



Polresta Gelar Pembinaan Dan Latihan Jasmani Calon Anggota Polri

Syafruddin Adi - MATARAM.KAMPAI.CO.ID

Mar 9, 2022 - 21:09



Mataram NTB - Polresta Mataram menggelar kegiatan pembinaan dan latihan jasmani calon anggota Polri tahun anggaran 2022 kepada sejumlah siswa-siswi bertempat di Lapangan Gor Turida, Kecamatan Sandubaya. Selasa, (08/03/2022)

Kabag SDM Polresta Mataram Kopol M. Riza seizin Kapolresta Mataram

didampingi oleh Kasubbag Binkar Ipda Ni Nyoman Jayanthiwati SH mengatakan bahwa pembinaan dan latihan jasmani ini ditujukan kepada siswa/siswi yg berminat menjadi Anggota Polri dengan tujuan bersifat pengenalan bukan tes sehingga diharapkan siswa/siswi tidak memforsir tenaga, ujanya.

Pemberian materi pembinaan jasmani serta tips dan trik bagi siswa/siswi untuk meraih target secara efektif & efisien oleh pelatih fisik profesional yang diundang oleh Tim panitia Binlat, Polresta Mataram, pungkasnya

" Pemanasan agar siswa/siswi tidak cedera saat melakukan kegiatan pembinaan dan latihan jasmani selanjutnya penjelasan dan pemberian contoh gerakan kesamaptaaan yg benar kepada siswa/siswi ", ucap Ipda Ni Nyoman Jayanthiwati menambahkan saat memberikan arahan kepada siswa-siswi.

Selama kegiatan siswa-siswi akan didampingi oleh Paur Subbag Dalpers Bripka I Komang Mertha, SH dengan materi inti pembinaan jasmani (kesamaptaaan jasmani) antara lain Lari selama 12 menit, dilanjutkan Pull up/chining, kemudian Sit up serta Push up dan Shuttle run, pungkasnya.

Dengan harapan setelah selesai berupa evaluasi dari hasil pembinaan dan latihan kita berikan kepada siswa-siswi serta pemberian motivasi untuk tetap melatih diri sebelum seleksi dimulai, tutup Ipda Jayanthiwati.(Adbravo)