



Marinier

Heb jij het in je?

De Marinier Algemeen Selectie Test

Marinier word je niet zomaar. Daarvoor moet je heel wat in huis hebben. Wil jij de uitdaging aangaan? Bereid je dan voor op een medische screening, een fitheidstest en de Marinier Algemeen Selectie Test (MAST). Hieronder lees je waarom we je zo uitgebreid testen en wat je kunt verwachten.



Waarom testen?

Mariniers moeten sterk zijn. Niet alleen fysiek, maar ook mentaal. Ze moeten tot het uiterste kunnen gaan, doorbijten als het tegenzit, respectvol met mensen om kunnen gaan en vooral ijzersterke teamspelers zijn. Wij willen weten of jij deze eigenschappen in je hebt en of je ze verder kunt ontwikkelen. De screening en tests geven ons daar een goed beeld van. Ze maken ook duidelijk of je de Eerste Militaire Vorming (EMV) en vooral de Elementaire Vakopleiding (EVO) later aankunt.

Programma

Solliciteer je om marinier te worden en is je sollicitatie in orde, dan nodigen we je uit voor de volgende onderdelen:

1. Medische screening

Eerst onderga je een medische screening bij het Dienstencentrum Werving & Selectie in Amsterdam. Een arts bekijkt onder andere je bloeddruk, hart, longen, botten en gewrichten. Met het onderzoek wil hij vaststellen of je zonder gezondheidsrisico's aan de fitheidstest en de MAST kunt deelnemen.

2. Fitheidstest

Kom je door de medische screening, dan is het volgende onderdeel de fitheidstest. Die vindt aansluitend plaats, ook in Amsterdam.

De eisen hiervoor zijn:

- coopertest: in 12 minuten minimaal 2700 meter hardlopen;
- pull-ups: minimaal 4 stuks;
- push-ups: minimaal 30 stuks;
- sit-ups: minimaal 30 stuks;
- PT-sessie (Physical Training: kracht- en uithoudingsoefeningen)

Haal je deze minimale eisen niet, dan kun je niet verder naar de MAST. De onderdelen moeten ieder op zich gehaald worden. Je kunt dus niet met het ene onderdeel compenseren wat je bij het andere onderdeel tekortkomt.

3. MAST

Ben je voor de fitheidstest geslaagd, dan word je uitgenodigd om enkele weken later naar Budel en Weert te komen voor de Marinier Algemeen Selectie Test (MAST). De MAST duurt drie dagen en heeft twee doelen:

- **Voor jou:** jij ervaart tijdens de MAST hoe het leven en werken bij het Korps Mariniers eruitzien. Je krijgt een realistisch beeld van hoe het er straks aan toe gaat en wat je moet kennen en kunnen.
- **Voor ons:** wij bekijken tijdens de MAST of je het in je hebt om met goed gevolg de EMV en EVO af te ronden.





In de MAST testen we je op twee grote onderdelen: enerzijds je fysieke gesteldheid (kracht- en uithoudingsvermogen) en anderzijds vier belangrijke competenties. Dit zijn kameraadschap, discipline, incasseringsvermogen en doorzettingsvermogen.

De fysieke gesteldheid en de vier competenties worden getest op vijf onderdelen:

1. **PT-sessie (Physical Training: kracht- en uithoudingsoefeningen);**
2. **zwemtest;**
3. **klimtoren (afdalén);**
4. **militaire zelfverdediging (MZV);**
5. **gecombineerde mars/speedmars.**

De onderdelen worden apart van elkaar beoordeeld, maar hier kun je wél met het ene onderdeel goedmaken wat je op het andere onderdeel minder goed hebt gedaan. Alle oefeningen doe je onder tijdsdruk. Ook krijg je groepsopdrachten.

Naast alle testen krijg je tijdens de MAST ook voorlichting. We laten je, onder andere met een 'static display' en een film, meer zien van het Korps Mariniers en de mariniersopleiding.

Na drie dagen MAST volgt het eindoordeel. Hierin wordt verwoord hoe je hebt gescoord en wordt een advies aan Bureau Aanstellingen van het Dienstencentrum Werving & Selectie gegeven, dat uiteindelijk bepaalt of je verder gaat met je keuringen. Een positief advies na afloop van de MAST vergroot dus je kansen. Op aangeven van Bureau Aanstellingen kun je je keuringstraject vervolgen. Je moet daarvoor nog een psychologisch, een geneeskundig en een veiligheidsonderzoek ondergaan. Pas als je die ook met goed gevolg hebt afgelegd, ben je aangenomen.

Tot slot

De toelatingsprocedure voor mariniers is zwaar, maar slaag je, dan weten we zeker wat we aan je hebben. Omgekeerd kom jij niet voor verrassingen te staan over wat het werk inhoudt. De MAST is een zware test, maar je hoeft geen superman te zijn om hem te halen. Heb je de fitheidstest met goed gevolg afgelegd, dan kun je ook de MAST halen. Je moet natuurlijk wel zorgen dat je uitgerust en goed voorbereid bent. En vooral: je moet het écht willen. Succes!

