



Kebugaran Pemain Jadi Perhatian

PSIM Jogja Jelang Jamu Persipa Pati

JOGJA - Kebugaran pemain menjadi sorotan utama jajaran pelatih PSIM Jogja menjelang menjamu Persipa Pati di Stadion Mandala Krida, Minggu (15/12) besok. Mengingat saat ini kondisi cuaca sedang tidak menentu.

Pelatih Kepala PSIM Jogja Seto Nurdyantara mengakui saat ini jajaran pelatih terus mencoba menjaga kebugaran para pemain. Karena saat ini ada beberapa pemainnya yang sedang sakit dan kurang enak badan.

"Jadi itu yang kami jaga. Dari sisi latihan, kami juga menjaganya dan tidak berlebihan, tapi harapannya para pemain tetap dalam kondisi bugar," jelasnya kemarin (13/12).

Pelatih fisik PSIM Asep Ardiansyah menambahkan, cuaca sangat berpengaruh terhadap kebugaran fisik para pemain. Sebab cuaca yang tidak menentu ini membuat para pemain rawan terkena flu atau demam.

Oleh karena itu saat ini penting sekali untuk terus menjaga kebugaran fisik para pemain. "Antisipasi dari tim pelatih dan medis dengan memberikan asupan vitamin dan suplemen tambahan, agar imun pemain tetap terjaga," ujarnya.



HARUS TETAP FIT: Para pemain PSIM Jogja saat menjalani latihan rutin di Stadion Mandala Krida, Jogja, kemarin (13/12).

Menurut Asep, tidak ada strategi khusus untuk mengantisipasi dampak cuaca itu. Jajaran pelatih hanya selalu mengingatkan kepada para pemain agar tetap menjaga pola istirahat, asupan makan, serta tambahan multivitamin. "Tidak ada latihan khusus. Kami hanya memberikan porsi *maintenance* saja," katanya. (ayu/laz/hep)

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

Yogyakarta, 09 Agustus 2026
Kepala

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