



Besøgsdag på Dragonkasernen ved V Uddannelsesbataljon



©Kasper Nielsen - v/Uddannelsesbataljon JDR



©Kasper Nielsen - v/Uddannelsesbataljon JDR



©Kasper Nielsen - v/Uddannelsesbataljon JDR



©Kasper Nielsen - v/Uddannelsesbataljon JDR

Lørdag den 4. marts 2023

Invitation

Som kommende værnepligtig ved Jydske Dragonregiment, **HOLD AUGUST 2023**, indbydes du hermed til besøgsdag for kommende værnepligtige på Dragonkasernen, lørdag d. 4. marts 2023 kl. 09:30.

På denne dag vil du have mulighed for at se dit kommende tjenestested, som vil være rammen for fire måneders hektisk og medrivende uddannelse. Du vil blive orienteret om uddannelsen og hvad du bør gøre som forberedelse op til indkaldelsesdagen. Derudover du kommer til at prøve et par af vores fysiske test. Alt sammen har til formål, at du får det bedst mulige forløb i forbindelse med tjenesten som soldat.

Besøgsdagen afholdes i forbindelse med Pårørendedag for vores nuværende værnepligtige.

Der vil på dagen være mulighed for at se forskelligt materiel, samt hvor du skal bo i fire måneder. Der vil være diverse aktiviteter gennemført af personel fra værnepligtsenheder ved V UDDBTN.

Dagen er dermed en god mulighed for dig, og dine pårørende, til at få en god og oplevelsesrig lørdag samtidig med, at du bliver klogere på den verden, der bliver din virkelighed til august.

Thomas Schmidt
Oberstløjtnant
Bataljonschef V JDR

Kontakt ved spørgsmål:
JDR-KTP-5UDDBTN@MIL.DK

Dagens program

- 0930: Ankomst til kasernen
(modtagelse ved hovedvagten og samling jf. kort)
- 0930-0945: Samling af kommende værnepligtige, som anvist på kort. Her gives instruks for dagens program.**
- 1000-1045: Mulighed for at se opstillede udstillinger, materiel samt indkvarteringsforholdene ved værnepligtseskadronerne.
- 1100-1200 Velkomst i **Auditorium S**. Herefter oplæg omhandlende tjenesten som værnepligtig og fysisk træning.
- 1200-1330 Gennemførelse af fysisk test.
- 1330-1400 Bad og omklædning. samt mulighed for at se dele af uddannelsen på display ved værnepligtsenhederne.
- 1400 - : Egen mulighed for at se udstillinger, materiel m.v. til pårørendedagen.

Bespisning:

Ved rettidig tilmelding modtager kommende værnepligtige en madpakke på dagen. Denne madpakke udleveres kl. 11.00 som del af velkomsten. Medfølgende pårørende henvises til Dragonkasernens cafeteria, hvor der udbydes buffet efter betaling.

Cafeteriet vil være åbent i tidsrummet 1100-1330, hvor der vil være mulighed for indkøb af frokost/eller indtagelse af medbragt madpakke for pårørende.



Belastningsforebyggelse: I Uddannelsesbataljonen oplever vi ved gennemførelse af hvert hold værnepligtige, at vi bliver nødsaget til at hjemsende folk i utide grundet overbelastningsskader. For at give dig de bedste muligheder for forberedelse forud for aftjening af din værnepligt/-ret gennemføres der derfor et program for, hvordan du forbereder dig bedst inden indkaldelsesdagen.

Efterfølgende vil der blive gennemført en kort (vejledende) fysisk test og en løbetest, så du kan få testet din nuværende fysiske tilstand. Testen vil give dig en god indikation på, hvor du evt. skal forbedre dig fysisk samt hvordan du skal træne inden første mødedag. .

Du skal derfor ved fremmøde medbringe idrætstøj, løbesko, håndklæde/sæbe og skiftetøj. Det kan være en fordel at være iklædt allerede ved ankomst.

Der vil være mulighed for bad og omklædning før/efter test.

