

Combat Survival

Inhaltsverzeichnis

- [I. Detaillierte Elemente und Techniken von Combat Survival](#)
 - [I.I. Überlebenstechniken in verschiedenen Umgebungen](#)
 - [I.II. Tarnung und unauffällige Fortbewegung \(Evasion\)](#)
 - [I.III. Widerstand und psychologische Resilienz](#)
 - [I.IV. Fluchttechniken und Notfallbefreiung \(Escape\)](#)
- [II. Internationale Combat Survival-Trainingsprogramme](#)
 - [II.I. USA: SERE \(Survival, Evasion, Resistance, and Escape\)](#)
 - [II.II. Großbritannien: RAF SERE \(Survival, Evasion, Resistance, and Extraction\)](#)
 - [II.III. Russland: Spetsnaz Combat Survival Training](#)
 - [II.IV. Deutschland: Überlebenstraining der EGB-Kräfte der Bundeswehr \(Einsatzkräfte für besondere Aufgaben\)](#)

Combat Survival ist ein speziell entwickeltes Konzept, das auf militärische Überlebensfähigkeiten in extrem feindlichen Umgebungen abzielt. Der Unterschied zwischen klassischem Survival und Combat Survival liegt in der zusätzlichen Bedrohung durch den Gegner und die Notwendigkeit, möglichst unauffällig zu bleiben, um die eigene Entdeckung zu vermeiden.

Combat Survival-Programme sind international auf die jeweiligen Anforderungen der Einsatzgebiete angepasst. Ob SERE-Training in den USA, extremwetterorientiertes Training der Spetsnaz oder das spezialisierte EGB-Training in Deutschland – jedes Programm bietet spezifische Techniken und Methoden, die auf den Einsatz in feindlichen und lebensbedrohlichen Umgebungen vorbereiten.

Combat Survival setzt sich in der Regel aus den folgenden Kernelementen zusammen:

- **Survival (Überleben):** Das Erlangen der Fähigkeiten, die für das Überleben in verschiedenen natürlichen und urbanen Umgebungen notwendig sind.
- **Evasion (Flucht und Umgehung):** Techniken, die darauf abzielen, entdeckt oder verfolgt zu werden, zu umgehen.
- **Resistance (Widerstand):** Methoden, um der psychologischen und physischen Belastung einer potenziellen Gefangenschaft standzuhalten.
- **Escape (Flucht):** Wissen und Techniken, um sich aus Gefangenschaft zu befreien und sicher zurückzukehren.

I. Detaillierte Elemente und Techniken von Combat Survival

I.I. Überlebenstechniken in verschiedenen Umgebungen

Combat Survival trainiert Soldaten für das Überleben in verschiedenen Umgebungen, wobei spezifische Techniken für jede Klimazone oder Landschaft vermittelt werden. Einige der wichtigsten Szenarien umfassen:

- **Wüstenüberleben:** Techniken zur Wassergewinnung und -konservierung stehen im Vordergrund. Soldaten lernen Methoden, um Wasser aus Pflanzen und Boden zu extrahieren, zum Beispiel durch das Sammeln von Tau, das Schaffen kleiner Gruben zur Kondensation oder das Abzapfen bestimmter Pflanzenarten. Sie trainieren auch, wie sie sich so fortbewegen, dass sie Schatten maximal ausnutzen und Hitzeexposition minimieren.

- **Dschungelüberleben:** Hier ist der Zugang zu Nahrung weniger kritisch, aber die Gefahr durch Feuchtigkeit und Krankheiten, wie Infektionen durch Parasiten oder Pilze, ist hoch. Soldaten lernen, wie sie Unterkünfte bauen, die vor Insekten und tropischem Regen schützen, und wie sie mit Macheten oder improvisierten Werkzeugen Pfade freischlagen, ohne Spuren zu hinterlassen. Sie üben auch das Identifizieren von essbaren Pflanzen und Insekten sowie das Vermeiden gefährlicher Tiere.
- **Arktisches Überleben:** In kalten Klimazonen konzentriert sich das Training auf das Vermeiden von [Unterkühlung](#) und Erfrierungen. Soldaten lernen Techniken zur Isolation, wie den Bau von Schneehöhlen oder Iglus, sowie Methoden zum Feuermachen unter extremen Bedingungen. Ein spezieller Fokus liegt auf Bewegungstechniken, um die Körperwärme zu regulieren und Erfrierungen an Extremitäten zu verhindern.
- **Urbanes Überleben:** In urbanen Gefahrenzonen geht es um das Überleben in besiedelten und stark überwachten Bereichen. Soldaten lernen, sich in Ruinen oder zerstörten Gebäuden zu verstecken, sichere Fluchtwege zu identifizieren und Techniken zur Tarnung und Täuschung anzuwenden, um sich unauffällig zu bewegen.

