

## Dandim 0415/Jambi Perintahkan Prajuritnya Ikuti Tes Jargas di Lapangan KONI

solmi - JAMBI.XPRESS.CO.ID

May 29, 2023 - 21:41



Foto : Dok Kodim 0415/Jambi

\*Dandim 0415/Jambi pelihara fisik prajuritnya mengikuti garjas periodik di lapangan Koni.\*

JAMBI - Komandan Kodim 0415/Jambi Letkol Arm Eko Pristono, SH mengaku memerintahkan dan mengirim prajuritnya untuk mengikuti tes kesegaran jasmani (Garjas) periodik I tahun 2023 di lapangan Tri Lomba Juang (KONI) Kota Jambi.

Kegiatan Garjas periodik ini merupakan program rutin dari komando atas dengan tujuan untuk mengecek dan meningkatkan kemampuan fisik para prajurit. Sekaligus mengukur kemampuan fisik para prajurit, sehingga dalam menjalankan tugas pokok dapat berjalan dengan lancar dan maksimal.

Kegiatan Garjas dilaksanakan selama dua hari kerja, mulai dari Senin 29 Mei hingga Selasa 30 Mei 2023. Menurut Dandim, kegiatan dibagi menjadi dua gelombang dengan pertimbangan separo kekuatan dapat tetap menjalankan tugas-tugasnya dilapangan sebagai aparat kewilayahan, sehingga pelaksanaan Garjas tidak serta merta mengganggu tugas sehari-hari.

Dandim juga menekankan bagi personil yang akan melaksanakan Garjas agar melaksanakannya dengan serius dan tetap memperhatikan faktor kesehatan dan keamanan.

"Jangan sampai terjadi hal-hal yang dapat merugikan diri sendiri. Pembinaan fisik harus dilatihkan secara teratur dan berjenjang.

Laksanakan Garjas ini dengan baik, penuh semangat dan serius. Utamakan faktor keamanan. Yang tahu kemampuan kuat atau tidaknya melaksanakan Garjas adalah kalian sendiri. Jangan malu mengakui kelemahan dan ketidakmampuan diri," harap Dandim.

Ditambahkannya, disamping untuk mengukur fisik seorang prajurit, Garjas dilakukan untuk mengetahui dan mengukur kesamaptaan jasmani seorang prajurit secara berkala. (UTI)