

# BUKTI BARU

## Personel Kodim 0625/Pangandaran Semangat Ikuti Garjas Periodik I Tahun 2026

Pangandaran - [PANGANDARAN.BUKTIBARU.COM](http://PANGANDARAN.BUKTIBARU.COM)

May 20, 2026 - 11:02



*Personel Kodim 0625/Pangandaran Semangat Ikuti Garjas Periodik I Tahun 2026*

Personel Kodim 0625/Pangandaran Semangat Ikuti Garjas Periodik I Tahun 2026

Personel Kodim 0625/Pangandaran tampak penuh semangat mengikuti rangkaian Tes Kesegaran Jasmani (Garjas) Periodik I Tahun 2026 yang dilaksanakan di Lapangan Sepak Bola Serka Dedi Unadi, Cijulang, Kabupaten Pangandaran, Rabu (20/05/2026). Kegiatan tersebut merupakan program rutin

TNI AD guna menjaga dan meningkatkan kemampuan fisik prajurit.

Pelaksanaan Garjas ini bertujuan untuk mengetahui tingkat kebugaran fisik sekaligus mengukur kemampuan kesamaptaan jasmani prajurit secara berkala. Adapun tim penyelenggara kegiatan berasal dari Binjasmil Korem 062/Tarumanagara dengan dukungan tim kesehatan dari Denkesyah Garut guna memastikan pelaksanaan berjalan aman dan sesuai prosedur.

Sebelum pelaksanaan tes, seluruh peserta terlebih dahulu menjalani pemeriksaan tensi oleh tim kesehatan Denkesyah Garut. Selanjutnya kegiatan dilanjutkan dengan senam peregangan yang dipimpin oleh salah satu tester dari Jasrem 062/Tarumanagara guna menghindari cedera saat pelaksanaan tes kesegaran jasmani.

Dandim 0625/Pangandaran Letkol Czi Citra Kurniawan, S.Hub.Int., M.H.I., melalui Pasipers Lettu Inf Tino Hendarto menyampaikan bahwa kegiatan Garjas merupakan tolak ukur pembinaan satuan dan menjadi program rutin yang dilaksanakan dua kali dalam setahun. "Kegiatan tes Garjas ini merupakan program dari komando atas dan saat ini memasuki periodik pertama tahun 2026," ujar Pasipers.

Ia menambahkan, dengan kondisi fisik yang prima diharapkan seluruh prajurit mampu melaksanakan tugas secara optimal, baik dalam kegiatan teritorial maupun tugas lainnya di wilayah binaan. Kegiatan berlangsung dengan tertib, aman dan lancar serta tetap mengutamakan faktor keamanan dan keselamatan selama pelaksanaan tes.

Melalui pelaksanaan Garjas Periodik I Tahun 2026 ini, diharapkan seluruh prajurit Kodim 0625/Pangandaran terus meningkatkan kemampuan fisik dan profesionalisme guna mendukung pelaksanaan tugas pokok TNI AD di wilayah Kabupaten Pangandaran.