

Ardadedali Archery Karanganyar Gelar Latber PW Generation Prima Wisnu Wardhana

Pardal Riyanto - KARANGANYAR.XPRESS.CO.ID

Feb 8, 2022 - 06:09



KARANGANYAR - Bertempat di lapangan panahan Ardadedali Papahan Tasikmadu Kabupaten Karanganyar Ardadedali Archery Club melaksanakan kegiatan Latihan Bersama PW Generation Prima Wisnu Wardhana peraih medali emas PON, Sea Games dan kejuaraan Asia Cup. Minggu (6/02/2022).

Untuk menghadapi seleksi Pra Porprop Jawa Tengah yang akan datang para

Archer Ardadedali Archery Club sangat bersemangat dalam berlatih bersama, dalam kesempatan itu juga Wakil Bupati Karanganyar H.Rober Christanto,SE, di dampingi Ketua Umum Perpani Kabupaten Karanganyar menyambangi langsung Markas Latihan Ardadedali Archery Club di lapangan panahan Papahan Tasikmadu Karanganyar serta memonitor latihan bersama PW Generation Prima Wisnu Wardhana. Minggu (6/02/2022)

Dalam kunjungan itu, Rober Christanto memberikan semangat arahan dan motivasi kepada atlet Ardadedali Archery Club untuk tampil lepas tanpa tekanan. Meskipun baru pulang dari perjalanan dinas semalam Rober Christanto yang wajahnya tiada menyiratkan lelah ini didampingi Ketua Umum Perpani Kabupaten Karanganyar Drs. Sujarno, M.Si. tetap energik memberikan semangat kepada para Archer yang melaksanakan latihan untuk persiapan seleksi Pra Porprop Jawa Tengah.

Di lokasi latihan lapangan panahan Papahan Tasikmadu Karanganyar Wakil Bupati dan Ketum Perpani Kabupaten Karanganyar disambut para pengurus, pelatih dan Sekretaris Ardadedali Archery Club Sersan Mayor Hermawan Tjahjanto (Kodim 0727/Karanganyar) mewakili Ketua Perkumpulan Panahan Ardadedali Sinung Wardhana, AP. M.Si. yang sedang melaksanakan perjalanan dinas.

Selain itu, Rober Christanto, mengontrol panduan gizi dan latihan bagi atlet yang bisa diterapkan sebelum bertanding yaitu perlu persiapan cadangan energi sebelum bertanding, yakni dengan menjaga hidrasi tubuh.

Kedua, saat pertandingan, kecukupan air dan sumber energi tambahan menjadi penting. Sebab ini akan meningkatkan performa atlet agar tetap maksimal ketika bertanding.

Dan tak kalah pentingnya setelah pertandingan, proses recovery energi juga penting bagi atlet. Ini digunakan agar meminimalisir terjadinya kelelahan serta cedera pada otot," jelasnya.

Ketua Umum Perpani Kabupaten Karanganyar Drs. Sujarno, M.Si. menegaskan, untuk mengatasi hal tersebut perlu diciptakan situasi yang mendukung agar mental atlet tidak down saat bertanding.

Banyak atlet kita mengalami cedera usai bertanding. Bahkan ada yang cedera saat pertandingan berlangsung. Ini tentu menurunkan performa atlet itu sendiri. Namun kita memahami situasi demikian dengan terus memberikan suport dan dukungan kepada mereka" terangnya.

(Arda 72)