

INDONESIA SATU

Hari Kedua Kegiatan Garjas Kodim 0603/Lebak Berlangsung di Stadion Ona Rangkasbitung.

Wardi - LEBAK.INDONESIASATU.ID

Apr 22, 2025 - 08:24



Lebak, 22 April 2025 – Kegiatan Garjas (Garah Jasmani) Kodim 0603/Lebak memasuki hari kedua yang berlangsung di Stadion Ona Rangkasbitung, Selasa pagi. Kegiatan ini dipimpin langsung oleh Pasi Pers Kodim 0603/Lebak, Kapten Inf Saefi.

Tes kesegaran jasmani ini merupakan bagian dari program rutin TNI AD untuk menjaga dan meningkatkan kebugaran serta kesiapan fisik prajurit. Seluruh personel yang mengikuti kegiatan tampak antusias dan bersemangat menjalani rangkaian tes, mulai dari lari 12 menit, pull-up, push-up, sit-up, hingga shuttle run.

Dalam arahannya, Kapten Inf Saefi menekankan pentingnya menjaga kondisi fisik sebagai bagian dari profesionalisme prajurit. "Garjas bukan sekadar kegiatan rutin, tapi merupakan tolak ukur kebugaran dan kesiapan kita sebagai prajurit dalam menghadapi tugas-tugas ke depan," ujarnya.

Kegiatan ini berjalan dengan lancar dan tetap mengedepankan protokol kesehatan serta keselamatan peserta.