

## Letkol Inf Deny : Lakukan Dengan Semangat Dan Tetap Utamakan Keselamatan

Pardal Riyanto - [WONOGIRI.JOURNALIST.ID](http://WONOGIRI.JOURNALIST.ID)

Mar 11, 2022 - 18:42



WONOGIRI – Guna mengetahui tingkat kebugaran jasmani prajurit, Kodim 0728/Wonogiri menggelar test Kebugaran Jasmani (Garjas) Periodik I tahun 2022, Jum'at(11/3).

Kegiatan yang berlangsung di Stadion Pringgodani tersebut diikuti oleh prajurit jajaran Kodim 0728/Wonogiri yang meliputi Perwira, Bintara dan Tamtama, yang digelar selama dua hari terhitung mulai hari Kamis kemarin.

Dandim 0728/Wonogiri Letkol Inf Deny Octavianto mengatakan, pelaksanaan Garjas periodik ini sebagai tolak ukur pembinaan satuan, dengan tujuan untuk mengetahui tingkat kebugaran fisik prajurit, sekaligus mengukur kemampuan kesemaptaan jasmani seorang prajurit secara berkala.

Dandim meminta kepada anggota agar memaksimalkan pelaksanaan kesemaptaan, tetapi harus melihat aspek kesehatan dan kondisi tubuh masing-masing peserta.

“ Rekan-rekan anggota sendiri yang tahu kondisi dan keadaan fisik rekan-rekan. Bagi yang tidak kuat, jangan dipaksakan, lakukan dengan semangat dan tetap utamakan keselamatan ”, tegas Dandim.

Sementara itu, Pasiops Kapten Inf Toto Mardoyo menyampaikan, Garjas dilaksanakan selama Dua hari yakni Kamis dan Jum'at antara lain berupa, semapta A dan B yang terdiri dari materi lari 12 menit, sit up, push up, pull up, lunges dan shuttle run, juga akan dilakukan tes dasar renang militer,

(Arda 72).