

# MILITER

## Prajurit Kodim 0716/Demak Jalani Binsik Lari

Agung widodo - [DEMAK.MILITER.CO.ID](http://DEMAK.MILITER.CO.ID)

Aug 22, 2024 - 11:30



*Anggota Kodim 0716/Demak melakukan pembinaan fisik*

DEMAK - Dalam rangka menjaga keberhasilan untuk melaksanakan tugas, di antara faktor yakni memiliki tubuh yang prima, fisik yang bugar dan sehat.

Untuk mendapatkan fisik yang prima itu, perlu adanya pembinaan secara rutin dilakukan melalui olah raga teratur. Karenanya, Kodim 0716/Demak menggelar

pembinaan fisik (Binsik) dengan cara anggota melakukan lari di Stadion Sultan Fatah Kabupaten Demak, Kamis (22/08/2024).

Pasi Ops Kodim 0716/Demak, Kapten Inf Suparmin mengatakan, pembinaan fisik bagi anggota sudah menjadi kebiasaan rutin dilakukan Kodim dalam rangka membina fisik, agar mereka selalu memiliki tubuh yang prima, bugar dan sehat.

“Pembinaan fisik semacam lari pagi ini, merupakan bagian pembinaan rutin bagi seluruh prajurit Kodim 0716/Demak dalam rangka menjaga dan melatih kebugaran fisik, serta imun tubuh. Harapannya, setiap prajurit selalu siap melaksanakan tugas, baik operasional, pendidikan maupun tugas-tugas lainnya,” kata Pasi Ops.

Ia menambahkan, bahwa tujuan kegiatan ini selain menjaga dan melatih kebugaran fisik bagi prajurit, sekaligus mengetahui sejauh mana tingkat stamina masing-masing anggota. Jika kondisi fisik prima, secara otomatis akan menunjang kelancaran tugas-tugas yang diemban.

“Bukan itu saja, dalam pelaksanaan binsik lari terkandung nilai-nilai kebersamaan, memperkokoh kekompakkan, kepedulian dan mampu menanamkan jiwa korsa bagi setiap prajurit,” lanjutnya.

“Personel Kodim 0716/Demak sebagian besar usia sudah tidak muda lagi, ditambah kegiatan di wilayah yang padat menyebabkan mereka kurang adanya pembinaan fisik. Untuk itu, sebelum mereka ke wilayah binaanya, mereka meluangkan waktu bersama-sama untuk melaksanakan olah raga berupa lari,” sambung Kapten Suparmin. (Pendim0716).