



# מנחה מספר 010

## הוראות בטיחות למסעות ותיק מסגרת למסע

<b>יולי 2024</b>	כל המוסר תוכן מסמך זה, כולו או מקצתו, לדיעת האנשים שאינם מוסמכים לכך עובר על חוקי המדינה. המוצא מסמך זה נדרש למסרו לתחנה הקרובה ביותר של משטרת ישראל או משטרה צבאית.	<b>סיוון התשפ"ד</b>
------------------	--	---------------------

### הוראות בטיחות למסעות ומנחה להכנה ולביצוע מסעות

1. הוראת הפיקוד העליון (הפ"ע ז"י) קובעת כי קחצ"ר, הינו בעל האחריות והסמכות לתחום הכושר הגופני והכושר הקרבי, לרבות המיונים הפיזיים והגיבושים – ובתוכו מסעות, המתבצעים על ידי יחידות צה"ל השונות.
2. מנחה זה מאגד בתוכו את הוראות הבטיחות למסעות וכן הנחיות ודגשים המתבססים על ניסיון מצטבר בתאונות אימונים בצה"ל, ונועדו לסייע לך המפקד/ת בתכנון האימון והוצאתו לפועל.
3. תכנון המסע בהתאם לאמור במנחה זה, תביא אותך המפקד/ת ואת הכפופים לך לרמת מוכנות גבוהה טרם המשימה. לשם כך, קיימת חשיבות רבה לביצוע הכנות מקדימות לרבות מעקב אחר סרגל מאמצים, ביצוע בדיקות רפואיות מקדימות, נוהל רוויה, החזר נוזלים מזון ומלחים במהלך המסע, שעות שינה וכיו"ב.
4. במנחה זה ישנן הכוונות להוראות ישימות נוספות בכרכי הבטיחות וכן להוראות קחצ"ר בנושא כושר קרבי. מנהל המסע יודא הכרתם, לימודם, הטמעתם ויישומם בתיק המסע ובביצוע המסע.
5. שימוש במנחה זה, אינו פוטר את המפקדים מלימוד, הטמעה ויישום הוראות הבטיחות הרלוונטיות בכרכי הבטיחות.
6. שימוש נכון, נכון ויעיל יבטיח מסע מוצלח ובטוח.
7. לשימושכם/בהצלחה.

עמוד 3 מתוך 39  
בלמ"ס  
(שמור [לפחות] לאחר מילוי)

**תוכן עניינים**

עמוד	נושא
<b>חלק א' - כללי</b>	
4	הגדרות
6	בעלי תפקידים במסע וסמכויותיהם
<b>חלק ב' - תכנון המסע וביצועו</b>	
11	תכנון המסע
14	שיטת ביצוע המסע וקצבו
<b>חלק ג' - נספחים</b>	
24	נספח א' - המלצות תזונתיות
<b>חלק ד' - מסגרת לכתיבת תיק מסע</b>	
26	דף אישורים
27	חלק א' - כללי
29	חלק ב' - היערכות, תכנון והכנות למסע
31	חלק ג' - תכנית בטיחות
35	נספח 24

## חלק א' - כללי

### הגדרות

1. במנחה זה:
- א. **הפסקה** - שלב של הפוגה או עצירה קצרה בפעילות ממושכת המיועדת להפגת חוס הגוף שנצבר בפעילות, לשתייה, לאכילה, לעשיית צרכים, לריענון וכד'. ההפסקה תתבצע בשהייה ללא ציוד (כגון תיק לאו, מנשאים או פק"לים), הורדה או השארת הווסט או האפוד תהיה בהתאם לשיקול דעת מנהל התרגיל.
- ב. **חייל כושל** - חייל המראה סימני תשישות ניכרים ביחס למצופה ו/או ביחס לשאר החיילים המשתתפים בפעילות, לרבות: נסחב מאחור, חש ברע, חולשה, ערפול, כאבי שרירים, הקאה.
- ג. **מנוחה** - עצירה מוחלטת של פעילות. המנוחה תתבצע בשהייה ללא ציוד (לרבות אפוד/ווסט, קסדה וכד') ובמהלכה תינתן לחייל אפשרות לשבת או לשכב, מבלי שיתבקש לבצע פעילות גופנית כלשהי.
- ד. **מסע** - תנועת גייסות, ברגל ובסדר מוגדר, עם וללא נשיאת משקל בקצב מוגדר. סוגי הקצב והמרחקים במסעות מוגדרים **בהוראת כושר גופני מס' 1 "סרגל דירוג למאמצים גופניים ביחידות צה"ל"**.
- פירוט סוגי המסעות:
- 1) **מסע אלונקות** - מסע בו חיילים נושאים אלונקה אשר עליה חייל או מטען (המדמה משקל נשיאת פצוע).
- 2) **מסע רגיל או מזורז** - תנועת גייסות רגלית עם ציוד קרבי או בלעדיו מנקודת יעד אל נקודה מוגדרת על בסיס ציר מתוכנן.
- 3) **מסע משולב** - מסע הכולל לפחות שני סוגי מסעות כמפורט לעיל.
- ה. **רכב פינוי** - רכב המאפשר כניסה לשטח הפעילות עד לקרבת הנפגע ופינויו בשכיבה ע"ג אלונקה, תוך אפשרות לטיפול בו במהלך הפינוי. במידת הצורך, רכב זה יהיה 4X4 ויצויד במ.ק.
- ו. **רכב פינוי בישיבה** - רכב המאפשר כניסה לשטח הפעילות עד לקרבת הנפגע ופינויו בישיבה, תוך אפשרות לטיפול בו במהלך הפינוי. במידת הצורך, רכב זה יהיה 4X4.
- ז. **תיק מסע** - תיק המהווה תוכנית לניהול סיכונים בביצוע מסע המרכז הוראות, מגבלות והנחיות לביצוע מסע, אישור הציר, סדרי פינוי, התאמה למגבלות מו"א, התראות הקשורות לביטחון אמת, אשר יכתבו ויאושרו ע"י מתכנן ומאשר המסע.
- ח. **תנועת גייסות בתרגיל** (מסע כחלק מאימון) - תנועת גייסות כחלק מתרגיל או אימון או לאחריו (לרוב אימון תמרון), עם ציוד או בלעדיו (כגון: נסיגה, תנועה מרוכזת אל או משטח היערכות, שהייה, סוף תרגיל). באימון יסוד או ביחידת מילואים - עד 5 ק"מ משוקלל, באימון מתקדם וביחידות סדירות - עד 10 ק"מ משוקלל.

### מטרה

2. להורות על הוראות הבטיחות בהוצאת מסע ועל אופן ביצועו.

### כללי

3. מסע הינו אימון הכולל תנועת גייסות בעצימות משתנה ומטרתו לחזק את חוסן המתאמנים.
4. לכל סוג מסע יוגדרו המטרה וההקשר המבצעי וכל זאת על מנת להכין את הלוחמים למצבי אמת.
5. המסע כולל בתוכו סיכונים כגון: חבלות, פגיעות אקלים, חוסר תיאום בין כוחות וכד'.

עמוד 5 מתוך 39  
בלמ"ס  
(שמור [לפחות] לאחר מילוי)

6. לכל מסע ייכתב "תיק מסגרת למסע" כאמור בחלק ד' במנחה זה.
7. מנחה זה הינו בנוסף להוראות הבטיחות והוראות המקצועיות הבאות:
  - א. הוז"י 06.01.01 - "שטחי אש ביבשה".
  - ב. הוראות קחצ"ר:
    - 1) הוראה מספר חי"ר/כ-03 "אימון עומס מוגבר וכתובת פקודה שבועית".
    - 2) הוראת כושר גופני מספר 7 "כושר גופני וקרבי בהכשרות בשגרה ובחירום".

## בעלי תפקידים במסע וסמכויותיהם

### 1. הגדרת בעלי תפקידים

- א. **מפקד מסע** - מפקד הכוח הנע רגלית במסע, והינו ה"מפקד אחראי" כמוגדר [בהוראה 2.2 "ממלאי תפקיד בתחום הבטיחות ואחריותם באימונים ובתרגילים"](#) בכרך א'.
- ב. **מנהל מסע** - מפקד שמינתה הסמכות המאשרת את תיק המשימה לתכנון המסע בהתאם למסגרת המסע ובהתאם לטבלת הסמכויות במנחה זה.
- ג. **מאשר תיק המסע** - קצין הבכיר ממפקד המסע, בעל סמכות פיקודית על הכוח המתאמן, המאשר תיק מסע בהתאם לאמור בסעיף 3 "סמכויות לאישור מסע וניהולו".
- ד. **חובש, מטפל בכיר, רכב פינני** - כהגדרתם [בהוראה 2.7 "רפואה באימונים"](#) בכרך א'.
- ה. **חפ"ק מסע** - חוליית פיקוד האחראית על השליטה במסע ועל הפינני הרפואי בו, לרבות צוות רכוב המשמש לליווי וניהול המסע.

### 2. בעלי תפקידים - תפקידים, אחריות וסמכות

- א. **מפקד המסע**
  - 1) אחראי על מערכת ההכנות של המסע והכנת הכוח והתאמתו לסוג המסע.
  - 2) ישמש כ"מפקד אחראי" של הכוח ויפעל בהתאם לאמור [בהוראה 2.2 "ממלאי תפקיד בתחום הבטיחות ואחריותם באימונים ובתרגילים"](#) בכרך א'.
  - 3) מפקד המסע לא יוכל לשמש כמנהל המסע במקביל.
- ב. **מנהל מסע**
  - 1) מנהל המסע יוסמך לנהל אימון זה על פי המוגדר [במנחה 004 "הסמכת מנהל תרגיל"](#) בהוצאת מבק"א יבשה.
  - 2) ישמש כ"מנהל התרגיל" של הכוח ויפעל בהתאם לאמור [בהוראה 2.2 "ממלאי תפקיד בתחום הבטיחות ואחריותם באימונים ובתרגילים"](#) בכרך א'.
  - 3) מנהל המסע יבצע סיור ויאשר בשטח את המסע טרם ביצועו.
  - 4) מנהל המסע ינהל את המסע ברכב החפ"ק או בתנועה רגלית כאשר נציג מטעמו נמצא ברכב החפ"ק. נציג זה יהיה קצין או נגד אשר בקיא בציר התנועה, בהוראות הקשר, דרכי הפינני והנחתת מסוק.
  - 5) במסע מסכם הכשרה או במסע הכולל 2 פלוגות ומעלה, באם מנהל המסע נע רגלית הנציג בחפ"ק יהיה קצין.
  - 6) מנהל המסע לא יוכל לשמש כמפקד המסע במקביל.
  - 7) טרם המסע יתעדכן באשר לתנאי מזג האוויר הצפויים, עפ"י מידע יומי מול חמ"ל הרפואה הפיקודי או הזרועי או באמצעות שירותי המטאורולוגיה האזרחית. בתחילת המסע ובמהלכו יתעדכן עפ"י מדידה בשטח (המדידה בשטח תבוצע על ידי גורם רפואי באמצעות מכשיר "קסטרל").
  - 8) יתחשב בתנאי מזג האוויר ששררו במהלך היום ובתנאי מזג האוויר הצפויים, וכן בפעילות אותה ביצעו החיילים טרם היציאה למסע, יקבע תנאים לביצוע לאחר ניהול סיכונים וייתיעץ עם גורמים מקצועיים ביחידתו לרבות אימון גופני וגורמי רפואה.

