

JENDERAL SANTRI

Kodim 0601/Pandeglang Gelar Progbinjas LDS Aerobik, Jaga Kebugaran dan Kesiapan Prajurit

Muhamad jajang - PANDEGLANG.JENDERALSANTRI.COM

Jul 24, 2026 - 10:19



PANDEGLANG – Kodim 0601/Pandeglang menggelar Pembinaan Jasmani (Progbinjas) Latihan Dalam Satuan (LDS) Aerobik di halaman Makodim 0601/Pandeglang, Jumat (24/7/2026).

Kegiatan yang diikuti seluruh personel tersebut dilaksanakan sebagai bagian dari program pembinaan rutin untuk menjaga kebugaran jasmani, meningkatkan

stamina, serta mendukung kesiapan prajurit dalam menghadapi berbagai tuntutan tugas.

Sebelum memasuki latihan inti, kegiatan diawali dengan apel pengecekan personel dan pemanasan. Tahapan tersebut dilakukan untuk memastikan kesiapan peserta sekaligus meminimalkan risiko cedera selama mengikuti rangkaian latihan.

Selanjutnya, para prajurit mengikuti gerakan aerobik dan pembinaan fisik yang dipandu instruktur. Seluruh peserta tampak bersemangat dan antusias mengikuti setiap tahapan latihan.

Progbinas LDS Aerobik menjadi salah satu upaya satuan dalam memastikan setiap prajurit senantiasa berada dalam kondisi fisik yang sehat dan prima. Kebugaran jasmani merupakan modal penting dalam mendukung pelaksanaan tugas pokok TNI AD, baik dalam pembinaan kewilayahan, tugas teritorial, maupun pelayanan kepada masyarakat.

Selain meningkatkan stamina dan daya tahan tubuh, latihan tersebut juga menjadi sarana membangun kedisiplinan, memperkuat kekompakan, dan menumbuhkan jiwa korsa antaranggota.

Kebersamaan yang terbangun selama kegiatan mencerminkan komitmen personel Kodim 0601/Pandeglang untuk terus menjaga profesionalisme serta kesiapan operasional dalam setiap penugasan.

Melalui pembinaan fisik yang dilaksanakan secara teratur dan berkelanjutan, Kodim 0601/Pandeglang berupaya membentuk prajurit yang sehat, tangguh, disiplin, profesional, dan siap memberikan pengabdian terbaik kepada bangsa, negara, serta masyarakat.

Kegiatan berlangsung dengan aman, tertib, dan lancar, selaras dengan semangat **“Bersama Rakyat, TNI Kuat.” (PERS)**