

Pelari pecut berkampung di UPSI tingkat prestasi

Oleh **Helmi Talkah** - Mac 16, 2024 @ 5:48pm
helmi.talkah@bh.com.my



Pelari negara, Muhammad Haiqal Hanafi (dua dari kanan) dan Khairul Hafiz Jantan (tiga dari kanan) antara yang menjalani latihan di UPSI. Foto fail NSTP

KUALA LUMPUR: Seramai tujuh atlet pecut negara ketika ini 'berkampung' di Universiti Pendidikan Sultan Idris (UPSI) sehingga 7 April ini bagi mengikuti program latihan khas dalam usaha melonjakkan prestasi masing-masing.

Atlet terbabit adalah Khairul Hafiz Jantan, Muhammad Haiqal Hanafi, Muhammad Arsyad Md Saat, Johnathan Nyepa, Zaidatul Husniah Zulkifli, Azreen Nabila Alisa dan Nur Afrina Batrisyia.

Jurulatih pecut kebangsaan, Mohd Poad Md Kassim, berkata UPSI menjadi pilihan kerana kemudahan lengkap yang ditawarkan pihak berkenaan termasuklah kolam

renang, trek, dewan tertutup dan gimnasium bagi membolehkan atlet lebih fokus kepada latihan.

Katanya, mereka turut menerima bantuan sokongan sains sukan daripada daripada Penyelaras Program Malaysia Juara dari Falkulti Sains Sukan dan Kejurulatihan, Dr Thariq Azizuddin Khan.

"Sepanjang di UPSI kami mendapat sokongan dari Dr Thariq malah sebelum ke Sukan Asia pun saya meminta bantuan dari Dr Thariq.

"Kemudahan di sana juga lengkap. Selain fasiliti yang ditawarkan lampu di trek juga memudahkan atlet menjalani sesi latihan di bulan puasa," katanya.

Mengulas mengenai jadual latihan di bulan Ramadan, Poad berkata, sesi latihan akan dibahagi kepada dua yang mana akan bermula sebelum sahur membabitkan latihan di gimnasium dan latihan berat di sebelah malam.

"Setakat ini, semua atlet mengikut perancangan yang sudah diatur. Biarpun ada perubahan pada sesi latihan ia tidak mengganggu mereka.

"Malah jika program dirancang dengan betul, prestasi atlet akan lebih meningkat selepas Ramadan," katanya.