I.II. Tarnung und unauffällige Fortbewegung (Evasion)

Einer der zentralen Aspekte von Combat Survival ist die Fähigkeit, sich unentdeckt in feindlichem Gebiet zu bewegen. Dieser Punkt geht über normale Überlebenstechniken hinaus und umfasst eine Vielzahl spezieller Vermeidungs- und Tarntechniken.

- **Low-Profile Movement:** Soldaten lernen, Bewegungen zu minimieren und flach am Boden zu bleiben, um ihre Silhouette zu reduzieren. In unwegsamem Gelände oder bei dichten Bewuchs erfordert dies langsame, methodische Bewegungen und ständige Anpassung an die Umgebung.
- **Tarnung:** Die Anpassung an die Umgebung ist essenziell. Dazu gehören nicht nur Tarnkleidung und -ausrüstung, sondern auch das Einreiben mit Erde, Schlamm und Pflanzen, um den eigenen Geruch und Glanz der Haut zu reduzieren. Ziel ist es, sowohl visuelle als auch olfaktorische Spuren zu minimieren.
- **Deckung und Verstecke:** Soldaten werden darin geschult, natürliche und künstliche Deckung effektiv zu nutzen. Sie lernen, ihre Positionen regelmäßig zu wechseln und in Deckung zu bleiben, bis die Luft rein ist. Sie bewegen sich am besten in Schatten und an bewachsenen Stellen, die zusätzliche Deckung bieten.
- **Verwischen von Spuren:** Um die Verfolgung durch den Gegner zu erschweren, lernen Soldaten, ihre Spuren zu verwischen oder in schwierigem Gelände wie Flussläufen zu laufen, wo sie schwer zu verfolgen sind. Weitere Techniken umfassen das Vermeiden weicher Böden, das Verwischen von Fußabdrücken und das Anpassen der Schuhsohlen, um weniger auffällige Spuren zu hinterlassen.

I.III. Widerstand und psychologische Resilienz

Ein besonders anspruchsvoller Aspekt von Combat Survival ist die psychologische Widerstandskraft gegen Verhöre und die Belastungen einer möglichen Gefangenschaft. Dieser Teil wird als „Resistance“ bezeichnet und konzentriert sich darauf, Soldaten zu schulen, ihre mentale Stärke unter extremen Bedingungen zu bewahren.

- **Simulation von Gefangenschaft:** Um Soldaten auf mögliche Gefangennahme vorzubereiten, werden realistische Szenarien simuliert, in denen sie mit physischen und psychologischen Belastungen konfrontiert werden. Die Simulationen umfassen Schlaf- und Nahrungsentzug, Isolation und Desorientierung. Ziel ist es, Soldaten mit Techniken der mentalen Selbstkontrolle vertraut zu machen, die in Extremsituationen die Stabilität aufrechterhalten.
- **Verhörtaktiken und Widerstandstechniken:** Soldaten lernen Methoden, um taktische Informationen nicht preiszugeben, indem sie Gesprächstechniken anwenden, die auf Ablenkung und Täuschung basieren. Auch Techniken zur Stressbewältigung wie Atemkontrolle und Konzentrationsübungen werden trainiert, um ihre Gedanken und Emotionen zu kontrollieren.

- **Mentale Belastbarkeit:** Die Teilnehmer durchlaufen mentale Trainingseinheiten, um ihre [Widerstandsfähigkeit](#) gegen psychologische Manipulation zu stärken. Durch Atemübungen, Visualisierungsstrategien und mentale Disziplin wird ihnen beigebracht, unter extremen Bedingungen ruhig und gefasst zu bleiben.

