

## Korem 083/Bdj : Tingkatkan Kemampuan Fisik Prajurit Melalui Garjas Periodik

Achmad Sarjono - [KOTAMALANG.GOBLOG.CO.ID](http://KOTAMALANG.GOBLOG.CO.ID)

May 30, 2023 - 13:52



KOTA MALANG - Dalam rangka memelihara kemampuan fisik Prajurit TNI-AD, Prajurit Korem 083/Bdj, Kodim 0833 Kota Malang dan Denhubrem 083/Bdj mengikuti Kesegaran Jasmani (Garjas) Periodik 1 (Pertama). Bertempat di Lapangan Parade Brawijaya Rampal Jl Ronggolawe Kota Malang, Selasa

(30/5/2023).



Danrem 083/Bdj Kolonel Inf. M.I. Gogor. A.A. sebagai wujud tanggungjawab selaku pimpinan turut hadir dan memberikan semangat serta motivasi kepada Prajurit dan PNS Makorem yang mengikuti Garjas. Beliau juga menyampaikan dalam pelaksanaan garjas, seluruh panitia dan pelaksana tetap mengutamakan faktor keamanan dan keselamatan demi kesuksesan kegiatan.

Mayor Caj (K) Lusi Indahyani selaku Perwira Seksi Personalia, beserta beberapa anggota Jasrem, memimpin langsung kegiatan ini. Beliau menjelaskan bahwa, kegiatan ini diselenggarakan berdasarkan Program Kerja di bidang Pembinaan Karir (Binkar), tegasnya.

Pada pelaksanaan Garjas terdapat beberapa tes fisik di antaranya Samapta A, berupa Lari 12 Menit yang telah ditentukan sesuai kategori umur. Kemudian, dilanjutkan dengan Samapta B seperti Pull-Up, Push-Up, Shit-Up dan Shutle-Run.

Total nilai tersebut akan dijadikan dasar dalam pertimbangan kenaikan pangkat dan seleksi pendidikan bagi Prajurit. Karena itu, setiap prajurit dituntut selalu melakukan pembinaan fisik secara perorangan di sela-sela pelaksanaan tugas dan tanggung jawabnya terhadap Bangsa dan Negara Kesatuan Republik Indonesia (NKRI) ini," ungkapnya.

(Penrem 083/Bdj)