עמוד 7 מתוך 39  
בלמ"ס  
(שמור [לפחות] לאחר מילוי)

ג. מאשר תיק המסע

- 1) תפקידיו ואחריותו בהתאם לאמור בהוראה 2.3 "סמכויות ומגבלות לאישור תרגיל ותיק משימה לתכנון תרגיל", בכרך א'.
- 2) תיק מדף למסע יאושר על ידי מפקד בדרגת סא"ל לפחות.
- 3) מאשר את היציאה למסע בסמוך למועד ביצועו ועד שעתיים טרם היציאה, תוך התחשבות בתנאי מזג האוויר ובפעילות אותה ביצעו החיילים טרם היציאה למסע.

ד. חובש / מטפל בכיר

- 1) ימצא ברכב החפ"ק או ברכב הפינוי, תפקידו להגיש עזרה ראשונה, לפנות נפגעים בעת הצורך ולבדוק את מצבם של החיילים במהלך המסע.
- 2) **החובש או הגורם הרפואי יצויד בפק"ל חובש/מטפל בכיר מלא.**
- 3) **מדידת עומסי חום וקור:**
  - א) בטרם המסע יבצע מדידת עומס חום או קור בשטח המסע בו מתאמנת המסגרת.
  - ב) המדידה תבוצע באמצעות מכשיר "קסטרל" בהתאם להוראת קרפ"ר 602.003.1 "שימוש במכשיר קסטרל להגדרת תנאי אקלים".
  - ג) במהלך המסע תתבצע מדידה בכל 3 שעות.
  - ד) **בעומס חום מעל 24.0 יחידות אי-נוחות (יא"נ) ובעומס קור בדרגה 1 ומעלה, יוודא מדידה של עומס החום או הקור בטרם ובמהלך המסע כל 60 דקות ויפעל בהתאם לתוצאה.**

ה. רכב חפ"ק ורכב פינוי למסע

- 1) **רכב חפ"ק**
  - א) על החפ"ק למסע, יפקד מנהל המסע או נציגו במידה ונע רגלית.
  - ב) במסעות עד 15 ק"מ משוקלל ועד מרחק של 10 ק"מ מהבסיס - צוות החפ"ק אינו מחויב להיות רכוב.
  - ג) במסעות מעל 15 ק"מ משוקלל או בהתרחקות מעל 10 ק"מ מהבסיס **חלה החובה** על צוות החפ"ק להיות רכוב ולהימצא בשטח המסע.
  - ד) ציוד חובה בחפ"ק:
    - 1) תיק המסע.
    - 2) מכשיר קשר תקין, מכשיר קשר רזרבי וציוד להחלפה (סוללות, מתאמים, מע"דים וכיו"ב).
    - 3) מכשיר טלפון נייד (צבאי / אזרחי) לאירוע בו נדרש המפקד לחבור רגלית לנקודה ולנהל את החפ"ק.
    - 4) הוראות קשר מרחביות, מספרי טלפון חיוניים ביחידה ובמרחב.
    - 5) אמצעי תאורה חזק לצורך הפסקת המסע ולחיפושים, כגון:
      - א) מטול תאורה M-203 ופצצות תאורה.
      - ב) זרקור עזר חשמלי (מחובר לשקע 24) וכן זרקור עזר נייד עם גיבוי סוללות.
      - ג) פנס 'גששים'.
      - ד) ערכת הנחתה למסוק.
      - ה) חבל אישי באורך 15 מ'.
- 2) **רכב פינוי**
  - א) ברכב הפינוי יימצא הציוד הבא:
    - 1) 5 מיכלי מים 20 ליטר סה"כ 100 ליטר לחירום, מלבד מים לשתיה.

**עמוד 8 מתוך 39**  
**בלמ"ס**  
**(שמור [לפחות] לאחר מילוי)**

(2) בחורף פק"ל קור הכולל: 20 שקיות חימום, 2 שקי שינה או סקביאס, 2 זוגות מדי ב' יבשים, 2 שמיכות מילוט.

(3) אלונקה.

(4) מכשיר "קסטרל".

(5) מכשיר קשר תקין, מכשיר קשר רזרבי וציוד להחלפה (סוללות, מתאמים, מע"דים וכיו"ב).

(ב) כל רכב היוצא למסע יכול ציוד מלא לרכב (כלי נהג, גלגל רזרבי, רישיון רכב וכיו"ב).

(3) **רכב הפינוי ורכב החפ"ק יוכלו לשמש כרכב אחד למשימה כאשר רכב זה מקיים את כלל הדגשים המוגדרים לרכב חפ"ק ורכב פינוי יחדיו.** יובהר בזאת כי אין לקיים מסע ללא נוכחות חפ"ק כאמור לעיל או רכב פינוי שנמצא בצמוד לכוח.

(4) **במסע מסכם הכשרה או מסע כומתה או במסע של שתי פלוגות ומעלה על אותו ציר** ניהול רכבי הפינוי והחפ"ק יהיו באופן הבא:

(א) כלל רכבי הפינוי ינוהלו ע"י מנהל המסע או קצין מטעמו. הרכבים ינועו בציר המסע או בכביש סמוך.

(ב) בסיוור המקדים למסע יש לתכנן את צירי התנועה, צירי הפינוי וצירי החבירה בכל נקודה במסע. יש לבדוק את יכולת העבירות של רכבים אלו בהתאם לתנאי המז"א והקרע.

(ג) **במסע מעל 2 פלוגות** יהיו רכבי פינוי נוספים בישיבה (רכב לבן/סופה וכד'), במפתח של רכב 1 לפלוגה. רכב החפ"ק של מנהל המסע לא יחשב כרכב פינוי בישיבה.

(ד) מנהל המסע ינוע רכוב ברכב החפ"ק כאשר נמצא איתו חובש ברכב.

(ה) להלן פירוט כמות החובשים ורכבי הפינוי (בשכיבה ובישיבה):

תנאי להמשך המסע בעת פינוי	חובשים / מטפל בכיר	רכבי פינוי וסוגיהם	כמות פלוגות במסע
הימצאות רכב פינוי שכיבה אחד לפחות בשטח המסע	מטפל בכיר ברכב פינוי חובש ברכב חפ"ק	2 רכבי פינוי בשכיבה	2
הימצאות רכב פינוי אחד לפחות בשטח המסע	מטפל בכיר ברכב פינוי בשכיבה חובש ברכב חפ"ק חובש ברכב פינוי או רגלי (עם הכוח)	2 רכבי פינוי בשכיבה 1 רכב פינוי בישיבה	3
הימצאות שני רכבי פינוי (אחד בשכיבה ואחד בישיבה) בשטח המסע	מטפל בכיר ברכב פינוי בשכיבה חובש ברכב חפ"ק 2 חובשים ברכב פינוי או רגלי (עם הכוח)	2 רכבי פינוי בשכיבה 2 רכב פינוי בישיבה	4
	מטפל בכיר ברכב פינוי בשכיבה חובש ברכב חפ"ק 3 חובשים ברכב פינוי או רגלי (עם הכוח)	2 רכבי פינוי בשכיבה 3 רכב פינוי בישיבה	5
	מטפל בכיר ברכב פינוי בשכיבה חובש ברכב חפ"ק 4 חובשים ברכב פינוי או רגלי (עם הכוח)	2 רכבי פינוי בשכיבה 4 רכב פינוי בישיבה	6
	מטפל בכיר ברכב פינוי בשכיבה חובש ברכב חפ"ק 5 חובשים ברכב פינוי או רגלי (עם הכוח)	2 רכבי פינוי בשכיבה 5 רכב פינוי בישיבה	7
	מטפל בכיר ברכב פינוי בשכיבה חובש ברכב חפ"ק 6 חובשים ברכב פינוי או רגלי (עם הכוח)	2 רכבי פינוי בשכיבה 6 רכב פינוי בישיבה	8

**עמוד 9 מתוך 39**  
**בלמ"ס**  
**(שמור [לפחות] לאחר מילוי)**

**3. סמכויות לאישור מסע וניהול**

מסע משולב			מסע מזורז/אלונקות			מסע רגיל			בעלי תפקידים רמת המסע
מפקד מסע (נע בראש הכוח)	מנהל מסע (חפ"ק רכוב / רגלי)	מאשר תיק המסע	מפקד מסע (נע בראש הכוח)	מנהל מסע (חפ"ק רכוב / רגלי)	מאשר תיק המסע	מפקד מסע (נע בראש הכוח)	מנהל מסע (חפ"ק רכוב / רגלי)	מאשר תיק המסע	
מ"מ	סמ"פ	מ"פ	סמל מחלקה	מ"מ	מ"פ	מ"כ	מ"מ	מ"פ	כיתה עד מחלקה (לא כולל)
		בקיץ מעל 10 ק"מ או מסע מעל 40 ק"מ משוקלל - מג"ד			מסע מ - 5 ק"מ ועד 8 ק"מ ע"י מג"ד			<ul style="list-style-type: none"> <li>בקיץ מעל 10 ק"מ או מסע מעל 30 ק"מ משוקלל - מג"ד.</li> <li>במסלולי הכשרה - מפקד ההכשרה בדרגת רס"ן</li> </ul>	
מ"מ - עד פלוגה (לא כולל) סמ"פ - פלוגה	סמ"פ לפחות	מג"ד	מ"מ - עד פלוגה (לא כולל) סמ"פ - פלוגה	סמ"פ לפחות	סמג"ד	מ"מ - עד פלוגה (לא כולל) סמ"פ - פלוגה	סמ"פ לפחות	סמג"ד	מחלקה עד פלוגה כולל
		עד לנפח משוקלל של 40 ק"מ במסלולי הכשרה - מפקד ההכשרה בדרגת רס"ן			במסלולי הכשרה - מפקד ההכשרה בדרגת רס"ן			<ul style="list-style-type: none"> <li>במסלולי הכשרה מפקד ההכשרה בדרגת רס"ן</li> </ul>	
מפקד המסגרת המתאמנת ברמת מ"פ לפחות	במסלולי הכשרה - מפקד ההכשרה בדרגת רס"ן	מג"ד ומעלה	מפקד המסגרת המתאמנת ברמת מ"פ לפחות	סמג"ד	מג"ד ומעלה	מפקד המסגרת המתאמנת, ברמת מ"פ לפחות	סמג"ד	מג"ד	שתי פלוגות ומעלה
		במסע גדודי שאינו במסגרת הכשרה - מח"ט			במסע גדודי שאינו במסגרת הכשרה - מח"ט			<ul style="list-style-type: none"> <li>במסלולי הכשרה - מפקד ההכשרה בדרגת רס"ן</li> </ul>	
		מח"ט			מח"ט			מח"ט	מסע כומתה / מסכם הכשרה

**דגשים נוספים לטבלה**

א. התפקידים הרשומים בטבלה מיוחסים לכלל בעלי התפקיד המקבילים בזרועות, ועברו הסמכה מחייבת לתפקיד.

