

# Semangat Berkobar Prajurit Satgas Pamtas Yonarmed 11 Kostrad Lari Bersama Keliling Kota Nunukan

**Aan Budhi Harsad - NUNUKAN.JENDELAINDONESIA.COM**

Sep 1, 2024 - 13:13



Dalam rangka mendukung kelancaran tugas Pokok TNI dan menjaga kemampuan serta kebugaran fisik Prajurit Satgas Pamtas Yonarmed 11 Kostrad melaksanakan pembinaan fisik dengan lari pagi 7 Kilometer di sekitaran kota

Nunukan, Minggu (01/09/2024).

Kegiatan diawali dengan pengecekan denyut nadi awal dan senam pemanasan yang dipimpin oleh Bintara Jasmani yang bertujuan guna memastikan kondisi fisik awal sebelum melaksanakan lari. Pemanasan ini wajib dilaksanakan oleh para anggota sebelum melaksanakan kegiatan baik lari ataupun kegiatan yang berhubungan dengan fisik agar tidak terjadi cedera otot pada saat pelaksanaannya.

Kegiatan lari pagi dilaksanakan secara terpimpin dengan bernyanyi bertujuan untuk meningkatkan dan mengobarkan semangat serta motivasi diri Prajurit dalam melaksanakan lari.

Komandan Satgas Pamtas Yonarmed 11 Kostrad, Letkol Arm Gde Adhy Surya Mahendra, mengatakan "Lari pagi terpimpin ini sebagai sarana untuk meningkatkan serta memacu semangat prajurit, kegiatan ini rutin dilaksanakan agar fisik tetap terjaga, kondisi fisik yang prima bagi prajurit merupakan modal utama untuk melaksanakan tugas, apalagi dengan tuntutan tugas dan kinerja untuk lebih profesional sehingga dalam pelaksanaannya dalam setiap melakukan pekerjaan sesuai dengan harapan dari Komando atas", Pungkas Dansatgas.