

XPRESS

Korem 142/Tatag Laksanakan Kesamaptaan Jasmani Periodik Semester I TA. 2023

M Ali Akbar - SULBAR.XPRESS.CO.ID

May 3, 2023 - 12:12



Mamuju - Personel Korem 142/Tatag beserta Balak Ajurem melaksanakan Samapta periodik semester I tahun 2023 dilapangan Tammajarra Korem 142/Tatag Jl. Abd. Malik Pattana Endeng Mamuju Sulbar, Rabu (03/05/2023).



Kegiatan tes Kesamaptaan jasmani ini bertujuan untuk mengukur kemampuan dan kondisi fisik para Prajurit Korem 142/Tatag dalam mendukung pelaksanaan tugas kedepan.

Plh. Kajasrem Kapten Arh Bakhtiar menyampaikan agar pelaksanaan Garjas Periodik semester I Ta. 2023 dilaksanakan dengan semangat akan tetapi tetap memperhatikan faktor keamanan.



Sebelum dimulainya tes Garjas ini Plh. Kajasrem Kapten arh Bakhtiar mengecek

kesiapan pelaksanaan tes Kesehatan agar dilapangan ketika terjadi sesuatu hal-hal yang kita tidak inginkan bersama, Tim Kesehatan dapat bertindak secara cepat.



Lebih lanjut Plh. Kajasrem Kapten arh Bakhtiar mengingatkan bahwa yang tahu kondisi fisik adalah kalian sendiri, untuk itu tetap perhatikan faktor keamanan.



Pelaksanaan Samapta kali ini dimulai dengan pemeriksaan tensi dan denyut nadi bagi personel yang tensinya tinggi tidak diperbolehkan mengikuti kesamaptaan. Tes kesamaptaan Jasmani pada periodik semester 1 Ta. 2023 meliputi Samapta

A lari selama 12' menit Samapta B Pull Up, Sit Up, Lunges, Push ap dan Shuttel Run, dan uji ketangkasan renang sejauh 50 M.