ב. מפקד ההכשרה בדרגת רס"ן חייב בביצוע קורס סמג"דים במבק"א יבשה.

ג. מסע הכולל בתוכו תנועה מעל 8 ועד 15 ק"מ מזורז או אלונקות יאושר על ידי מח"ט או מקבילו. חריגה מכך, יידרש אישור נוסף של רמ"ח כושר קרבי.

ד. במסע גדודי ומעלה יאושר תיק המסע על ידי מפקד הבכיר ברמה אחת לפחות מעל המסגרת המתאמנת.

ה. מפקד מאשר תיק המסע יבצע אישור תוכניות בכפוף לכתוב במנחה זה וכאמור בהוראת כושר קרבי מס' 1 "סרגל דירוג למאמצים גופניים ביחידות צה"ל" בהוצאת מקחצ"ר ובדגש על פרק מסעות בהוראה.

ו. בביצוע מסע 55 ק"מ ומעלה (נפח משוקלל), בנוסף לאישור הרגיל יאושר תיק המסע מקצועית ע"י מחלקת הכושר הקרבי / מדור תורה ומחקר.

## תכנון המסע

4. כללי

- א. מערכת ההכנות המקדימות ואופן ביצוע המסע יהיו כאמור בהוראה 2.1 "פעולות מקדימות לקראת אימון או תרגיל" בכרך א'.
- ב. בנוסף, יבוצע אבחון הכולל התחשבות בסרגל המאמצים לפי רמת הכושר הגופני שהושגה ביחידה המבצעת את המסע, בהתאם לתנאי השטח לאורך ציר המסע ותנאי מזג האוויר וכן בהתאם לתוכנית האימונים הכוללת של המסגרת המתאמת.
- ג. שילוב חיילים מצטרפים עפ"י תוכנית חזרה לפעילות אישית, יתבצע בתכנון ובשליטה של מנהל המסע ובהתייעצות עם קא"ג (קצין אימון גופני) ורופא המשויכם ליחידה (ראה טבלה בנספח 24 לתיק מסע) – בכפוף ובהתאם להוראת כושר קרבי מס' 2 "פעילות גופנית במהלך פגיעה ו/או חזרה לכשירות לאחר היעדרות מאימונים" בהוצאת מקחצ"ר.
- ד. אורך המסע המירבי הינו 90 ק"מ (נפח משוקלל) לכל היותר. כל חריגה תאושר בהתאם להוראות קחצ"ר בנושא כושר קרבי ובהתאם לאישור תוכנית האימונים ע"י מחלקת הכושר הקרבי.
- ה. מאשר היציאה למסע, יודא קיום תנאי מזג אוויר נאותים לביצוע המסע ויפעל בהתאם להוראה 1.1 "הגבלות פעילות עפ"י תנאי מזג האוויר ועונות השנה" בכרך א'.
- ו. בין מסע למסע יחושב הפרש זמן בהתאם להוראת כושר קרבי מס' 1 "סרגל דירוג למאמצים גופניים ביחידות צה"ל".
- ז. **תנועת גייסות בתרגיל** (מסע כחלק מאימון) תוכל להתקיים בשבוע אימונים **בנוסף** למסע המתקיים בשבוע זה בהתאם לסרגל דירוג המאמצים בהוראה מס' 1 ובאישור מפקד בדרגת סא"ל לפחות.
- ח. **לתנועת גייסות בתרגיל** (מסע כחלק מאימון) יינתן מענה במסגרת פרק ניהול הסיכונים בעת כתיבת תיק המשימה לתכנון תרגיל, וחלות עליו כלל ההגבלות המחייבות מסע (למשל: סיור ציר, הפסקות, חפ"ק וכד') למעט בדיקה רפואית, תזונה ומנוחה טרם המסע.
- ט. כל תנועת גייסות בתרגיל שמרחקיו כאמור להלן: באימון יסוד או ביחידת מילואים - מעל 5 ק"מ משוקלל, באימון מתקדם וביחידות סדירות - מעל 10 ק"מ משוקלל, **ייחשב כמסע בפני עצמו** ועל כן חובת ביצוע מערכת ההכנות המלאה וכן כתיבת תיק מסע כמוגדר במנחה זה.

5. תיאום המסע

מנהל המסע יבצע תיאום מול המתא"ם המרחבי ומול היחידה בעלת השטח. האישור יצורף לתיק המסע.

6. סיור שטח למסע

- א. **אישור המסע בשטח יבוצע במסגרת סיור** על ידי מנהל המסע ובנוכחות מפקד המסע. הסיור יתקיים **עד חודש ימים טרם מועד ביצועו ובתנאי שבמהלך החודש לא התקיימו חילופי עונות.**
- ב. סיור פרטני רכוב או רגלי מקדים על הציר - יבוצע על ידי מנהל המסע או נציגו בחפ"ק ברמת מ"מ ומעלה, תוך 72 שעות קודם לביצוע המסע.
- ג. במהלך הסיור הפרטני יבצע את הפעולות הבאות:
- (1) איתור ובדיקת נת"בים ונקודות כשל אפשריות בציר המסע והגדרת דרכי מניעתם.

**עמוד 11 מתוך 39**  
**בלמ"ס**  
**(שמור [לפחות] לאחר מילוי)**

- (2) במידה ונמצאו מכשולים בציר המסע לרבות אזורים אסורים לכניסה יש לשלט ולסמן אזורים אלו. יובהר בזאת כי מצוק מוגדר כנת"ב ויינתן לו מענה במסגרת ניהול סיכונים בעת כתיבת תיק המסע.
- (3) יש לסייר את ציר הפינוי למסע.
- (4) תוצרי הסיור יועלו על גבי מפה או עזר צילומי.
- ד. מסע המתבצע בשטח אש - מנהל המסע יקבע גבולות גזרה ברורים לתנועה, יתכנן את הציר כך שלא יעבור על גבי או בצמוד ליעדים קבועים מחשש לנפלים, יתן הוראות ספציפיות לחיילים וכן יבצע סיור לאיתור וסילוק נפלים על תוואי הציר המתוכנן ובהתאם להוראה 2.6 "סריקת שטחי אימון וטיפול בנפלים" בכרך א'.
- ה. מנהל המסע יתכנן מראש את נקודות ההפסקה והמנוחה כך שלא תהיינה על גבי כבישים או צירים, אלא אם הצירים בודדו ונמנעת היכולת שרכב או רק"ם, ייכנס למרחב בו שוהים החיילים. אין לשבת או לשכב על גבי הצירים מחשש לדריסה.
- ו. מסע המתוכנן בו חציית כבישים, מנהל המסע יקבע את נקודות החצייה בשלב התכנון.
7. **הכנת הכוח למסע** - מפקד המסע יוודא את הדברים הבאים:
- א. מנוחה ושינה טרם המסע ולאחריו
- (1) יוודא מתן שעות שינה ומנוחה בהתאם לפקודת מטכ"ל 33.0213 בנושא "שעות השינה של חיילים בצה"ל" להוראה 2.8 "שעות שינה באימונים" בכרך א'.
- (2) יוודא מנוחה ממאמצים גופניים כמתחייב לחיילים ולמפקדים טרם ביצוע המסע, בהתאם לקושי המסע ועפ"י המפורט להלן:

אורך המסע	שינה נדרשת טרם המסע	ביצוע מאמץ לפני המסע	הפסקה ומנוחה לאחר מסע
עד 15 ק"מ משוקלל	על פי טבלת שעות שינה <u>בהוראה 2.8 "שעות שינה באימונים"</u> בכרך א'	לא יבוצע מאמץ בינוני ומעלה שעתיים לפחות לכל 7 ק"מ מסע מתוכנן	1. הפסקה תינתן מיד לאחר סיום המסע. 2. לכל 7 ק"מ תינתן מנוחה (ללא כל מאמץ) בת שעה, עד 4 שעות מרגע סיום המסע, במהלכן אין לקיים מאמץ בדרגה בינוני ומעלה.
מעל 15 ק"מ משוקלל	7 שעות שינה טרם המסע ביממת הביצוע	<b>דוגמה</b> 14 ק"מ מסע = 4 שעות ללא מאמץ בינוני ומעלה טרם המסע	<b>דוגמה</b> למסע באורך 14 ק"מ, שהסתיים בשעה 17:00 אחה"צ, תינתן מנוחה של שעתיים לא יאוחר מהשעה 21:00

ב. נוהל רוויה ותזונה לפני מסע

- 1) כל משתתף בפעילות ישתה במצטבר 1 ליטר מים במהלך השעתיים הקודמות לתחילת הפעילות. על מנת להימנע משתיה עודפת לאורך היום יש לשתות בקצב התואם לרמת הפעילות ותנאי מזג האוויר כאמור בהוראת קרפ"ר 602.004.1 "תצרוכת מים, מזון ומלחים לחייל/ת".
- 2) במקרה של התחלת פעילות עד שעתיים לאחר ההשכמה ניתן לבצע את נוהל הרוויה בשעתיים הקודמות לתחילת השינה על בסיס מפתח של חצי ליטר לשעה.
- 3) מפקד המסע יודא כי ניתן מענה תזונתי טרם המסע, במהלכו ולאחר סיום המסע בהתאם לעקרונות המפורטים בנספח א' "המלצות תזונתיות" ובהוראת קרפ"ר 602.004.1 "תצרוכת מים, מזון ומלחים לחייל/ת".

ג. בדיקה רפואית לפני מסע

- 1) בדיקות רפואיות במהלך כל ימות השנה, תבוצענה בהתאם להוראה 602.002.1 פגיעות חום - מניעתן והטיפול בהן בהוצאת מקרפ"ר.

2) **מסעות במסגרת טירונות, הכשרת יסוד, יחידות מילואים ויחידות סדירות**

- א) טרם היציאה למסע חובש יבצע 'מסדר חובש' ברמה הפלוגתית לכלל החיילים המשתתפים במסע, לבדיקת כשירותם או אי כשירותם למסע ויעלה לאישור הרפואה היחידתית. מנהל המסע יודא קיום תקין של התהליך.
- ב) בדיקת החובש תכלול תשאול רפואי, מדידת דופק, ובמקרה שנמדד דופק מעל 90 במנוחה, החובש ימדוד גם טמפרטורה פומית. בכל מקרה שנמדדת טמפרטורה מעל 37.5 מעלות צלזיוס או כשהחייל חש ברע או מדווח על תסמיני מחלת חום, שפעת, שלשולים, הקאות, ובכל מקרה אחר שחובש אינו מוסמך לטפל בו (לפי הוראת קרפ"ר 200.001) - החייל יוגדר כלא כשיר לצאת למסע עד לבדיקת רופא.
- ג) על מפקדים לגלות ערנות לגבי חיילים בעלי מוטיבציית יתר, הנמנעים מלגשת לרופא או לחובש, למרות שהם סובלים מבעיות רפואיות שונות, ולוודא בעצמם כי גורם רפואי יאשר כשירות החייל לביצוע המסע.

