



REPLY TO
ATTENTION OF

DEPARTMENT OF THE ARMY
1ST SIGNAL BRIGADE (NETCOM/9TH SC (A))
UNIT# 15271
APO AP 96205-5271

NETC-SKC

18 September 2008

MEMORANDUM FOR SEE DISTRIBUTION

SUBJECT: 1st Signal Brigade Command Policy Memorandum #12 – Physical Training
제목: 1 통신여단 정책 메모랜덤 #12 – 육체 단련

1. All Soldiers assigned to 1st Signal Brigade have the personal responsibility to remain physically fit at all times. Commanders will measure compliance with this requirement through a semi-annual Army Physical Fitness Test (APFT).

통신여단에 보직되어있는 모든 병사들은 항상 건강한 육체를 유지해야 할 의무가 있다. 따라서 지휘관들은 1 년에 2 번씩 육군 체력 단련 시험 (APFT)을 통하여 이러한 기준에 맞게 병사들을 측정한다.

2. All 1st Signal Brigade units will conduct physical training (PT) on Mondays, Tuesdays, Wednesdays and Fridays. The length of PT sessions will be at least 60 minutes and vary to ensure Soldiers are receiving aerobic conditioning.

통신여단의 모든 예하부대는 월요일, 화요일, 수요일 그리고 금요일에 PT 를 실시한다. PT 시간은 최소한 60 분을 실시하며 때에 따라 병사들이 충분한 산소소비 운동을 할 때까지 실시한다.

3. Soldiers who score 290 or higher on the APFT will be awarded the Army Physical Fitness Badge and are only required to attend PT formation on Mondays, Wednesdays and Fridays. Soldiers in consideration for the Army Physical Fitness Badge must also meet the height/weight standards that are outlined in Army Regulation 600-9, The Army Weight Control Program, 27 Nov 06.

PT 시험에서 290 점 이상을 받은 병사는 육군 체력 표창을 받으며 PT 포메이션을 월, 수, 금만 나갈 수 있도록 한다. 육군 체력 표창 대상자는 600-9 육군 규정에 제시되어 있는 키 대 몸무게 비율 기준 또한 통과를 해야한다.

4. Soldiers who are 40 years of age or older must be screened in accordance with Army Regulation 40-501, Hearing Conservation Program, 10 Dec 98.

40 세 이상의 병사들은 육군 규정 40-501 에 따라 PT 에서 조정될 수 있다.

NETC-SKC

SUBJECT: 1st Signal Brigade Command Policy Memorandum #12 – Physical Training

제목: 1 통신여단 정책 메모랜덤 #12 – 육체 단련

5. Soldiers who fail a record APFT and or do not meet their weight requirements IAW AR 600-9 will be immediately flagged and enrolled in a special population program. Commanders will tailor special population PT to improve and/or remove Soldiers from the overweight Program.

PT 시험에서 떨어지거나 몸무게 기준에 미달할 경우 IAW AR 600-9 가 즉시 적용되며 특별 체력 단련 프로그램으로 관리받는다. 지휘관들은 특별 체력 단련 프로그램을 조정하여 해당 병사들의 체력을 증강 시키고 과체중에서 벗어날 수 있도록 한다.

“FIRST TO COMMUNICATE!”



WELTON CHASE JR.
COL, SC
Commanding

DISTRIBUTION:

A