

Fysiska krav för anställning i insatsenhet

Före anställning i insatsenhet skall berörd personal ha genomfört aktuellt tilläggskrav FM Fysiska Standard (FM FysS), se nedan. Genomförandet får vid anställningstillfället inte vara äldre än 1år. Resultatet ska utgöra ett underlag för anställning samt ge chef för insatsenhet en uppfattning av den fysiska förmågan vid enheten.

Personal ur Försvarsmakten, genomför test vid eget förband, eller aktuell tjänstgöringsplats och uppvisar intyg om godkänt test i samband inryckning.

Rekryterad personal genomför test vid närmaste utbildningsplattform om möjlighet ges och uppvisar intyg om godkänt test i samband inryckning. För övrig personal genomförs test i samband med inryckning på LG.

FM FysS Tilläggskrav markstrid:

Indelning i personalgrupper O, A, B, C och D.¹

Grupp	Personal/enheter
O	Personal ingående i: <ul style="list-style-type: none">• Headquarter-personal (HQ)²• Regional Command (RC) stab• Expeditionary Air Wing (Stabs-, Cargo-, teknisk-personal)• National Support Element (NSE)• Provincial Reconstruction Team (PRT) -stab• Liaison Monitoring Team (LMT) (personal tjänstgörande i stab och på Camp (motsv.))• Personal ingående i stab motsvarande OHQ-, SSR-, FHQ-nivå.• Militära observatörer tjänstgörande i FN, EU, NATO, OSSE (HQ)³• Sjukvårdspersonal tjänstgörande på Camp (motsv.)• Fältartister⁴
A	Personal ingående i: <ul style="list-style-type: none">• Reparationspluton• Transportpluton• Stabs/trosspluton• Sjukvårdspersonal/Sjuktransportgrupper• Militärpolis/stabspersonal (inre-tjänst)

¹ Kategori O är en ny personalgrupp, avseende krav på grupperna A, B, C och D hänvisas till FMFysS.

² Avser stabspersonal tjänstgörande i ISAF/KFOR-HQ, motsvarande, vilket inte inkluderar National Intelligence Cell (NIC-personal).

³ Avser MilObs. som tjänstgör på motsvarande OHQ/FHQ nivå.

⁴ Vad avser Fältartister regleras detta i särskild skrivelse (kommande).

	<ul style="list-style-type: none"> • Sjukvårdspersonal/plutons och gruppnivå • National Intelligence Cell-personal (NIC) • Regional Observation Monitoring Liaison Team (RMLT) • Militära observatörer (vilka ej tjänstgör vid HQ) • Electronic Warfare-tropp (EW) • Framskjuten Kirurgisk Förmåga (FKF)⁵
B	<p>Personal ingående i:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Provincial Office (PO) • Mekaniserad skyttepluton • Amfibieskyttepluton • Skyttepluton • Liaison Monitoring Team (LMT), utbildningsansvariga (trupptjänst) • Flygsamverkansgrupp (TAC-P) • SUAV/UAV-grp⁶ • PSYOPS (Tactical team) • Militärpolis (MP) (yttre-tjänst) • Ammunitionsröjnings-tropp/grupp (EOD/IEDD) • Luftvärnstropp • Ingenjörspluton • Lednings och sambandspluton • Observation Monitoring Team (OMLT)⁷ • Flygbassäkerhetspluton • Vakt och eskortpluton/grupp
C	<p>Personal ingående i:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Vessel Protection Detachment (VPD) • Field Human Team⁸ • Observation Monitoring Team (OMLT)⁹ • Personskyddsgrupp (Militärpolis, Livvakt) • Närskydds-tropp/grupp
D	<p>Personal ingående i:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Spaningspluton • Kustjägarpluton • Jägarpluton • Flygbasjägarpluton • RAVEN-team

⁵ Personal ingående i FKF likställs med sjukvårdspersonal/plutons och gruppnivå.

⁶ Personalen likställs med flygsamverkansgrupp

⁷ OMLT personal som tjänstgör i nivå bataljon och högre förband/stab.

⁸ Field Human Team används som samlingsnamn för exempelvis förbandstyper såsom: Military Observation Team (MOT), Swedish Coordination Observation team (SCOT).

⁹ OMLT personal som tjänstgör på bataljonsnivå och lägre förband, alternativt med placering direkt mot eller i ett förband eller självständigt uppträdande.

Om en ny befattning uppstår, skattas den in i personalgrupperna 0, A, B, C eller D efter samråd med INSS J1.

- Flygande personal enligt FOM (Flygoperationell Manual för Försvarsmakten).
- Personal kommenderingsbar som vattendykare, rök- och kemdykare enligt gällande regler FM FysS tilläggskrav.
- Sjögående personal enligt gällande regler FM FysS tilläggskrav.
- För GSU-US gäller att motsvara de krav på fysisk prestationsförmåga för sökt befattning eller den befattning som skall bestridas.
- Egen rotationsutbildning (ER) genomförs slutttest under vecka 2.

Krav:

Grupp	
0	Genomför löptest 3000 meter alternativt Beepstest Krav för löptest 3000 meter är 15 minuter, kravet för Beepstest är nivå 8.8.

Grupp	Fälttest 2000 m Officer	Fälttest 2000m Soldat	Multitest styrka
A	13 min 30 sek	13 min 30 sek	125 poäng
B	12 min 30 sek	13 min 30 sek	175 poäng
C	11 min 30 sek	12 min 30 sek	175 poäng
D	10 min 15 sek	11 min 30 sek	300 poäng

Avsteg

Taktisk chef kan medge avsteg från kravnivåer avseende fysisk prestationsförmåga enligt ovan, för personer vid anställning.

Lägsta krav för anställning i insatsenhet

Fälttest: Löpning 2000 m i stridsutrustning under 13 minuter 30 sekunder. Motsvarar ungefär 3000m på 15 min för en person på ca 75 kg.

Multitest styrka: Alla nedanstående deltester genomförs i en följd inom 45 minuter. Kravet för godkänt Multitest är att miniminivån i samtliga deltester uppnås, samt att sammanlagt minst 125 poäng uppnås. Du samlar poäng genom att göra fler antal, cm eller sekunder på varje deltest. Högsta antalet poäng per deltest är 100. Du genomför deltesterna i följande ordning:

Push-ups

Minst 8 max 28, du får 5 poäng för varje upprepning över 8.



Sit-ups

Minst 10 max 60, du får 2 poäng för varje upprepning över 10.



Vertikala upphopp

Minst 30 max 50, du får 5 poäng för varje centimeter över 30.



Rygghäng

Minst 60 max 160, du får 1 poäng för varje sekund över 60.



Armhäng

Minst 15 max 65, du får 2 poäng för varje sekund över 15.