ד. שילוב החיילים שנעדרו מאימונים ומסעות קודמים

- 1) חיילים שנעדרו מאימונים או החסירו מסעות קודמים ולא התקדמו בתוכנית האימונים, ישולבו בהתאם ובכפוף להוראת קחצ"ר מס' 2 בנושא כושר קרבי "פעילות גופנית במהלך פגיעה וחזרה לכשירות לאחר היעדרות".

- 2) טרם חזרתם מפקד המסע יתייעץ עם קא"ג ורופא טרם שילובם.

ה. נשיאת משקלים - יש לפעול כדלהלן:

- 1) המשקל הנישא על גבי החיילים, יקבע עפ"י הוראות קחצ"ר מס' 1 בנושא כושר קרבי "סרגל הזירוג למאמצים גופניים ביחידות צה"ל" ובהתאם לאישור תוכנית האימון הגופני של היחידה ע"י מחלקת הכושר הקרבי / מדור תורה ומחקר.
- 2) מפקד המסע יודא החלפתם של חיילים הנושאים ציוד מחלקתי נוסף, כאשר יתר הכוח ללא 'פק"לים' יבצע החלפות תוך ביצוע המסע. יש לקבוע כמה ובאיזו תדירות יתחלפו החיילים הנושאים 'פק"לים'.

עמוד 13 מתוך 39  
בלמ"ס  
(שמור [לפחות] לאחר מילוי)

לבוש וציוד נדרש

ו.

- 1) כל מסע יבוצע בלבוש שאושר על ידי מפקד מאשר תיק המסע.
  - 2) מפקד יוודא כי החיילים **יצוידו בביגוד המתאים** למזג האוויר ולאופי הפעילות בהתאם [להוראה 1.1](#) **"הגבלות פעילות עפ"י תנאי מזג האוויר ועונות השנה"** בכרך א'.
  - 3) **חובת נשיאת מים ושתייה**
    - א) כל חייל ישא עימו לפחות 1.5 ליטר מים.
    - ב) מילוי מים מחדש, ייעשה ממקור מים מאושר או ממכלים שילוו את היחידה.
  - 4) במסעות בהם מתוכננות תנועות בקרבת תשתיות או בקרבת מכשולים קרקעיים כאמור בסעיף 13ח', יוגדרו 2 מפקדים אשר ינועו כל אחד מהם עם חבל אישי באורך 7 מטרים, וחבל באורך 15 מטרים אשר יימצא ברכב הפינני או ברכב החפ"ק.
- ז. בעת התכנון יש לתת דגש על אופן הגעת הכוח למסע וחזרתו ליחידה באופן רכוב או רגלי.

### שיטת ביצוע המסע וקצבו

8. כללי

- א. בראש המסע - **ינוע מפקד המסע, סגנו** - ינוע במאסף.
- ב. במסעות מרמת פלוגה ומעלה, לכל מסגרת פלוגתית יהיה סגן במאסף מצויד במכשיר קשר והוא ימצא בקשר רציף עם מפקד המסע.
- ג. קצב המסע יתוכנן ויוכתב ע"י מפקד המסע.
- ד. יש להקפיד כי קצב ההליכה במסע יהיה אחיד לאורך כל המסע בהתאם לסוג המסע כמוגדר במנחה זה. חל איסור על ביצוע מקטעי ריצה ואחריהם מעבר להליכה בקצב קל יותר.

9. מנוחות והפסקות במהלך המסע

- א. מנהל המסע יתכנן הפסקות ומנוחות במקומות מוצלים בקיץ ומוגנים מפני גשם ורוח בחורף.
- ב. לאחר כל 60 דקות של תנועה, תינתן הפסקה של 15 דקות בה ישתו מים ויצרכו מזון לפרקים כמוגדר בנספח א' "המלצות תזונתיות".
- ג. בתקופת החורף, ניתן לקצר את זמן ה'הפסקה' ל- 10 דקות לפחות או עפ"י מידת הנוחות של החיילים (הופעת רעד וצמרמורות).
- ד. ההפסקה במסע תתבצע בשהייה ללא ציוד (כגון תיק לאו, מנשאים או פקי"לים) בהתאם לתנאי מזג האוויר ובכפוף לניהול סיכונים של מנהל המסע. הורדה או השארת הווסט או האפוד תהיה בהתאם לשיקול דעת מנהל המסע.
- ה. לאחר 4 עד 6 שעות מתחילת המסע, תינתן **מנוחה** בת 30 דקות לפחות ללא ציוד כלל (כולל הסרה של אפוד או ווסט) לצורך הפגת חום הגוף שנצבר במסע, שתייה ואכילה.
- ו. בנוסף לאמור בסעיף ה' לעיל, במקרה שבו הטמפרטורה היא מתחת ל- 20 מעלות, בהתאם למדידה בקסטרל בשטח הפעילות, **בסמכות מנהל המסע** להחליט על קיצור **המנוחה** ל- 15 דק' (לכל הפחות) במקום 30 דקות.
- ז. במקרה ובו מנהל המסע החליט לקצר את זמן **המנוחה** ל-15 דקות, מנהל המסע יודא כי ניתן המענה התזונתי המספק בדגש על פחמימות ונתרן.
- ח. במהלך ההפסקות והמנוחות יבוצע תשאול על ידי המפקדים אודות כשירותם ומצבם של החיילים וכן תינתן אפשרות לחיילים שאינם חשים בטוב לפנות לחובש לצורך בדיקה.

10. **תזונה ושתייה** - בהתאם למפורט **בהוראת קרפ"ר 602.004.1 בנושא "תצרוכת מים, מזון ומלחים לחייל/ת"**.

א. **בעת מסע:**

- 1) יש להבטיח זמינות ואספקת מים סדירה במהלך כל המסע.
- 2) יש להבטיח כי החיילים ישתו בחלוקה למנות לאורך כל שעת פעילות במסע.
- 3) בתכנון הפעילות אין לחשב החזר נוזלים עבור שעות השינה.
- 4) אין לשתות יותר מ- 1.5 ליטר מים לשעה, ובכל מקרה לא יותר מ-12 ליטר ביממה.
- 5) לאורך המסע יצרכו החיילים כל שעתיים פחמימות הנספגות במהירות כמוגדר בנספח א' "המלצות תזונתיות".
- 6) בזמן מנוחה יצרכו החיילים ארוחה המורכבת מפחמימות, חלבון ועשירה בנתרן (מלח) כמוגדר בנספח א'

עמוד 15 מתוך 39  
בלמ"ס  
(שמור [לפחות] לאחר מילוי)

ב. בכל מקרה בו אין אפשרות להבטיח אספקה סדירה ומספקת של מים כמתחייב מההוראות, לא יקויים המסע.

11. הפסקת המסע עקב חייל כושל או חשוד פגיעת אקלים

א. מפקד המסע יודא טיפול מידי בשטח בכל פגיעת אקלים או חשד לה בהתאם לאמור בפקודת מטכ"ל [61.0109](#)

- ["פגיעות אקלים מניעתן והטיפול בהן"](#).

ב. הטיפול בחייל, הפסקת המסע וחידושו יבוצעו בהתאם למפורט [בהוראה 1.1 "הגבלות פעילות בהתאם למזג האויר ועונות השנה"](#) בכרך א'.

ג. בכל מקרה של חשד לפגיעת חום בחייל, על מפקד המסע להפסיק את השתתפות החייל בפעילות ולפעול ע"פ הוראת קרפ"ר מספר [602.002.1 - "פגיעות חום - מניעתן והטיפול בהן"](#), לרבות ההחלטה על כשירות החייל להמשיך בפעילות.

ד. בכל מקרה של חשד לפגיעת קור בחייל, יודא מפקד המסע בדיקתו של החייל ע"י רופא במהירות האפשרית ויפעל ע"פ הוראת קרפ"ר מספר [602.005.1 - "פגיעות קור - מניעתן והטיפול בהן"](#). לרבות ההחלטה על כשירות החייל להמשיך בפעילות.

**עמוד 16 מתוך 39**  
בלמ"ס  
(שמור [לפחות] לאחר מילוי)

**ה. הפסקה וחיידוש הפעילות**

תנאים לאישור	מאשר חיידוש הפעילות	הפסקת פעילות	כמות חיילים	פגיעת אקלים
לאחר אישור רופא	רס"ן ומעלה בעל סמכות פיקודית על המסגרת	של החייל בהתאם לחשד מפקד המסע	1	פגיעת חום (שאינה מכת חום)
		בכל מקרה שרופא קבע כי מדובר בחשד לפגיעת חום על המפקד להפסיק את הפעילות של המסגרת		
לאחר אישור קר"פ זרועי או יחידתי בדרגת סא"ל ומעלה	אל"ים ומעלה בעל סמכות פיקודית על המסגרת	של המסגרת המתאמנת	2 ומעלה	מכת חום
לאחר אישור קר"פ זרועי או יחידתי בדרגת סא"ל ומעלה	אל"ים ומעלה בעל סמכות פיקודית על המסגרת	של המסגרת המתאמנת	1	
לאחר אישור רופא	רס"ן ומעלה בעל סמכות פיקודית על המסגרת	של החייל	1	פגיעת קור היקפית
		של המסגרת המתאמנת	2 ומעלה	
לאחר אישור קר"פ זרועי או יחידתי בדרגת סא"ל ומעלה	אל"ים ומעלה בעל סמכות פיקודית על המסגרת	של המסגרת המתאמנת	1	פגיעת קור מרכזית (היפותרמיה)
		של המסגרת המתאמנת		

\* בעת הפסקת הפעילות של המסגרת המתאמנת ועד לקבלת אישור לחידושה, המפקד יודא שכלל החיילים

נחים, שותים, עוברים תשאול וכשירים להמשך פעילות.

**12. סימון הכוחות במסע**

- בקבוצה המונה סד"כ מחלקתי ומעלה כל כוח יסומן בנפרד כמוגדר בטבלה שלהלן.
- יש לסמן כוח הנע בדרך סלולה המאפשרת תנועת רכבים, בחינת הדרך הינה להחלטת מפקד מאשר תיק המסע.
- מפקד הכוח ינוע ראשון ויסמן את הכוח בפנס.

**ד. אופן הסימון:**

21 חיילים עד סד"כ מחלקתי הנעים יחד	4-20 חיילים הנעים יחד	עד 3 חיילים	כמות חיילים זמן המסע
2 חיילים לבושים באפודה זוהרת בכל נקודה - בראש הכוח, באמצעו ובסופו, (סה"כ 6 חיילים מסמנים).	3 חיילים לבושים באפודה זוהרת בכל נקודה - בראש הכוח, באמצעו ובסופו (סה"כ 3 חיילים מסמנים).	חייל אחד לבוש באפודה זוהרת	יום
2 חיילים לבושים באפודה זוהרת בכל נקודה - בראש הכוח, באמצעו ובסופו (סה"כ 6 חיילים מסמנים) ומצוידים ב- 3 פנסים: הפנסים יופנו לפנים, לאחור ולמרכז הדרך.	3 חיילים לבושים באפודה זוהרת בכל נקודה - בראש הכוח, באמצעו ובסופו (סה"כ 3 חיילים מסמנים) ומצוידים ב- 3 פנסים, הפנסים יופנו לפנים, לאחור ולמרכז הדרך	חייל אחד לבוש באפודה זוהרת ומצויד בפנס	לילה

**13. תנועות בקרבת תשתית ומכשולים קרקעיים**

- הוצאת האימון תיעשה בהתאם לכרך א', [הוראה 2.5 "בטיחות בשטחי האימונים"](#).
- מנהל המסע יודא כי המכשולים נבדקו במהלך הסיור המקדים.

