

## **Ruck 150 for 150**

As part of the UBIQUE 150 celebrations, Captain Jeff Fry and Captain George Proner, two artillery officers who recently returned from overseas deployment, aimed to march 150km in seven days in recognition of 150 years of loyal service to Canada! Wanting to also recognize the incredible service frontline healthcare workers have provided to Canadians during the Covid-19 pandemic, the *Ruck 150 for 150* challenge was also a fundraiser for St. John Ambulance.

Jeff and George stepped off on 10 May and finished on 16 May, having completed a total of 154 kms and raising a total of \$6250 for St. John Ambulance. Congratulations Jeff and George on your incredible efforts! To learn more about this initiative or to continue the challenge in your community visit: [www.ruck150.ca](http://www.ruck150.ca).

---

Dans l'esprit des célébrations d'UBIQUE 150, Jeff Fry et George Proner, deux officiers d'artillerie qui viennent de retourner de déploiement outre-mer, ont décidé de marcher 150 kms en sept jours en reconnaissance des 150 ans de service loyal des batteries A et B au Canada. Afin de reconnaître le service incroyable que nos travailleurs de la santé ont offert aux canadiens et canadiennes pendant la pandémie Covid-19, le défi *Ruck 150 for 150* était aussi une levée de fonds pour l'Ambulance Saint-Jean.

Jeff et George se sont mis en route du 10 au 16 mai, parcourant 154kms, tout en ramassant 6250\$ pour l'Ambulance Saint-Jean. Félicitations à Jeff et George pour vos efforts incroyables ! Pour en savoir plus ou pour continuer le défi dans votre communauté, visitez : [www.ruck150.ca](http://www.ruck150.ca)



Preparatory Fire. Jeff (left) and George (right) getting ready to take on the challenge of 150 kms in seven days. They are excited to participate in the UBIQUE 150 celebrations, recognizing the rich history of the RCA while supporting frontline workers through the St. John Ambulance charity.

Feu préparatoire. Jeff (à gauche) et George (à droite) prêts à commencer le défi de parcourir 150kms en sept jours. Ils ont hâte de participer aux célébrations d'UBIQUE 150, reconnaissant la richesse d'histoire de l'ARC, en soutenant les travailleurs de la santé à travers l'Ambulance Saint-Jean.



D-Day (10 May) - No Turning Back. The first 22 kms! The gravity of rucking for six more days is beginning to set in. Incredible support from the Gunner family on day one (including some fellow commonwealth Gunners)!

Jour-J (le 10 mai) - Le point de non-retour. Les premiers 22kms ! La gravité de marcher encore six jours devient évidente. Nous avons reçu d'incroyable soutien de la famille d'Artilleurs (incluant des Artilleurs du Commonwealth) !



Day 2 (11 May) - Rucking in Farm County. Jeff stops to say 'hi' to a four legged admirer - literally, horse... artillery.

Jour 2 (le 11 mai) - Marchant à la campagne. Jeff arrête pour dire 'Salut' à un admirateur à quatre pattes – artillerie... à cheval



Day 3 (12 May) - Off the Beaten Path. Another 22 kms - this time through some wonderful local trails. This could become a habit! Some great socially distanced connections with curious members of the public wondering what we were up to.

Jour 3 (le 12 mai) - Hors des sentiers battus. Encore 22kms – cette fois-ci à travers d’incroyables sentiers. Ça pourrait devenir une habitude ! Nous avons fait des connections à distance sociale avec les membres du public curieux de ce que nous faisons.



Day 4 (13 May) - Half-way Point! Officially 88 kms done and close to \$3000 raised for St. John Ambulance! Jeff and George address their supporters (post-ruck!) and provide an update on their progress to-date.

Jour 4 (le 13 mai) - Mi-chemin! 88kms complétés et près de 3000\$ collecté pour l'Ambulance Saint-Jean! Jeff et George s'adressent à leurs supporteurs (après la marche !) pour donner une mise à jour de leur progrès.



Day 5 (14 May) - Local St. John Ambulance Branch. Today's route took us by the St John Ambulance Guelph branch, one of the many national branches that will benefit from our fundraising.

Jour 5 (le 14 mai) - À la filiale locale de l'Ambulance Saint-Jean. Notre route aujourd'hui nous a mené à la filiale de l'Ambulance Saint-Jean de Guelph, une de plusieurs filiales nationales qui vont bénéficier de notre levée de fonds.



Day 6 (15 May) - A Late Night. Jeff conducted Forward Observation Officer training during our regular schedule, so we started and finished quite late. Nothing stops the artillery from providing support!

Jour 6 (le 15 mai) - Tard dans la nuit. Jeff a pris part à l'entraînement d'officier observateur avancé pendant la journée, donc nous avons terminé tard. Rien ne peut arrêter l'appui-feu de l'artillerie !











# Ruck 150km for 150 years

Rucking 150km in celebration of Ubique 150!

## Progress towards our \$15,000 goal!

Current total: \$6250

		
<p><b>Celebrate Ubique 150</b></p>  <p>It's an exciting year for the Royal Canadian Artillery! The 150th anniversary, in 2021, of the establishment of A and B Batteries – the first “full-time” or “regular”</p>	<p><b>Donate to St. John Ambulance</b></p>  <p><b>St. John Ambulance</b> SAVING LIVES at work, home and play</p> <p>St. John Ambulance needs your support now more than ever.</p>	<p><b>Follow our Progress</b></p> 

Day 7 (16 May) - Final Day. A total of 154 kms competed and \$6250 raised for St. John Ambulance. The support from the Gunner community and beyond throughout our challenge was astounding! We couldn't be prouder to call ourselves Gunners. Ubique!

Jour 7 (le 16 mai) - Le jour final. Un total de 150 kms complétés et 6250\$ ramassés pour l'Ambulance Saint-Jean. Le soutien de la communauté d'Artilleurs et d'autrui à travers notre défi a été stupéfiant! Nous sommes énormément fiers d'être Artilleurs. Ubique!