

Para Komandan Kodim Jajaran Korem 082/CPYJ Ikuti Tes Garjas Periodik I 2021

Achmad Sarjono - JATIM.INDONESIASATU.CO.ID

May 27, 2021 - 22:29



KOTA MOJOKERTO - Dalam rangka menjaga dan meningkatkan serta mengukur kemampuan Fisik Prajurit, para Komandan Kodim jajaran dan para Pamen Korem 082/CPYJ melaksanakan Tes Kesegaran Jasmani (Garjas) Periodik I Tahun 2021 yang dilaksanakan di Stadion Olah Raga Ahmad Yani Kota Mojokerto, Kamis (27/5/2021)

Kegiatan Garjas Periodik tersebut di pantau langsung oleh Kasi Ops Korem 082/

CPYJ Letkol Inf Topan Angker dan ditinjau langsung oleh Tim Pengawas dari Jasadam V/ Brw Mayor Inf Gunawan.

Pelaksanaan Tes Garjas Periodik I TA 2021 ini meliputi Tes Kesegaran "A" yaitu melaksanakan Lari dengan Waktu 12 Menit dan Tes Kesegaran "B" meliputi gerakan Pull Up, Sit Up, Push Up dan Longhes durasi waktu 1 menit serta Shuttle Run. Selain itu juga dilaksanakan Tes Ketangkasan berupa Renang Gaya Dada jarak 50 meter.

Sebelum melaksanakan Tes Garjas, seluruh peserta melaksanakan pengecekan kesehatan oleh Tim Kesehatan dari DKT Mojokerto dengan dilakukan pengukuran tensi dan denyut nadi, selain itu Tim Kesehatan juga menyiapkan dukungan kendaraan ambulance untukantisipasi dan evakuasi bila terjadi hal-hal yang tidak diinginkan, memberikan pertolongan pertama untuk mempermudah jalannya evakuasi bila sewaktu-waktu diperlukan.

Tes Garjas Periodik ini merupakan kewajiban yang harus dilaksanakan oleh seluruh Prajurit TNI, kegiatan ini dilaksanakan dua kali dalam setahun. Dengan maksud dan tujuan untuk mengetahui sejauh mana tingkat kebugaran fisik prajurit, dan sekaligus untuk mengukur kemampuan fisik para Komandan Kodim, para Perwira, Bintara dan Tamtama Korem 082/ CPYJ.

Dalam pelaksanaan Tes Garjas Periodik I TA 2021 ini diikuti oleh seluruh Prajurit Korem 082/ CPYJ, Kodim 0815/ Mojokerto dan para Prajurit Balak Korem. (Penrem/Jon)