

BROADCAST

Kodim 1001/HSU-BLG Laksanakan Kesegaran Jasmani

Maskuri - HSU.BROADCAST.CO.ID

Oct 11, 2023 - 17:04



Kodim 1001/HSU-BLG Laksanakan Kesegaran Jasmani

Amuntai- Dalam rangka menjaga dan meningkatkan serta mengukur kemampuan Fisik Prajurit, Kodim 1001/HSU-Balangan melaksanakan Tes Kesegaran Jasmani (Garjas) Periodik yang dilaksanakan di Stadion Karias, Ds.Sungai Karias, Kec. Amuntai Tengah, Kab. Hulu Sungai Utara. Rabu (11/10/2023)

Kegiatan ini adalah program rutin dari Komando Atas Angkatan Darat, dengan tujuan untuk mengecek serta meningkatkan kemampuan fisik para prajurit TNI – AD khususnya Kodim 1001/HSU-Balangan, sehingga dalam menjalankan tugas pokoknya bisa berjalan dengan lancar dan maksimal.



Dandim 1001/HSU-BLG Letkol Inf Dhuwi Hendradjaja, S.Sos.,M.I.Pol. melalui Pasiops Kodim 1001/HSU Kapten Arm Supiandi mengatakan, kegiatan Garjas merupakan kegiatan rutin sebagai upaya pembinaan satuan yang terdiri dari beberapa materi, yakni Kesemaptan A (Lari) waktu 12 menit dilanjutkan Kesemaptan B (Pull-Up, Sit-Up, Push-Up, Shuttle Run) 1 menit masing-masing item dan diakhiri dengan ketangkasan berupa Renang Jarak 50 meter.

“Sebagai Prajurit TNI, kondisi fisik yang prima sangat dibutuhkan guna mendukung pelaksanaan tugas yang diberikan oleh Komando Atas, dimana kegiatan Garjas adalah salah satu upaya untuk meningkatkan kemampuan fisik prajurit”,

Pasiops Kodim juga memaparkan, Seluruh Prajurit yang memenuhi syarat dalam melaksanakan kegiatan Garjas, baik dari Makodim maupun dari masing-masing Koramil sejajaran turut berpartisipasi dalam kegiatan pembinaan kebugaran fisik yang diperlukan dalam pelaksanaan tugas sehari-hari”,

Semoga dengan dilaksanakan kegiatan ini kedepannya Anggota Kodim 1001/HSU-Balangan mendapatkan fisik yang prima, sehat ,dan dapat menjalankan tugas dengan baik". (Pendim 1001)