I.IV. Fluchttechniken und Notfallbefreiung (Escape)

Falls eine Gefangennahme stattfindet, lernen Soldaten Techniken zur Flucht und zur sicheren Rückkehr in sicheres Gebiet. Dieser Aspekt des Combat Survival ist entscheidend, um nach einer Gefangenschaft die Freiheit wiederzuerlangen.

- **Befreiung aus Fesseln:** Soldaten lernen Techniken, um sich aus Handschellen, Kabelbindern und anderen Fesseln zu befreien. Dazu gehören der Einsatz improvisierter Werkzeuge und Techniken, um Fesseln zu manipulieren oder zu lockern.
- **Lautlose Bewegung und Navigation:** Nach einer Flucht müssen Soldaten in der Lage sein, sich unauffällig zu bewegen und zurück in sicheres Gebiet zu navigieren. Navigationsfähigkeiten ohne [GPS](#) und Karten sind essenziell, darunter Sternen- und Sonnenstandorientierung sowie das Erkennen natürlicher Orientierungshilfen.
- **Improvisation von Werkzeugen und Hilfsmitteln:** Soldaten werden darin geschult, Gegenstände in ihrer Umgebung als Hilfsmittel zu nutzen, um Fluchtwege zu schaffen oder Hindernisse zu überwinden. Sie lernen, wie sie Werkzeuge improvisieren, um Schlösser zu öffnen oder durch Zäune zu schneiden.

II. Internationale Combat Survival-Trainingsprogramme

Combat Survival-Programme sind weltweit entwickelt worden, um militärische Kräfte auf den Einsatz in verschiedenen geografischen und klimatischen Bedingungen vorzubereiten. Jedes Programm ist auf die spezifischen Anforderungen und Bedrohungsszenarien zugeschnitten, mit denen Soldaten im Einsatz konfrontiert werden könnten. Im Folgenden wird eine detaillierte Übersicht über einige der bekanntesten Combat Survival-Programme weltweit gegeben, einschließlich der Techniken und speziellen Trainingsinhalte, die sie auszeichnen.

II.I. USA: SERE (Survival, Evasion, Resistance, and Escape)

Das **SERE-Training** (Survival, Evasion, Resistance, and Escape) ist das bekannteste und umfassendste Combat Survival-Programm der US-Streitkräfte. Es wurde in den 1950er Jahren entwickelt, um Soldaten, die Gefahr laufen, hinter feindlichen Linien isoliert oder gefangen genommen zu werden, die Fähigkeit zum Überleben und Widerstand zu vermitteln. SERE ist modular aufgebaut und in verschiedene Level unterteilt, je nach Gefährdungsgrad und Einsatzbereich der Soldaten.

- **Überleben (Survival):** Die Soldaten lernen, in einer Vielzahl von Umgebungen zu [überleben](#) – von Wüsten über Dschungel bis hin zu arktischen Gebieten. Ein wesentlicher Bestandteil ist die Suche nach Wasser, Nahrung und [Unterschlupf](#). Dazu gehören Techniken wie das Erkennen von essbaren Pflanzen und das Fangen von kleinen Tieren. Die Soldaten lernen auch, Wasserquellen zu finden und aufzubereiten, indem sie es filtern oder abkochen. Der Bau von Unterständen, die an spezifische Klimazonen angepasst sind, gehört ebenfalls zu den Kerninhalten dieses Trainingsabschnitts.
- **Flucht und Umgehung (Evasion):** Der Schwerpunkt liegt hier auf der unauffälligen Bewegung und Tarnung im feindlichen Gebiet. Soldaten werden trainiert, sich ohne Geräusche zu bewegen und Deckung durch natürliche Landschaftsmerkmale wie Wälder oder Felsen zu nutzen. Sie lernen, Spuren zu verwischen, indem sie beispielsweise in Wasserläufen laufen oder weiche Böden meiden, um Fußabdrücke zu reduzieren. Tarnungstechniken werden in verschiedenen Umgebungen geübt, um die Gefahr der Entdeckung zu minimieren.
- **Widerstand (Resistance):** In dieser Phase lernen Soldaten, sich gegen Verhörtechniken und psychologische Manipulation durch feindliche Kräfte zu wehren. Realitätsnahe Szenarien simulieren Bedingungen einer möglichen Gefangenschaft, einschließlich Schlafentzug und extremen psychischen

Belastungen. Ziel ist es, die mentale Resilienz der Soldaten zu stärken und ihnen Techniken zur emotionalen Selbstkontrolle zu vermitteln.

