

# Pastikan Kesiapan Personil, Polres Melawi Tes Kesehatan Jasmani Personil

Cucu - [MELAWI.INDONESIASATU.CO.ID](https://MELAWI.INDONESIASATU.CO.ID)

Mar 9, 2024 - 17:38



MELAWI - Polres Melawi melaksanakan kegiatan Tes Kesehatan Jasmani yang melibatkan seluruh personel. Sabtu (9/3) Kegiatan ini dipimpin oleh Kabag SDM Polres Melawi, AKP Haryono.

Kapolres Melawi AKBP Muhammad Syafii, S.I.K., S.H., M.H melalui Kabag Sumda Polres Melawi menyampaikan Tes kesehatan ini bertujuan untuk memastikan kesehatan dan kebugaran fisik personel dalam menjalankan tugas-

tugas mereka.

"Salah satu kegiatan yang dilakukan dalam tes kesehatan ini adalah lari selama 12 menit dengan jarak 350 meter. Selain itu, personel juga diuji dalam sit up, push up, pull up, dan lari angka 8. Tes-tes ini dirancang untuk mengukur kekuatan, daya tahan, dan kelenturan fisik personel.

Selain tes kesehatan, kegiatan ini juga melibatkan pemeriksaan kesehatan secara umum untuk personel yang mengikuti tes. Hal ini bertujuan untuk memastikan bahwa personel dalam kondisi fisik yang baik dan siap dalam menjalankan tugas-tugas mereka" Jelas AKP Haryono.

Tes kesehatan jasmani ini merupakan bagian penting dalam menjaga kualitas dan kesiapan personel Polres Melawi. Dengan menjaga kesehatan dan kebugaran fisik, personel akan dapat melaksanakan tugas-tugas mereka dengan lebih efektif dan efisien.