

NEWS

Tingkatkan Fisik Prima dan Jaga Kebugaran, Prajurit Korem 142/Tatag Laksanakan Binsik Lari.

M Ali Akbar - SULBAR.TNIAD.NET

Aug 20, 2026 - 11:04



Mamuju, — Dalam rangka meningkatkan kemampuan fisik sekaligus menjaga kebugaran jasmani, prajurit Korem 142/Tatag melaksanakan Pembinaan Fisik (Binsik) berupa lari sejauh 8 kilometer (8K), Kamis (20/8/2026).

Kegiatan yang dilaksanakan di sepanjang Jalan Arteri Mamuju, Provinsi Sulawesi

Barat, tersebut merupakan bagian dari program pembinaan satuan yang dilaksanakan secara rutin guna menjaga dan meningkatkan kondisi fisik prajurit agar tetap prima, bugar, serta memiliki stamina dan ketahanan fisik yang optimal dalam menunjang pelaksanaan tugas.



Kegiatan lari 8K diawali dari Makorem 142/Tatag, kemudian prajurit menempuh rute sepanjang Jalan Arteri Mamuju dan selanjutnya kembali finis di Makorem 142/Tatag.

Dengan penuh semangat, para prajurit mengikuti kegiatan tersebut. Tampak wajah ceria dan antusiasme terpancar dari para prajurit selama melaksanakan lari bersama. Semangat tersebut menjadi salah satu wujud kesadaran prajurit dalam menjaga kebugaran tubuh sekaligus meningkatkan kesiapan fisik.

Pembinaan fisik secara rutin merupakan bagian penting dalam pembinaan satuan. Kondisi fisik yang prima menjadi salah satu faktor pendukung kesiapan prajurit dalam melaksanakan setiap tugas dan tanggung jawab secara optimal.

Melalui kegiatan Binsik lari 8K ini, diharapkan kebugaran jasmani, stamina, daya tahan, serta ketahanan fisik prajurit Korem 142/Tatag senantiasa terpelihara dan semakin meningkat, sehingga selalu siap menghadapi tuntutan tugas dengan profesional dan penuh semangat.