BASISKRAV						
	UDHOLDENHED (UHT)		STYRKE (ST)			
	12 MIN	BIBTEST	SPLIT SQUAT	DIPS PÅ BÆNK	TRÆK TIL BRYST	BUR-PEES
ALDER	Meter	Niveau	Sæt x reps	Sæt x reps	Sæt x reps	Sæt x reps
-49	2200	8,3	3 x 15	3 x 15	3 x 5	1 x 15
50-59	2000	6,9	3 x 12	3 x 12	3 x 3	1 x 10
60-	1800	5,9	3 x 10	3 x 10	3 x 2	1 x 5

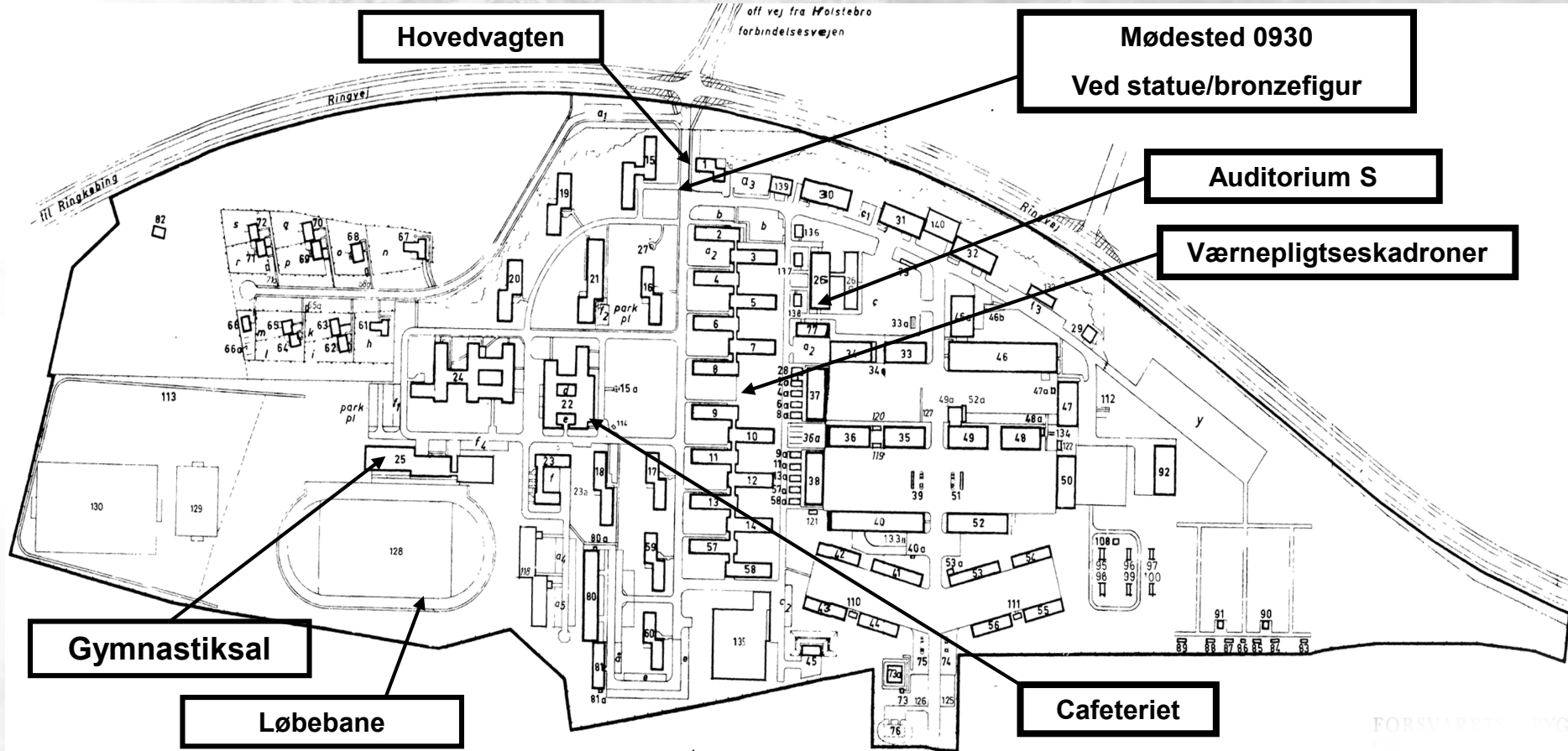


TILKØRSELSVEJE TIL DRAGONKASERNEN

GPS: Dragonkasernen 1



Dragonkaserne



Praktiske detaljer

- Husk idrætstøj, håndklæde mv.
- Kom i god tid, da der vil være mange gæster på dagen.
- Parkering vil blive anvist ved ankomst.
- Det er en fordel at komme i så få biler som muligt grundet begrænset parkeringskapacitet.
- Der bestilles kun madpakker til kommende værnepligtige, så pårørende skal selv medbringe frokost eller købe det i kantinen.
- Spørgsmål omkring dagen kan stilles på: **JDR-KTP-5UDDBTN@MIL.DK**