

# 24Jam

## Seleksi Calon Bintara PK TNI AD TA 2024 Memasuki Tahap Kesegaran Jasmani

M Ali Akbar - [SULBAR.24JAM.CO.ID](http://SULBAR.24JAM.CO.ID)

Aug 6, 2024 - 15:54



Mamuju – Seleksi Calon Bintara PK TNI AD TA 2024 Memasuki Tahap Kesegaran Jasmani yang dilaksanakan di Lapangan Tammajarra Makorem 142/Tatag Kab. Mamuju Prov. Sulawesi Barat, Selasa (6/8/2024).



Dalam pelaksanaan kegiatan ini Kasi Pers Kasrem 142/Tatag Letkol Inf Agus Setiawan memantau jalannya seleksi mengatakan, bahwa tes kesegaran jasmani merupakan salah satu syarat utama untuk calon siswa Bintara TNI Angkatan Darat untuk lulus.

"Disamping kesiapan mental, kesiapan fisik juga harus disiapkan agar dapat menjadi Prajurit TNI Angkatan Darat yang tangguh untuk mendukung tugas pokok TNI pada umumnya dan TNI Angkatan Darat pada khususnya, " ujarnya.

Tes Garjas terdapat beberapa bagian yaitu Garjas A dan Garjas B. Garjas A yaitu lari selama 12 menit, dan Garjas B meliputi Pull Up, Push Up, Sit Up, Sutter Run, dan Ketangkasan Renang