarkemmin/id/185701>

RESERVILÄISET 42 km:

<https://koulutuskalenteri.mpk.fi/Koulutuskalenteri/Tutustu-tarkemmin/id/185738>

SIVIILIT 25 km:

<https://koulutuskalenteri.mpk.fi/Koulutuskalenteri/Tutustu-tarkemmin/id/185704>

SIVIILIT 42 km:

<https://koulutuskalenteri.mpk.fi/Koulutuskalenteri/Tutustu-tarkemmin/id/185708>

Toivotan Sinut ja kaikki ystäväsi erittäin lämpimästi tervetulleiksi Loviisan perinteiselle **Brandenstein-Marssille** lauantaina 12.4.2025!



Helmikuisin maanpuolustusterveisin,

Jarkko Törmänen

kapt (evp), marssin johtaja

Loviisan Reserviupseerikerhon sihteeri + koulutus- ja liikuntaupseeri

[brandensteinmarssi@gmail.com](mailto:brandensteinmarssi@gmail.com)

[jj.tormanen@gmail.com](mailto:jj.tormanen@gmail.com)

p. 045 238 3035