עמוד 17 מתוך 39  
בלמ"ס  
(שמור [לפחות] לאחר מילוי)

ג. בכל תנועה בקרבת כביש וחציית כבישים יש לפעול בהתאם לאמור בהוראה 3.10 "הסדרי תנועה בכניסה למחנות צה"ל, בתוכם ומחוצה להם" בכרך ז'.

ד. בכל מעבר או חציית כביש, חובת נוכחות ופיקוח מנהל המסע.

ה. תנועה רגלית לצד הכביש

1) ככלל, התנועה במסע לא תבוצע על צירי כבישים (האספלט ושוליו). מסע בקרבת כבישים ייעשה במרחק של 50 מטרים לפחות מקו קצה האספלט - ביום ובלילה.

2) למרות האמור לעיל, יותר לנוע בשולי כביש שרוחב שוליו קטן מ - 10 מ', או בשולי כביש אשר תנאיו הטופוגרפיים אינם מאפשרים לנוע במרחק הנדרש, בכפוף לתנאים הבאים:

א) התנועה לא תתבצע בשולי כבישים מהירים (שהמהירות המותרת בהם 90 קמ"ש ויותר) או בשולי כבישים ראשיים בין עירוניים - אלא בשולי כבישים צדדיים בלבד.

ב) ציר המסע ייבדק ויאושר ע"י מפקד היחידה בדרגת סא"ל לפחות.

ג) התנועה תתבצע רק בקטעים המחברים בין שתי דרכי עפר ולמרחק של עד 3 ק"מ.

ד) התנועה בשולי כביש צדדי, תותר אך ורק אם ניתן לנוע בו במרחק של 3 מ' לפחות מקצה האספלט.

ה) התנועה תתבצע בטור עורפי אחד.

ו) התנועה תתבצע בצד שמאל של שולי הכביש, נגד כיוון התנועה.

ז) שני כלי רכב ילוו את הכוח:

1) **הרכב הראשון** ינוע לפני הכוח, במרחק של 100 מ' לפחות, עם אורות אזהרה מהבהבים ויסמן את הקצה הקדמי של הכוח.

2) **הרכב השני** ינוע אחרי הכוח, במרחק של 100 מ' ויסומן באופן זהה לסימון הרכב הראשון, על מנת להתריע על הכוח שנע לפניו.

3) תנועה כמפורט לעיל, מחייבת תיאום מוקדם עם משטרת ישראל / משטרה צבאית.

ח) עצירה או הפסקה תיעשה במרחק של עשרה מטרים לפחות, משול הכביש.

ט) מפקד יחידה רשאי לאשר ביצוע תנועה בתוך בסיס על גבי כביש לאחר בידוד הכביש ע"י חסמים ואיסור תנועות רכובות במקביל לביצוע המסע על הכביש למעט רכבי הפינוי והחפ"ק שתוגדר להם נק' ההמתנה.

ו. חציית כבישים וחסימה

1) החצייה תבוצע באישור מנהל המסע ולאחר תדרוכו.

2) חציית כבישים מהירים - יתוכננו במקומות שבהם קיימים מעברים תת קרקעיים או עיליים בלבד.

3) חציית כבישים ביום ובלילה, תיעשה במהירות האפשרית, במקומות בהם קיימת ראות לאורך הכביש למרחק של 200 מ' ומעלה, ובמידת האפשר - בקרבת צמתים מוארים.

4) **התנאים לחצייה:**

א) המסגרת הגדולה ביותר המאושרת לחציית כביש הינה מחלקה, כאשר בכל חציית כביש המתבצעת, לא תעבור יותר ממחלקה אחת.

ב) יש להכין את הכוח לקראת המעבר, במבנה מכונס ומסודר של חמישיות לכל היותר, ולוודא כי כל חיילי הכוח התכנסו אליו - לקראת החצייה ולאחריה.

עמוד 18 מתוך 39  
בלמ"ס  
(שמור [לפחות] לאחר מילוי)

ג) מנהל המסע יאפשר חציית הכביש לאחר שווידא שאין כלי רכב או שכלי הרכב עצרו ואפשרו חצייה בטוחה.

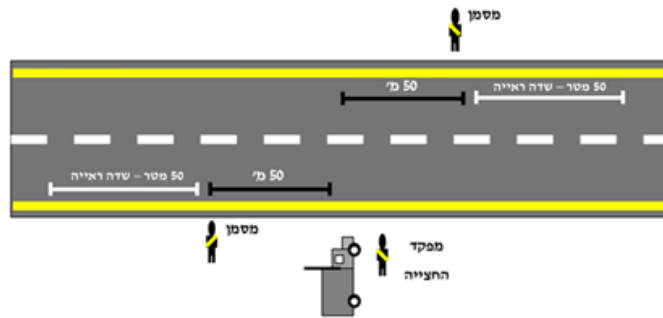
ד) במסע הדורש תנועה על כביש או לאורכו, מחייב חסימה מוחלטת של קטע הכביש לתנועת כלי רכב, באמצעות סמכות השיטור הצבאית בלבד. אין לבצע כל חסימת כבישים בדרג היחידה, שלא באמצעות המשטרה הצבאית, למעט כבישים פנימיים של בסיס היחידה וכבישים המשמשים בלעדית לכניסה למחנה היחידה.

ה) המפקד יוודא נוכחות מלאה של המסגרת לפני ואחרי חציית הכביש על ידי ספירת הכוח.

5) דגשי בטיחות לחסימת כביש לטובת חציית כוחות:

א) נקי חציית הכביש תהיה בנקודה בטיחותית עם יכולת שדה ראייה גדולה לצדדים, 100 מ' לכל צד (לא אחרי או לפני עיקול).

ב) לכל כוח חצייה ימונה מפקד חצייה + 2 חיילים נוספים לכל הפחות.



ג) ציוד חובה – 3 אפודות זוהרות, 3 פנסים, 2 ספקאורים או שילוט חסימה זוהר (פירמידת מחסום מערכת חסימה לוגיסטית).

ד) כוח החסימה יתודרך ע"י מנהל המסע או בעל תפקיד מטעמו ולא יעמוד על הכביש אלא בזמן החסימה בלבד.

6) עקרונות לחציית כבישים לסוגיהם

א) כביש עם ספרה 1 (למשל כביש 4) - מחייב תיאום ונוכחות של משטרת ישראל או באי כוחם.

ב) כביש עם 2 ספרות (למשל כביש 44) - מחייב תיאום ונוכחות של משטרת ישראל ו/או משטרה צבאית.

ג) כביש עם 3 ספרות ומעלה - ניתן ע"י כוח חסימה צבאי עם ציוד סימון וזיהוי.

ד) כביש 3 ספרות שהוא כביש ראשי עם תנועה רבה (למשל 461, 471 וכד') מחייב עדכון וקבלת אישור ממשטרה צבאית, בנוסף מפקד החותם על התיק רשאי להחמיר ע"פ החלטתו.

ה) בכל מקרה חל איסור לחצות כביש שיש לאורכו חסם כגון: גדר, מעקה בטיחות וכד'.

ו) כל חסימה בכל סוג של כביש המפורט לעיל, המתבצעת בשעות הלילה במרכז הארץ (המרחב שבין חדרה לגדרה), יש ליידע ולאשר עם משטרת ישראל.

ז) על אף האמור לעיל, חציית כבישים בכניסה למחנות צה"ל תעשה בהתאם להוראה 3.10 "הסדרי תנועה בכניסה למחנות צה"ל, בתוכם ומחוצה להם".

עמוד 19 מתוך 39  
בלמ"ס  
(שמור [לפחות] לאחר מילוי)

ז. מסע בקרבת מסילות רכבת

- 1) תנועות רגליות ורכובות של יחידות, לא תתוכננה ולא תבוצענה על גבי מסילת רכבת או בקרבת ציר המסילה, למרחק של 50 מ' משני צידיה - ביום ובלילה.
- 2) לא תבוצענה מנוחות והפסקות, על גבי מסילת רכבת או בקרבתה.
- 3) חצייה רכובה של מסילת רכבת ביום ובלילה:

א) החצייה תיעשה בהתאם לאמור בכרך ז' בב"ד, הוראה 4.15 "חציית מסילות רכבת על ידי רכב".

ב) טרם החצייה, מנהל המסע יבדוק כי התנאים הבאים לחצייה מתקיימים:

- 1) החצייה תיעשה במהירות האפשרית, רק במקומות בהם חוצה דרך סלולה את המסילה.
- 2) פני הדרך הינם בגובה המסילה ולא נמוכים ממנה.
- 3) קיימת ראות לאורך המסילה למרחק של 200 מ' ומעלה לכל צד - לימין ולשמאל.

ח. מעבר מכשולים בשטחי אימונים

- 1) מפקד המסע יתריע בפני הכוח טרם ההגעה למכשול ובמרחק של 30 מ' לפחות ממנו לפני המכשול, לצורך האטת קצב ההליכה ותגבור נושאי האלונקה בחיילים נוספים, לפי הצורך.
- 2) בעת מעבר טרסות, חומות או קירות בגובה של עד 2 מטרים, הכוח הנושא את האלונקה, יעביר את האלונקה במאוזן ומבלי לפגוע ב"פצוע".
- 3) חל איסור על מעבר מעל גבי בורות ומתנועה בתוך סבך.
- 4) בצמחייה סבוכה, ניתן לשאת את האלונקה ע"י שני נושאים.

5) מעבר מכשול מים - מעבר מכשול מים יבוצע בהתאם לכרך א', הוראה 1.6 "כניסה וחציית מקורות מים באימונים ותרגילים".

6) מסע או מעבר בקרבת מצוקים

- א) במסגרת הסיור המקדים, מפקד המסע יגדר וישלט את המצוק לכל אורכו במידת האפשר.
- ב) מסע המתוכנן בקרבת מצוקים, המפקדים יבררו טרם המסע באם ישנם חניכים או חיילים הסובלים מפחד גבהים, ויוודאו כי קיימת השגחה צמודה עליהם.
- ג) מנהל המסע יתדרך את החיילים, וכן יתן דגשים נוספים לפני מעבר מצוק.
- ד) הליכה בקרבת מצוק תיעשה בתנועה איטית, וככל שמתאפשר במרחק של 50 מטרים לפחות משפת המצוק, במקרים חריגים יאושר ע"י מפקד יחידה בדרגת סא"ל.
- ה) מפקדים ברמת מ"כ לפחות, ילכו בצד הטור הפונה אל המצוק אשר ישגחו ויתריעו בפני הכוח על מעבר קטע מסוכן.

ו) דגשי בטיחות נוספים למסע בקרבת מצוק בלילה

- 1) בעת הליכה לאורך מצוק, יש לנוע עם פנסים דולקים, ולסמן את הכוח הנע בסמוך למצוק בעזרת סטיקלייטים או אפודה זוהרת.
- 2) בקטעים מסוכנים, יש להשאיר מספר רב ככל האפשר של מפקדים אשר ישגחו ויתריעו בפני הטור על המעבר ליד המצוק.

