

24Jam

**Jaga Kebugaran Personil, Kalapas
Tembilahan Pimpin Lari Pagi dan Senam
Sehat**

NANDA PRAYOGA - TEMBILAHAN.24JAM.CO.ID

Dec 10, 2022 - 09:18



Kalapas Tembilahan Hari Winarca sedang memimpin jajaran dalam kegiatan lari pagi

Tembilahan - Kepala Lembaga Pemasyarakatan Kelas IIA Tembilahan Hari Winarca beserta seluruh jajaran melaksanakan Lari Pagi dan Senam Sehat, Sabtu (10/12/2022). Bertujuan untuk menjaga kebugaran fisik dan jasmani Pegawai, kegiatan senam digelar sesaat setelah kegiatan lari pagi dengan menggandeng Sanggar Senam Citra Studio selaku Instruktur.

“Kita berupaya untuk selalu konsisten melaksanakan pembinaan jasmani sehingga tubuh dapat benar-benar merasakan manfaatnya yakni selalu dalam kondisi sehat dan prima,” Jelas Hari Winarca.

Tampak seluruh Pegawai Lapas Tembilahan dengan antusias dan energik mengikuti gerakan senam sehat yang dipandu oleh para Instruktur. Kalapas juga

memberikan apresiasi terhadap seluruh jajaran yang antusias dan semangat untuk melaksanakan lari pagi dan senam sehat.

“Semangatnya masih sama, masih sangat luar biasa. Saya harapkan hal ini dapat dijaga bahkan ditingkatkan oleh seluruh jajaran,” tutupnya.

Kegiatan diakhiri dengan sesi foto bersama dan menikmati sarapan berupa bubur dan ubi rebus yang telah disiapkan oleh Panitia.