

## Jaga Fisik Tetap Prima, Kodim Klungkung Gelar Pembinaan Fisik

Riansyah - [KLUNGKUNG.GO.WEB.ID](https://klungkung.go.web.id)

Jan 9, 2025 - 14:39



**Klungkung,-** Kodim 1610/Klungkung menggelar kegiatan Pembinaan Fisik bagi seluruh prajurit yang bertujuan untuk menjaga dan meningkatkan kesiapan fisik, daya tahan tubuh, serta kedisiplinan dalam mendukung pelaksanaan tugas-tugas militer.

Kegiatan yang dilaksanakan pada Kamis (09/01/2025) pagi itu, diikuti oleh seluruh anggota Kodim Klungkung.

Pasi Ops Kodim Klungkung, Lettu Inf Ketut Joni, menjelaskan pembinaan fisik itu merupakan bagian dari upaya untuk memastikan seluruh prajurit memiliki tubuh yang sehat dan bugar, serta mampu melaksanakan tugas dengan optimal.

“Kesiapan fisik yang prima sangat penting, mengingat prajurit TNI harus selalu siap menghadapi berbagai macam tantangan dalam tugas-tugas militer, baik dalam operasi militer, latihan, maupun kegiatan lainnya,” ucapnya.

Kegiatan pembinaan fisik kali ini meliputi berbagai macam latihan yang difokuskan pada peningkatan kekuatan otot. Setiap prajurit menjalani latihan fisik yang terstruktur, mulai dari pemanasan, latihan intensif, hingga pendinginan, untuk memastikan tidak ada cedera yang terjadi selama pelaksanaan.

Pembinaan fisik itu, kata Pasi Ops, juga bertujuan untuk meningkatkan disiplin dan kerjasama antar prajurit, dimana mereka harus saling mendukung untuk mencapai hasil yang optimal.

“Dengan pelatihan yang intens, prajurit juga belajar untuk bekerja dalam tim, saling menguatkan, dan mengatasi rasa lelah bersama-sama,” tandasnya. (\*)