14. מסע אלונקות

א. מסע אלונקות יתוכנן תוך הקפדה על הנושאים הבאים :

(1) מפקד המסע יודא כי מסעות האלונקה הראשונים יתבצעו בשטח מישורי קל על דרכים ושבילי עפר נוחים.

(2) מסע המתבצע בשטח חולי או בוצי, מפקד המסע יעמיד שני מחליפים בצידי האלונקה בכוננות בעת החלקה ונפילת האלונקה.

ב. תקינות האלונקה

(1) לפני כל מסע, באחריות המפקד לבצע בדיקת כשירות לאלונקה - ע"י פתיחתה וסגירתה' בדיקת הצירים ותקינות בד האלונקה.

(2) אין להשתמש באלונקה שאינה כשירה.

(3) בקטעי ההפסקה, יש לבצע בדיקת תקינות האלונקה.

ג. המשקל המותר על האלונקה

המשקל המושא על גבי האלונקה לא יעלה על המשקל הקבוע לחיילים ולחיילות כאמור בהוראת כושר קרבי מס' 1 "סרגל דירוג למאמצים גופניים ביחידות צה"ל" בהוצאת מקחצ"ר.

ד. סדר הכוח בתנועה

מסע אלונקות, יובל ע"י מפקד המסע, אחריו תנוע האלונקה ואחריה ומצידיה - הצוות המחליף. סגן מפקד המסע, ינוע בסוף הכוח.

ה. מספר החיילים בצוות אלונקה

(1) **יחס חיילים/אלונקה** - יהיה בהתאם לסוג האימון ומיומנות החיילים (רמת כושר לחימה אישי) כמפורט בהוראת כושר קרבי מס' 1 "סרגל דירוג למאמצים גופניים ביחידות צה"ל" בהוצאת מקחצ"ר

(2) במספר זה, לא יחושבו נושאי פק"לים או מפקדים אשר אינם מתוכננים לשאת אלונקה.

ו. שיטת נשיאה ותדירות החלפה

(1) מפקד המסע, ימנה מפקד אשר יהיה אחראי על תדירות החלפת נושאי האלונקה, בהתאם להנחיות.

(2) מפקד המסע, יחלק את החיילים לזוגות (רצוי שהזוגות יהיו בגובה שווה).

(3) בשלב הראשון של המסע, יתורגל טכנית נושא ההרמה בלבד ותנועה בשטח מישורי קל. בשלב שני, יתרגלו החיילים תנועה בקצב איטי כאשר היחידה ערוכה ב - 2 טורים וההחלפות מתבצעות תוך חפיפה של מספר מטרים, בהתאם לפקודות מפקד המסע.

(4) בעת מסע בשטח משופע, יש לוודא כי האלונקה תהיה במצב מאוזן ככל האפשר.

ז. רצף, מהירות נשיאה וקיום הפסקה במהלך המסע:

(1) **זמן נשיאה רצוף ע"י נושא אלונקה**, יהיה 8 דקות לכל היותר.

(2) לאחר כל 3 דקות נשיאה, לכל היותר, תוחלף כתף הנשיאה - מימין לשמאל **ולחפך**.

(3) בין ההחלפות, יודא המפקד כי חייליו מטלטלים ידיים להגברת פעילות מחזור הדם.

(4) בגמר המסע, יודא המפקד ביצועם של תרגילים להגברת פעילות מחזור הדם, לכלל החיילים המשתתפים במסע.

(5) לאחר כל שעת מסע, תקוים הפסקה בת 15 דקות.

עמוד 21 מתוך 39  
בלמ"ס  
(שמור [לפחות] לאחר מילוי)

6) יש לבצע את ההפסקות - עד כמה שהדבר ניתן, במקומות מוצלים - בקיץ, ובמקומות מוגנים מגשם/רוח - בחורף.

ח. בטיחות ה"פצוע" על האלונקה - מפקד המסע יוודא ביצוע הדברים הבאים :

- 1) יבדוק את מצבו של ה"פצוע" אחת לחצי שעה וידאג שישתה מים.
- 2) יוודא החלפת ה"פצוע" כל שעתיים.
- 3) בעת מסע המתקיים במז"א חורפי או גשום, יוודא כי ה"פצוע" מכוסה בכיסוי חם - מעיל או חלפי"ס.
- 4) בזמן מעבר מכשול מים, ה"פצוע" **לא יהיה** קשור לאלונקה.
- 5) **אופן הובלת ה"פצוע" על האלונקה :**
  - א) יש להוביל את האלונקה, כשהחייל ה"פצוע" שוכב על גבו ורגליו לכיוון התנועה, גופו קשור ומאובטח לאלונקה, ידיו חופשיות והינו חובש קסדה תקנית.
  - ב) נשקו האישי של ה"פצוע", יהיה צמוד ומאובטח אליו, במצב "לבן".
  - ג) הובלת האלונקה תיעשה במצב מאוזן של 180 מעלות לאורך כל הדרך (בעליה ובירידה - תשונה זוית הנשיאה בהתאם).
  - ד) למרות האמור בסעיף 5א' לעיל, הובלת האלונקה כשרגליו של ה"פצוע" נגד כיוון התנועה תתבצע במצבים הבאים :
    - 1) בעת תנועה במעלה.
    - 2) בעת מעבר מכשול.
    - 3) בעת הטענה לרכב.

עמוד 22 מתוך 39  
בלמ"ס  
(שמור [לפחות] לאחר מילוי)

15. רפואה במסעות

טבלת מענה רפואי במסעות כאמור בכרך א', [הוראה 2.7 "רפואה באימונים"](#).

רמת התרגיל	גורם רפואי	רכב פינוי	חפ"ק	ציוד מחייב
<b>מסע כיתתי/מחלקתי:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• עצמאי עד 40 ק"מ משוקלל</li> <li>• מזורז עד 20 ק"מ משוקלל</li> <li>• אלונקות עד 15 ק"מ משוקלל</li> <li>• משולב עד 55 ק"מ משוקלל</li> </ul>	<b>חובש צמוד לכוח בשטח</b>	<b>רכב פינוי</b> בצמוד לכוח	חפ"ק רכוב יצא לשטח במסעות מעל 15 ק"מ או בהתרחקות מעל 10 ק"מ מהבסיס	<ul style="list-style-type: none"> <li>• כל לוחם – ת.א.ו.ח.ע. CAT</li> <li>• ציוד רפואי לחובש/מטי"ב</li> <li>• אלונקה</li> <li>• אמצעי תקשורת תקין עם הכוח המתורגל</li> <li>• 100 ליטר מים לקירור (5 מיכלי מים / גיריקנים של 20 ליטר).</li> <li>• <b>בחורף</b> - פק"ל חימום הכולל שמיכות, אינפוזיות חמות.</li> </ul>
<b>מסע:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• 40 ק"מ משוקלל ומעלה</li> <li>• מזורז 20 ק"מ משוקלל ומעלה</li> <li>• אלונקות 15 ק"מ משוקלל ומעלה</li> <li>• משולב 55 ק"מ משוקלל ומעלה</li> </ul>	<b>מטפל בכיר צמוד לכוח בשטח, ברכב הפינוי</b>			
<b>מסע פלוגתי, בו נעות כל המחלקות בצמוד</b>	<b>חובש ינוע על ציודו בתנועה רגלית או ברכב הפינוי/חפ"ק בצמוד לכוח</b>			
<b>מסע דו פלוגתי ומעלה</b>	<b>מטפל בכיר צמוד לכוח בשטח בתוך רכב הפינוי וחובש לכל פלוגה אשר ינוע רגלית או ברכב הפינוי</b>			

## חלק ג' - נספחים

### נספח א' - המלצות תזונתיות

תזונה היא מרכיב הכרחי בתמיכה ושיפור ביצועי החייל. צריכת מזון מותאמת לאופי ומשך הפעילות, תסייע בביצוע מיטבי של המשימות ותשפר את עמידות החייל מבחינה גופנית, קוגניטיבית, מנטלית ובריאותית. בימים טרם ובמהלך אימונים ופעילויות ממושכות יש להגביר את צריכת הפחמימות עד לכדי צריכת 70% מהקלוריות ממקור פחמימה. ככל שמתקרבים לזמן הפעילות, נפח המזון יקטן ותכולתו תכיל בעיקר פחמימות הנספגות במהירות בגופנו.

#### להלן עקרונות תזונה במסע (או בפעילות גופנית ממושכת):

- ביום המסע וטרם היציאה למסע:
  - 4 שעות לפני המסע - ארוחה מלאה ועשירה בפחמימות, חלבון, ונתרן (מלח) ודלה בשומן וסיבים תזונתיים.**  
לדוגמא – צלחת אורז או פסטה עם מנת חזה עוף. יש להמליח את המזון או לצרוך מלפפון חמוץ.
  - שעתיים לפני המסע - ארוחה קטנה עשירה בפחמימות וחלבון ודלה מאוד בשומן וסיבים.** לדוגמא – פרוסת לחם עם גבינה וזיתים או טונה, פרי ומעדן.
  - 10-15 דקות לפני המסע - פחמימה הנספגת במהירות.** לדוגמא – שתיה מתוקה, לחם עם ריבה או עוגיות מלוחות ומתוקות.
- במהלך המסע:
  - מדי שעה (לפחות) – צריכה של כחצי ליטר נוזלים (מים / משקה איזוטוני).**
  - מדי שעתיים - פחמימות הנספגות במהירות.** לדוגמא – סנדוויץ' עם ריבה, תמרים, ג'ל פחמימות, חטיף עשיר בפחמימות או סוכריות רכות.
  - מדי 6 שעות (טירונים - מדי 4 שעות) - פחמימה בשילוב עם חלבון ונתרן.** לדוגמא – סנדוויץ' עם גבינה צהובה או קבנוס או טונה או חטיף מבצעי עשיר בחלבון.
- או בקצרה - פרוטוקול 1:2:6 לתזונה מבצעית**  
בסיום המסע:
  - יש לצרוך פחמימה הנספגת במהירות, לדוגמא: שתיה מתוקה, לחם עם ריבה או עוגיות מלוחות ומתוקות, מוצר חלב דל שומן ודגני בוקר.
  - כשעה מסיום הפעילות יש לצרוך ארוחה מלאה עשירה בפחמימות, חלבון ונתרן ודלה בסיבים תזונתיים,** לדוגמא: פסטה וחזה עוף/ דג/ ביצים.
- דגשים נוספים:
  - התאוששות מלאה ומילוי מאגרי הגליקוגן תושלם ע"י צריכת פחמימות כוללת של 500 גר' פחמימות ב-24 שעות לאחר הפעילות.
  - יש להימנע מצריכת כל תוסף מזון שלא עבר אישור צה"ל.