- **Flucht (Escape):** Für den Fall einer Gefangenschaft werden Soldaten in Techniken unterrichtet, die ihnen helfen sollen, sich zu befreien und sicher zurückzukehren. Dazu gehört das [Entkommen](#) aus Handschellen und Fesseln, die Nutzung improvisierter Werkzeuge zur Manipulation von Schlössern und das lautlose Bewegen in unbekanntem Gelände. Soldaten lernen, sich auch ohne moderne Navigationsmittel wie GPS zurechtzufinden, indem sie sich an natürlichen Orientierungshilfen wie Sternen und Sonnenstand orientieren.

Das SERE-Training gilt als äußerst anspruchsvoll und wird von Eliteeinheiten wie den Navy SEALs, Army Rangers und Air Force Piloten durchlaufen.

II.II. Großbritannien: RAF SERE (Survival, Evasion, Resistance, and Extraction)

Die **Royal Air Force (RAF)** bietet ebenfalls ein SERE-Programm an, das sich auf die geografischen Besonderheiten Großbritanniens und potenzielle Einsatzgebiete in Europa und dem Nahen Osten konzentriert. Das RAF SERE-Programm bereitet insbesondere Piloten und Spezialeinheiten auf Isolation in feindlichem Gebiet vor und ist stark auf psychologische Resilienz und Überlebenstechniken in bewaldeten und bergigen Gebieten ausgelegt.

- **Überleben und Orientierung:** Soldaten lernen, sich ohne moderne Navigationsgeräte zu orientieren. In waldreichen und gebirgigen Regionen trainieren sie das Erkennen natürlicher Orientierungshilfen, darunter Sonnenstand, Sterne und landschaftliche Besonderheiten. Der Bau von Unterschlüpfen, die vor feuchtem Wetter schützen, und das Entfachen von Feuer bei Nässe sind ebenfalls wichtige Bestandteile. Die RAF legt dabei besonderen Wert auf Techniken, die schnell und effizient anwendbar sind, um die Gefahr der Entdeckung zu minimieren.
- **Umgehung und Tarnung:** In Europa, wo dichte Wälder und hügeliges Gelände die Fortbewegung erschweren können, trainieren die Soldaten unauffällige Bewegungstechniken, um Geräusche zu reduzieren und möglichst unentdeckt zu bleiben. Das RAF SERE-Training legt großen Wert auf Tarnungsstrategien, die auf unterschiedliche Vegetationen abgestimmt sind. So wird beispielsweise das Verwenden von lokalen Pflanzen als Tarnmaterial geübt.
- **Widerstand gegen Verhörtechniken:** Britische Soldaten lernen, sich gegen psychologische Belastungen und Verhörmethoden zu wehren. Dies umfasst spezielle Atemtechniken zur mentalen Stabilisierung und Strategien zur Verschleierung von Informationen. Die RAF legt dabei besonderen Wert auf Techniken der mentalen Resilienz, die den Soldaten helfen, in isolierten und psychisch extrem belastenden Situationen Kontrolle über ihre Emotionen zu bewahren.
- **Extraktionstechniken:** Der letzte Teil des Trainings ist darauf ausgerichtet, nach einer Gefangennahme erfolgreich zu fliehen und extrahiert zu werden. Der Fokus liegt auf der unauffälligen Bewegung nach einer Flucht und der Nutzung natürlicher Ressourcen, um Deckung zu finden und sichere Fluchtwege zu planen.

Das RAF SERE-Training ist bekannt für seine psychische Intensität und bereitet die Soldaten auf Extremsituationen in europäischen und nahöstlichen Gefahrenzonen vor.

II.III. Russland: Spetsnaz Combat Survival Training

Das Combat Survival Training der **Spetsnaz**, der russischen Spezialeinheiten, ist auf extreme körperliche und mentale Härte ausgelegt. Die russischen Soldaten trainieren häufig in extrem kalten Gebieten und arktischen Regionen, was besondere Anforderungen an die Überlebensfähigkeiten stellt. Das Spetsnaz-Training unterscheidet sich von westlichen Programmen durch seinen hohen Fokus auf physische Belastung und den Einsatz traditioneller russischer Überlebenstechniken.

