

# NEWS

## Kodim Ciamis: Semangat Pagi, Langkah Sehat Jaga Kebugaran Prajurit

Ciamis - [CIAMIS.KODIMNEWS.COM](http://CIAMIS.KODIMNEWS.COM)

May 21, 2026 - 12:48



Pancaran mentari pagi di Ciamis pada (21-05-2026) menjadi saksi semangat luar biasa personel Kodim 0613/Ciamis. Dengan langkah mantap, mereka menaklukkan rute sejauh kurang lebih 5 kilometer dalam kegiatan lari pagi yang penuh kekompakan. Ini bukan sekadar olahraga biasa, melainkan wujud nyata pembinaan fisik yang tak terpisahkan dari tugas seorang prajurit.

Di lingkungan Makodim 0613/Ciamis, suasana riuh rendah penuh energi

mewarnai setiap langkah. Inisiatif dari Perwira Seksi Operasional Kodim ini disambut antusias oleh seluruh anggota militer dan Pegawai Negeri Sipil (PNS) Kodim. Sambil menjaga ritme lari, obrolan ringan dan tawa sesekali terdengar, menciptakan harmoni yang indah di pagi yang cerah.

Kegiatan ini dirancang sebagai program satuan yang strategis. Tujuannya jelas: meningkatkan kesehatan jasmani, memperkuat daya tahan tubuh, dan yang tak kalah penting, menumbuhkan jiwa kebersamaan yang kokoh di antara personel. Lebih dari sekadar menjaga kondisi fisik prima, lari pagi ini menjadi ritual penyegaran berharga sebelum mereka kembali mengemban tugas harian.

Dandim 0613/Ciamis menegaskan pentingnya pembinaan fisik ini. "Kondisi tubuh yang sehat dan bugar adalah fondasi utama bagi setiap prajurit TNI. Ini menunjang kesiapan mereka dalam menghadapi berbagai tugas di lapangan, baik itu tugas kewilayahan maupun tantangan lainnya," ujarnya. Pernyataan ini menggarisbawahi betapa vitalnya kesehatan dalam menjaga efektivitas dan profesionalisme prajurit.

Selama perjalanan 5 kilometer yang telah ditentukan, setiap peserta menunjukkan kedisiplinan tinggi. Faktor keamanan dan keselamatan menjadi prioritas utama, memastikan kegiatan berjalan lancar tanpa hambatan. Saling memberikan semangat menjadi bumbu penyedap, menciptakan atmosfer positif yang mengantarkan mereka hingga garis finis.

Melalui rutinitas olahraga seperti lari pagi ini, Kodim 0613/Ciamis berupaya keras membentuk prajurit yang tidak hanya sehat secara fisik, tetapi juga memiliki semangat kerja yang membara dan solidaritas yang tak tergoyahkan. Sebuah langkah kecil yang membawa dampak besar bagi kekuatan satuan.