

XPRESS

Korem 012/TU Gelar Kesegaran Jasmani Periodik Semester II TA. 2024

Ahmad Rohanda - XPRESS.CO.ID

Oct 29, 2024 - 16:01



Meulaboh – Tes kemampuan fisik prajurit, Korem 012/TU melaksanakan Tes Kesegaran Jasmani Periodik Semester II TA. 2024 yang dilaksanakan selama empat hari dari tanggal 29 Oktober s.d 01 November 2024, diikuti seluruh prajurit Korem 012/TU Pamen, Pama, Bintara dan Tamtama jajaran Korem 012/TU bertempat di lapangan Shuttle Run Korem 012/TU, Desa Ujong Tanoh Darat, Kec. Meureubo, Kab. Aceh Barat, Selasa (29/10/2024).

Sebelum melaksanakan tes kebugaran jasmani, seluruh peserta wajib melaksanakan cek tensi kesehatan oleh tim Denkesyah IM 04.02 dan Dokter dari Rumkit TK IV IM 07.02, pengukuran tinggi dan berat badan, selanjutnya bagi prajurit dan PNS yang dinyatakan memenuhi syarat dapat mengikuti kebugaran jasmani, dan dilanjutkan dengan pemanasan senam peregangan yang dipimpin oleh personel Jasrem 012/TU.

Materi yang dilaksanakan dalam tes kebugaran jasmani periodik yakni, lari selama 12 menit, pull up, sit up, push up, shuttle run serta ketangkasan renang jarak 50 meter.



Dalam kesempatan itu, Ps. Kajasrem 012/TU Letnan Dua Inf Yusuf H. Nduru menyampaikan, tes kebugaran jasmani periodik merupakan kewajiban bagi prajurit yang harus dilaksanakan, guna mengetahui sejauh mana tingkat kebugaran fisik prajurit, sekaligus untuk mengukur kemampuan fisik prajurit secara berkala.

“Dengan dilaksanakannya tes kebugaran jasmani dapat terlihat sejauh mana tingkat keberhasilan pembinaan fisik pada setiap prajurit yang dilaksanakan di satuannya secara rutin, ini sangat membantu dalam mengikuti tes kebugaran jasmani kapan pun akan dilaksanakan”, ujarnya.

Selanjutnya, “Kepada seluruh prajurit, saya berharap dalam pelaksanaan kegiatan tetap jaga faktor keamanan selama kegiatan berlangsung, dan laksanakan kegiatan dengan semaksimal mungkin, sesuai dengan kondisi fisik serta kemampuan masing-masing”, pungkasnya.

Tampak hadir kegiatan tersebut, para Kasi Korem 012/TU dan diikuti oleh seluruh prajurit Korem 012/TU dan Dinas Jawatan. (*)