- **Überleben in extrem kalten Klimazonen:** Der Fokus liegt auf Techniken zur Kälteisolierung, dem Schutz vor Erfrierungen und dem Feuermachen in eiskalter Umgebung. Soldaten lernen, Schneehöhlen oder Iglus zu bauen, um sich vor dem Wind und extrem niedrigen Temperaturen zu

schützen. Ein weiterer wichtiger Bestandteil ist das Sammeln und Schmelzen von Schnee als Wasserquelle, das jedoch nur mit geeigneten Filtern erfolgt, um Verunreinigungen zu vermeiden.

- **Physische Belastbarkeit und Nahkampftraining:** Im Gegensatz zu anderen Programmen legt das Spetsnaz Combat Survival Training großen Wert auf Nahkampftechniken und physische Härte. Soldaten werden in Systema, einer traditionellen russischen Kampfkunst, ausgebildet, die auf Beweglichkeit, präzise Kontrolle und die Nutzung der Kraft des Gegners setzt. Auch unter extremer Erschöpfung werden Nahkampftechniken trainiert, um die Soldaten auf mögliche physische Konfrontationen in Extremsituationen vorzubereiten.
- **Mentale Resilienz:** Durch gezielte psychische und physische Belastung, z. B. durch Schlafentzug und harte Trainingseinheiten, werden die Soldaten auf die mentalen Herausforderungen einer Gefangenschaft und Isolation vorbereitet. Sie lernen spezielle Atemtechniken und mentale Strategien, um auch unter großem Stress die Kontrolle zu bewahren und sich auf ihre Mission zu konzentrieren.

Die Spetsnaz gelten weltweit als besonders belastbar und robust, und ihr Combat Survival-Training ist dafür berüchtigt, körperliche und psychische Grenzen auszutesten und die Soldaten auf Extrembedingungen vorzubereiten.

II.IV. Deutschland: Überlebenstraining der EGB-Kräfte der Bundeswehr (Einsatzkräfte für besondere Aufgaben)

Die **Bundeswehr** bietet ihren spezialisierten EGB-Kräften (Einsatzkräfte für besondere Aufgaben) ein umfassendes Combat Survival-Training, das auf die geografischen und klimatischen Bedingungen Europas abgestimmt ist. Das Training bereitet die Soldaten auf Einsätze in dicht bewachsenen Wäldern, bergigem Gelände und urbanen Umgebungen vor.

- **Tarn- und Verstecktechniken:** Die Soldaten trainieren, sich an die Vegetation und Topografie Europas anzupassen. Sie lernen, Spuren zu minimieren und sich im dichten Wald- und Berggelände unauffällig zu bewegen. EGB-Kräfte nutzen lokale Materialien wie Laub, Schlamm und Vegetation, um sich zu tarnen und ihre visuelle Präsenz zu reduzieren.
- **Unauffällige Bewegung und Fluchtaktiken:** EGB-Soldaten werden geschult, sich in feindlichem Gebiet leise und vorsichtig zu bewegen und dabei Deckung und Schatten zu nutzen. Techniken zur geräuschlosen Fortbewegung, insbesondere bei Laub und trockenen Ästen, sind essenziell. Soldaten lernen außerdem, sich strategisch zurückzuziehen und potenzielle Verfolger abzuschütteln.
- **Notfallmedizin und Eigenversorgung:** Da die Einsatzgebiete der EGB-Kräfte oft abseits von medizinischer Versorgung liegen, werden die Soldaten intensiv in Erster Hilfe und Notfallmedizin ausgebildet. Dazu gehören improvisierte Techniken zur Blutstillung, Verbandswechsel und die Nutzung von Pflanzen zur Behandlung von Wunden und Infektionen. Die medizinische [Selbstversorgung](#) hat hohen Stellenwert, da die EGB-Kräfte oft lange Zeit ohne Unterstützung im Einsatz sind.

Das Combat Survival-Training der Bundeswehr ist stark auf die geografischen Anforderungen Europas zugeschnitten und legt großen Wert auf Eigenständigkeit und Improvisation in extremen Bedingungen.