

Tingkatkan Kemampuan dan Mental, Alfi Atlet Panahan Pelajar Berlatih dengan Fokus dan Efektif

agus sukarno putra - CILACAP.JURNALNASIONAL.CO.ID

Feb 19, 2023 - 13:28



Alfi fokus berlatih

Cilacap - Menghadapi Event Pekan Olahraga Pelajar Daerah (Popda) Kabupaten Purbalingga, Alfi Naji Arkani Berlatih dengan fokus dan Efektif, untuk meningkatkan kemampuan dan mental. Minggu (19



/02).

Latihan ini juga bertujuan untuk meningkatkan fokus/ketenangan dan mengasah kemampuan memanfaatkan waktu dan tempat secara efektif sehingga mendapatkan hasil sesuai yang diharapkan sekaligus meningkatkan mental bertanding untuk menghadapi event event kedepan.

Sebagai Atlet Panahan Pelajar, tentunya membagi waktu sangat penting untuk bisa terus berlatih dan berkumpul dengan keluarga serta mengerjakan tugas sekolah dimanapun dan sesempit waktu bagaimanapun tetap harus diselesaikan.

Memanfaatkan waktu liburan alfi berlatih bersama Keluarga di rumah didampingi, Ayah, Ibu dan Adiknya, Alfi berlatih konsisten dengan sungguh-sungguh.

Ayahnya, Helmi Najih, selalu memberikan motivasi kepada Alfi agar berlatih

dengan keras karena tidak ada satu hal yang dapat dilakukan dengan mudah tanpa perjuangan dan pengorbanan.