



► LIGA 2

## Laskar Mataram Latihan di Pantai

JOGJA—Pemain PSIM Jogja kembali melanjutkan latihan fisik jelang dimulainya gelaran Liga 2 2024/2025 yang direncanakan September mendatang.

Setelah agenda pemusatan latihan di Kaliurang beberapa waktu lalu, kini skuad Laskar Mataram kembali digenjot kondisi fisiknya dengan mengambil tempat di Pantai Parangkusumo, Bantul.

Latihan di pantai ini dilakukan demi mencari suasana berlatih yang berbeda. Dalam

latihan di Parangkusumo, para pemain dilatih kemampuan dari sisi kekuatan dan tenaganya.

“Hari ini materi latihan banyak di aspek kekuatan dan tenaga. Kami di pantai karena beberapa pekan ini latihan pagi dan sore di lapangan terus, jadi mau cari suasana yang berbeda,”

kata Pelatih Fisik PSIM Jogja, Asep

Ardiansyah, Sabtu (3/8).

Meskipun gelaran Liga 2 2024/2025 belum resmi kapan dijalankan, tapi PSIM Jogja terus mempersiapkan diri. Di bulan Agustus ini, para pemain masih akan digenjot kondisi fisiknya.

“Untuk segi fisik sudah masuk ke kekuatan. Mungkin minggu depan masuk ke kecepatan. Jadi nanti untuk daya tahan dan tenaga kami fokus di pemeliharaan saja karena

sudah dapat di Kaliurang saat TC kemarin,” kata Asep.

Asep melihat perkembangan positif pemain asuhannya. Menurutnya, program latihan fisik bagi para pemain sudah sesuai dengan apa yang dia rencanakan. “Sejauh ini semuanya masih sesuai dengan jalur. Terakhir uji coba dengan Persita Tangerang tidak masalah. Meskipun ada beberapa catatan pemain yang masih belum optimal, untuk pemain yang lain secara garis besar tidak ada masalah,” kata dia. (Yosef Leon)



**Sejumlah pemain PSIM Jogja** saat menjalani latihan fisik di Pantai Parangkusumo, Bantul, Sabtu (3/8).

[psimjogja.id](http://psimjogja.id)

Instansi	Nilai Berita	Sifat	Tindak Lanjut
1. PSIM Jogja	Netral	Biasa	Untuk Diketahui

Yogyakarta, 02 Oktober 2024  
 Kepala

**Ig. Trihastono, S.Sos. MM**  
 NIP. 19690723 199603 1 005