עמוד 24 מתוך 39  
בלמ"ס  
(שמור [לפחות] לאחר מילוי)

חלק ד' - תיק מסגרת למסע



# פורמט לכתובת

## תיק מסע

ינואר 2024	כל המוסר תוכן מסמך זה, כולו או מקצתו, לידיעת האנשים שאינם מוסמכים לכך עובר על חוקי המדינה. המוצא מסמך זה נדרש למסרו לתחנה הקרובה ביותר של משטרת ישראל או משטרה צבאית.	טבת התשפ"ד
------------	---	------------

## דף אישורים

1. תיק המסע נכתב ע"י

שם מלא	דרגה	תפקיד	תאריך	חתימה
--------	------	-------	-------	-------

2. תיק המסע אושר ע"י

שם מלא	דרגה	תפקיד	תאריך	חתימה
--------	------	-------	-------	-------

3. מפקד המסע

שם מלא	דרגה	תפקיד	תאריך	חתימה
--------	------	-------	-------	-------

4. מנהל המסע

שם מלא	דרגה	תפקיד	תאריך	חתימה
--------	------	-------	-------	-------

5. אישרור תיק המדף

א. אישור היציאה למסע יתבצע בסמוך למועד היציאה על ידי מאשר תיק המסע.

ב. תיק מדף למסע יאושר על ידי מפקד בדרגת סא"ל כמוגדר בכרך א', [הוראה 2.3 "סמכויות ומגבלות לאישור תרגיל ותיק משימה לתכנון תרגיל"](#).

תיק המדף אושר על ידי

שם + משפחה	דרגה	תפקיד	תאריך	חתימה
------------	------	-------	-------	-------

**חלק א' - כללי**

1. סוג המסע ורמתו

\_\_\_\_\_

2. מטרת המסע

\_\_\_\_\_

3. הישגים נדרשים

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

4. פרטי המסע

מרחק משוקלל	סוג ציר	משקל גוף מוגדר	קצב המסע	סוג המסע (רגיל, מזורז, אלונקות, משולב, מסע כחלק מאימון)	אורך המסע (ק"מ)

5. פו"ש ובעלי תפקידים

רכב פינוי				רכב חפ"ק				מפקד המסע	מנהל המסע
ציוד	חובש	נהג	מפקד	ציוד	חובש	נהג	מפקד		

6. סד"כ משתתף (פירוט שמי של המשתתפים במסע ומצטרפים)

מס"ד	שם מלא	דרגה	תפקיד	כשירות	הערות

עמוד 27 מתוך 39  
בלמ"ס  
(שמור [לפחות] לאחר מילוי)

7. תצ"א ומפה

יש להוסיף מפת קוד גזרתית 1:50,000 עליה יסומנו: ציר המסע, מכשולים, בורות, מצוקים, שד"מים, נק' ההפסקה, חציית כביש, ציר פינוי רפואי, ציר התקדמות החפ"ק.

8. גבולות גזרה

	צפון
	דרום
	מזרח
	מערב

9. גורמים מולם יש לתאם (תיאום שטחי אש, שטחי ניווט, פיקוד מרחבי, גורמים אזרחיים, גורמי ביטחון):

א.

ב.

ג.

ד.

## חלק ב' - היערכות, תכנון והכנות למסע

### 1. הכנת הכוחות

א. תכני לימוד טרם המסע, למפקדים ולחיילים

חיילים		מפקדים	
החומר הנלמד	תחום	החומר הנלמד	תחום
תחקיר, הוראה, מבחן	נושא	תחקיר, הוראה, מבחן	נושא

ב. תכנון זמני מנוחה ושעות שינה טרם המסע

(1) כמות שעות שינה מחייבות טרם המסע \_\_\_\_\_

(2) במסע בו ניתנה החרגה של שעות שינה יש למלא את הטבלה:

דגשים בטיחותיים	תכנון השלמת שעות השינה	מאשר ההחרגה	כמות שעות ערות מהפעם האחרונה שישנו 7 שעות מלאות	אוכלוסייה
				מפקדים
				לוחמים
				מערך הבטיחות
				נהגי רכב

ג. תכנון זמני שתייה ומזון טרם המסע

---

---

ד. בדיקת חובש/רופא

---

---

ה. תדריך נהגים/נוהגים (חפ"ק, מנהלה וכד')

דגשים	גורם מבצע תדריך ומועד	סד"כ	אוכלוסיית נהגים

ו. אופן סימון הכוח במסע (יום/לילה)

---

---

עמוד 29 מתוך 39  
בלמ"ס  
(שמור [לפחות] לאחר מילוי)

ז. תכנון הגעה למסע וחזרת הכוח מהמסע

הכוח הנע	תנועה מ	תנועה אל	אופן התנועה (רכוב/רגלי/רקום)	ציר התנועה (כביש, שביל, ש"א וכד')	דגשים בטיחותיים

ח. מצב הנשק במסע (לכלל הכוחות)

השלב במסע	סוג הכוח (מתורגלים, מנהלה וכד')	מצב הנשק	דגשים בטיחותיים

2. סיור שטח - מי מבצע, מתי יבוצע והיכן

המופע	משתתפים במופע	מועד הביצוע ביחס לזמן המסע	מוביל המופע	הערות
סיורי שטח בטיחות				

3. לוחות זמנים - הכנות, התקדמות וסיום המסע

מס"ד	פעילות	מועד
1	מסדר רוויה 1	
2	מסדר רוויה 2	
3	התארגנות למסע	
4	יציאה למסע	
5	דיווח כניסה לשטח האימון	
6	תדרוך ובדיקת חובש	
7	בדיקת קשר ודיווח לגורם שליטה	
8	פריקת נשקים	
9	ביצוע מסע	
10	זמני הפסקות ומנוחות שתייה ומזון במהלך המסע	
11	סיום המסע	
12	דיווח סיום לגורמי שליטה	
13	תחקיר (קטלוג תחקירים)	
14	ארוחה לאחר המסע	
15		

עמוד 30 מתוך 39  
בלמ"ס  
(שמור [לפחות] לאחר מילוי)

4. קשר

תדר/מספר	רשת
:	רשת הביצוע
:	חמ"ל מרחבי
:	מתא"ם מרחבי

5. דרכי תקשורת במסע

מספר טלפון	תפקיד	שם מלא

6. אבטחת אמת

דגשים בטיחותיים	מצב הנשק	הרכב כח האבטחה

**חלק ג' - תכנית בטיחות**

1. שטח ביצוע המסע (אש/אזרחי) : \_\_\_\_\_

2. מגבלות שטח המסע (מפגעים)

מס"ד	המגבלה	המיקום	אופן הסימון	הסיכון	פעילות מנע/סימון
1	שמורות טבע / עתיקות				
2	שד"מ אמת				
3	מכשולי אמת				
4	בורות, בארות				
5	מסילות ברזל				
6	ישובים/מחנות בגזרה				
7	תנועה לצד צירים / כבישים				
8	חציית כבישים / נחלים				
9	קווי מתח				
10	מצוקים				
11	אחר				

3. תכנון חציות כבישים

רמת מפקד המעבר: \_\_\_\_\_

מספר הכביש הנחצה	הרכב כוח חסימת הכביש	מיקום החציה בכביש (ניתן לצרף עזר)	ציוד כוח החסימה (ספקאורים, פנסים, אפודות זוהרות וכ"י)	מה מתוכנן לחצות (כוח רגלי, רכב)

דגשי בטיחות והתנהלות לכוח החסימה:

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

עמוד 32 מתוך 39  
בלמ"ס  
(שמור [לפחות] לאחר מילוי)

4. רפואת אמת - כרך א' כללי הוראה 2.7 "רפואה באימונים"

כוח רפואה שמחפ"ק את המסע, סוג הרכב ויעדי פינוי	
הרכב הכוח (חובש/מטפל בכיר/וכו')	
ציוד חובה	
מיקום (לפי שלבי המסע)	
זמן הגעה לאירוע	
סוג רכב הפינוי	
יעדי הפינוי	
צירי פינוי/נק' שחלוף	

הקפצת מסוק לפינוי פצועים	
חמ"ל ש"א או חמ"ל מתא"ם פיקוד מרחבי	טלפון -
קש"ט מסוקים	טלפון - 03-6062264
תדר ואו"ק - ש"א בו מתבצע התרגיל / חמ"ל פיקוד מרחבי (באזור אזרחי)	תדר - או"ק -
נ.צ הנחתת מסוק	

5. טבלת ניתוח נת"בים וניהול סיכונים (דוגמא):

השלב במסע	הנת"ב	פעילות מניעה ובקרה
טרם המסע	הצטרפות חיילים שנעדרו מאימונים תקופה ארוכה	<ul style="list-style-type: none"> <li>בדיקה עם קא"ג לגבי אופן החזרה לאימונים מול סרגל מאמצים.</li> <li>בדיקת חובש/רופא לפני המסע.</li> <li>תשומת לב מיוחדת לחייל המצטרף במהלך המסע.</li> </ul>
מהלך המסע	זיהוי כוחות בלילה על צירי התנועה	<ul style="list-style-type: none"> <li>שימוש ברצועות מחזירות אור כמתחייב.</li> <li>פנסים בתוך הכוח בשליפה לפי הצורך.</li> </ul>
מהלך המסע	חיילים כושלים	<ul style="list-style-type: none"> <li>זיהוי חיילים כושלים במהלך המסע.</li> <li>בדיקה רפואית.</li> <li>לא להתיר לחיילים להמשיך אם יש ספק.</li> <li>לשקול את ערך הדבקות במשימה אל מול הסיכון האפשרי.</li> </ul>
	נתק חיילים	<ul style="list-style-type: none"> <li>מפקד סוגר הכוח.</li> <li>התפקדויות.</li> <li>הצמדת חיילים טובים לחיילים בעייתיים.</li> </ul>
	שינוי מז"א, שינוי בתנאי הקרקע	קבלת החלטות בהתאם – למז"א, הגבלת תנועה, קיצור מסע.
	מעבר בשטחי אש	סריקת הציר רכוב קודם למסע – אין מעבר על יעדים או בסמוך.

עמוד 33 מתוך 39  
בלמ"ס  
(שמור [לפחות] לאחר מילוי)

6. בדיקות חיוניות לביצוע המסע (מנהל המסע):

א. תכנון המסע

- קרא ולמד את תיק המסע וכתוב נספח 24 שעות
- הגדר בעלי תפקידים במסע - מפקד המסע, מנהל המסע, חפ"ק למסע, גורם רפואי (בהתאם להוראה 2.7), נהג פינוי.

- בצע סיור שטח מקדים בציר המסע לטובת איתור נת"בים והעלה אותם ע"ג מפה.

ב. הכנת הכוח למסע

- וודא מנוחה מספקת למפקדים ולחיילים טרם המסע.
- בצע מסדר רוויה לחיילים ולמפקדים ומלא את המעקב השמי.
- העבר תחקירי בטיחות - יש למלא מעקב - קישור לתחקירים מומלצים ללמידה.
- בצע בוחן בטיחות - יש למלא מעקב.
- בצע בדיקת 'סרגליסטים'. עקוב אחר חיילים שנעדרו מאימונים - מ"מ + מדא"ג + רופא.
- בצע מסדר חובש/מטפל בכיר, תלוי ברמת המסע.
- בדוק עומס חום או קור - מנהל המסע + גורם רפואי.
- בדוק משקל על גבי החיילים (עד 40% ממשקל הגוף לחיילים ועד 30% לחיילות).
- בדוק לבוש וציוד נדרש שהוגדר על ידי מפקד מאשר המסע - נעליים גבוהות, בגדי עבודה, כובע, אפוד ונשק.

