

Kodim Sumenep Laksanakan Garjas Periodik II Tahun 2023

Achmad Sarjono - SUMENEP.INFORMAN.ID

Sep 22, 2023 - 23:59



SUMENEP - Pagi ini, prajurit Kodim 0827/Sumenep melaksanakan Test ke-segaran jasmani (Garjas) Samapta Periodik II Tahun 2023 di Stadion A.Yani, Desa Pabian, Kecamatan Kota Sumenep. Kamis (21/9/2023).



Kegiatan di ikuti para prajurit dari Kodim 0827/Sumenep dan dilaksanakan selama dua hari.

Adapun tujuan dari pelaksanaan Garjas periodik ini adalah untuk mengetahui tingkat kebugaran fisik prajurit sekaligus mengukur kemampuan kesamaptaan jasmani seorang prajurit secara berkala.

Sementara itu, untuk Tim penyelenggara Garjas yakni dari Binjasmil Korem 084/BJ yang dipimpin Letda Inf Puryono.

Kegiatan Garjas samapta ini dimulai dari pemeriksaan tensi oleh tim kesehatan Kodim 0827/Sumenep dan dilanjutkan dengan senam peregangan yang dipimpin salah satu tester Jasrem 084/BJ.

Mewakili Dandim 0827/Sumenep, Pasipers Kapten Inf Didik Prasetyo saat mengambil apel mengatakan bahwa kegiatan tes kesegaran jasmani (Garjas) ini sebagai tolak ukur pembinaan satuan, dan merupakan program yang harus dilaksanakan secara periodik yaitu satu tahun 2 kali.

"Kegiatan tes garjas ini merupakan program dari komando atas, dan saat ini masuk pada periodik kedua pada tahun 2023" Jelas Pasipers Kapten Didik.

Pasipers mengimbau kepada seluruh prajurit yang mengikuti agar tetap melaksanakan sesuai petunjuk dan aturan kegiatan Garjas mulai dari pemeriksaan tensi, penimbangan berat badan, senam peregangan hingga pelaksanaan.

"Untuk itu, kepada prajurit tetap perhatikan faktor keamanan, apabila ada yang mempunyai kendala kesehatan seperti tensi tinggi harap laporan, tetap semangat, tapi tetap jaga faktor keamanan," imbaunya.

Senada dengan Pasipers, Pajasrem 084/BJ Letda Inf Puryono mengatakan kepada prajurit yang mengikuti tes garjas untuk tetap semangat mengikuti garjas periodik II.

"Tetap semangat, tetap jaga faktor keamanan, karena yang tau kondisi fisik adalah diri kita sendiri," ucapnya.

Lanjutnya, "diharapkan kepada prajurit yang ikut tes garjas, bisa memenuhi target nilai yang sudah ditentukan, serta bisa memelihara kebugaran tubuh masing-masing sehingga bisa menunjang pelaksanaan tugas pokok," Imbuhnya.

Usai melaksanakan garjas samapta, kegiatan dilanjutkan tes ketangkasan renang dasar gaya dada dengan jarak 50 meter yang dilaksanakan di kolam renang WPS.