

## Hadapi PON Papua, Pesenam Lampung Berlatih di Rusia



**Realitarkyat.com** - Pesenam putra Lampung, Meyusi Ade Putra, berlatih selama dua bulan di Penza Prospekt Stroiteley 96 Rusia guna menghadapi Pekan Olahraga Nasional (PON) XX/2021 di Papua, Oktober mendatang

"Ini merupakan program 'training camp' selama 2 bulan sebagai persiapan meghadapi PON," kata pelatih senam artistik Lampung, Arief, seperti dikutip dari Antara, Jumat (16/7/2021).

Ia dan Meyusi Ade Putra, ke Rusia sejak 12 Juli lalu sampai dengan Agustus mendatang sebelum memasuki masa pendinginan pada September.

"Alhamdulillah kami sudah sampai di Rusia, dan sudah melihat lokasi latihannya di Penza. Saat ini Ade masih melakukan penyesuaian lapangan dan sempat melakukan latihan ringan. Situasinya masih jetlag," kata Arief.

Mulai hari Jumat ini, Ade sudah memulai masuk dalam program latihan bersama atlet lainnya di hall senam Penza.

"Sudah mulai intensif hari ini. Hari Kamis kemarin sudah mulai elemen di p bars (palang sejajar -red) dan pommel horse (kuda-kuda pelana - red), kekurangan sudah mulai diperbaiki meskipun masih dalam tahap proses. Saya rasa minggu depan sudah mulai rangkaian. Karena Kami kemarin briefing terus untuk koreksi gerakan yang sudah dipersiapkan untuk ke PON," katanya.

Untuk persoalan makanan, menurut Arief tidak begitu susah namun harus memilih yang benar-benar bisa dimakan dan halal.

Secara intensitas latihan kemungkinan akan dinaikkan menjadi 2 jam per hari, atau bisa kurang bisa lebih tergantung kondisi Ade.

"Biasanya kan kita program 1,5 jam, tapi ini coba ditekan biar maksimal," lanjutnya.

Kondisi di Rusia saat ini juga sangat ketat dalam prokes, apalagi bagi pendaang dari luar Rusia.

Namun kedua utusan Lampung itu sudah melakukan vaksin dan Swab PCR dengan hasil negatif. (ndi)