7. הוראות בטיחות ייחודיות (התדריך לכוח יבוצע עפ"י הוראות אלו):

- א. פירוט שלבי המסע עפ"י המתווה, וההתניות בין הכוחות לכל שלב.
- ב. פרט כיצד תסומן התנועה, כוחותינו, ג"ג (לוודא זיהוי) וסדר התנועה.
- ג. מקומות מסוכנים ומכשולים קרקעיים והמענה להם.
- ד. מצב הנשק לקראת המסע ובמהלכו.
- ה. אבטחת אמת.
- ו. פו"ש - מנהל המסע, פירוט מערך הבטיחות ומיקומם עפ"י שלביו.
- ז. כוחות שכנים.
- ח. רפואה ופינוי אמת- פירוט כוח רפואי זמין, ציר פינוי, זיהוי וטיפול בחייל כושל.
- ט. פעולות מסיימות - חזרה למחנה, תנועות מנהלתיות וכד'.
- י. לוי"ז המסע.
- יא. דגשים נוספים.

עמוד 34 מתוך 39  
בלמ"ס  
(שמור [לפחות] לאחר מילוי)

**נספח א' לתיק המסע - נספח 24**  
נספח השלמה לתיק מסע

נספח זה מהווה השלמה לתיק מסע ולא מהווה תחליף לתיק המסע.  
הנספח ייכתב ע"י מפקד הכוח המבצע לפני ביצוע ויאושר ע"י מאשר המסע.

**דף אישורים**

1. הנספח נכתב ע"י

שם מלא	דרגה	תפקיד	תאריך	חתימה
--------	------	-------	-------	-------

2. תיק המסע אושר ע"י

שם מלא	דרגה	תפקיד	תאריך	חתימה
--------	------	-------	-------	-------

3. בעלי תפקידים

מאשר המסע

שם מלא	דרגה	תפקיד	תאריך	חתימה
--------	------	-------	-------	-------

מפקד המסע

שם מלא	דרגה	תפקיד	תאריך	חתימה
--------	------	-------	-------	-------

מנהל המסע

שם מלא	דרגה	תפקיד	תאריך	חתימה
--------	------	-------	-------	-------

4. הסד"כ המשתתף וכשירותו

	מסגרת מבצעת
	מאפייני המשתתפים (טירונים, סגל, צוערים וכד')
	מספר המשתתפים באופן מלא
	מספר המשתתפים באופן חלקי

**עמוד 35 מתוך 39**  
**בלמ"ס**  
 (שמור [לפחות] לאחר מילוי)

**5. שילוב בסרגל מאמצים של חיילים מצטרפים**

- א. על בסיס הוראות קחצ"ר מס' 1,2 בנושא כושר קרבי
- ב. טבלאות שבצ"ק מצטרפים – יאושרו על ידי קא"גית, ומפקד מאשר המסע.
- ג. להלן דוגמא לשבצ"ק מפקד סרגל:

שבצ"ק מפקדי סרגלים						
מספר הסרגל וסוגו	מפקד הסרגל (שם מלא)	תפקיד	מס' ק"מ מאושר למסע רגיל	מס' ק"מ מאושר למסע אלונקות	משקל סחיבה נוסף	שלב הצטרפות למסע
סרגל X - כמות ק"מ _____			X ק"מ מתוך _____ ק"מ	X ק"מ מתוך _____ ק"מ	X% משקל גוף	

שבצ"ק מצטרפים				
מס"ד	שם החייל	סיבת היעדרות ממסע קודם	שלב הצטרפות למסע	הגבלות מיוחדות
1				

ד. שבוע האימון

(לציין אם במסגרת הכשרה) \_\_\_\_\_.

ה. מספר שעות השינה בלילה שקדם למסע \_\_\_\_\_.

ו. לפני המסע, בתאריך \_\_\_\_\_ בוצע/יבוצע תשאול של החיילים ע"י חובש/מטפל בכיר

לבדיקת כשירותם להשתתפות במסע. \_\_\_\_\_

ז. בדיקת כשירות החיילים בהיבט מעקב אחרי תוכנית אימונים של כלל החיילים (מעקב אישי). \_\_\_\_\_

עמוד 36 מתוך 39  
בלמ"ס  
(שמור [לפחות] לאחר מילוי)

6. כוח רפואה

- א. המסע תואם מול מרפאת היחידה בתאריך \_\_\_\_\_.
- ב. גורם רפואי מתואם: שם מלא \_\_\_\_\_ טלפון \_\_\_\_\_.
- ג. חובש/מטפל בכיר יהיה נוכח, מצויד וזמין לטיפול רפואי בשטח ביצוע המסע.
- ד. רכב פינוי למסע
- (1) מיקום הרכב \_\_\_\_\_.
- (2) אחראי על הבאת רכב הפינוי \_\_\_\_\_.
- (3) דרכי תקשורת: \_\_\_\_\_
- א) טלפון \_\_\_\_\_.
- ב) קשר \_\_\_\_\_.
- ה. תדרוך נהג רכב הפינוי לגבי צירי פינוי, דרכי הגעה וכד' יבוצע ע"י מנהל המסע.

7. מזג אוויר

- א. עונת אקלים (הקף בעיגול) - חורף / קיץ / עונות מעבר
- ב. אזור אקלים \_\_\_\_\_
- ג. התניות, הגבלות ודגשי מזג אוויר

---

---

---

- ד. הכנות וציוד נדרש

---

---

---

- ה. מדידת עומס חום / קור (טרם יציאה למסע ותו"כ המסע): \_\_\_\_\_

8. אבטחת אמת - נוהל החזקת נשק ופתיחה באש על פי ההוראות המרחביות

הרכב כח האבטחה פירוט שמ"י	מצב הנשק	דגשים בטיחותיים	עברו תדריך ע"י מנהל המסע או בא כוחו

עמוד 37 מתוך 39  
בלמ"ס  
(שמור [לפחות] לאחר מילוי)

9. שתייה

- א. אחראי על "נוהל רוויה": \_\_\_\_\_  
ב. אחראי על אספקת המים: \_\_\_\_\_

10. נת"בים - מפגעים/נפלים:

- א. סיור לאיתור מפגעים/נפלים בשטח המסע בוצע בתאריך \_\_\_\_\_ על ידי \_\_\_\_\_  
ב. במהלך הסיור אותרו המפגעים הבאים:

מס"ד	המקום	המפגע/נפל	הסיכון	דרכי התמודדות
1				
2				

11. פירוט מחנות בגזרה

---

---

---

12. כוחות שכנים המתאמנים שוהים בסמוך לציר המסע

שם הכוח	אות קריאה	מיקום	כיוון	תיאום כניסה עם כוח שכן או מתאמן	הערות

13. אישורים והחרגות המחייבים אישור של מאשר התיק (שינוי מתווה, הורדת שלב, וכו')

---

---

---

14. השלמה לתדריך הבטיחות לכוח

דגשים ייחודיים ליום הביצוע לאור ניתוח הסיכונים למשימה, ינותח וימולא ע"י מנהל המסע (דגשים אלו יעברו בתדריך הבטיחות לכוח בנוסף להורא"ב הספציפיות מתוך תיק המשימה לתכנון המסע):

---

---

עמוד 38 מתוך 39  
 בלמ"ס  
 (שמור [לפחות] לאחר מילוי)

דף תיעוד

<b>שם המנחה</b> הוראות בטיחות למסעות וכתובת תיק מסע		<b>סיווג בטחוני</b> בלמ"ס שמור לפחות לאחר מילוי
<b>תאריך הוצאה</b> 2005		<b>מס' עמודים</b> 39
<b>גרסה 2005</b>		
<b>כתיבה ועריכה</b> רס"ן אהוד וולשטיין רמ"ד בטיחות באימונים  סא"ל יוסי בן שמחון רע"ן בטיחות ובקרה	<b>בדיקה</b> סא"ל יוסי בן שמחון רע"ן בטיחות ובקרה	<b>אישר</b> אל"ם גברעם הגלילי ראש מבק"א יבשה
<b>גרסה אוקטובר 2010</b>		
<b>כתיבה ועריכה</b> רס"ן אהוד וולשטיין רמ"ד בטיחות באימונים  סא"ל צביקה דן רע"ן בטיחות ובקרה	<b>בדיקה</b> סא"ל צביקה דן רע"ן בטיחות ובקרה	<b>אישר</b> אל"ם גברעם הגלילי ראש מבק"א יבשה
<b>גרסה ינואר 2024</b>		
<b>עדכון</b> רס"ן אור בן סלומון רמ"ד בטיחות באימונים מבק"א יבשה  רס"ן יוגב דמארי רמ"ד בטיחות בהכשרות מבק"א יבשה  רס"ן איציק אלפנט רמ"ד מו"פ תפקוד פיזיולוגי מקרפ"ר  סרן חגי שלו קמ"ט תוכניות אימונים מחלקת כושר גופני	<b>עריכה</b> אע"צ שירן דביר רמ"ד התורה וההוראות מבק"א יבשה	<b>בדיקה</b> רס"ן איתי קטקו רע"ן פיזיולוגיה מקרפ"ר  סא"ל גבי מטרזו רע"ן בטיחות ביבשה מבק"א יבשה  אע"ב (אל"ם במיל') אבי דהן רמ"ח כושר קרבי
<b>אישור</b> אל"ם ניר יוגב ראש מבק"א יבשה  תא"ל אלון גלזברג קצין רפואה ראשי  תא"ל ערן אוליאל קצין חי"ר וצנחנים ראשי		

עמוד 39 מתוך 39  
בלמ"ס  
(שמור [לפחות] לאחר מילוי)

גרסה יולי 2024		
<p><b>בדיקה</b></p> <p>רס"ן איתי קטקו רע"ן פיזיולוגיה מקרפ"ר</p> <p>סא"ל אסף זגורי רע"ן בטיחות ביבשה מבק"א יבשה</p> <p>אע"ב (אל"ם במיל") אבי דהן רמ"ח כושר קרבי</p>	<p><b>עריכה</b></p> <p>אע"צ שירן דביר רמ"ד התורה וההוראות מבק"א יבשה</p>	<p><b>עדכון</b></p> <p>רס"ן אור בן סלומון רמ"ד בטיחות באימונים מבק"א יבשה</p> <p>רס"ן יוגב דמארי רמ"ד בטיחות בהכשרות מבק"א יבשה</p> <p>רס"ן איציק אלפנט רמ"ד מו"פ תפקוד פיזיולוגי מקרפ"ר</p> <p>סרן חגי שלו קמ"ט תוכניות אימונים מחלקת כושר גופני</p>
<p><b>אישור</b></p> <p>אל"ם ניר יוגב ראש מבק"א יבשה</p> <p>תא"ל אלון גלזברג קצין רפואה ראשי</p> <p>תא"ל ערן אוליאל קצין חי"ר וצנחנים ראשי</p>		