REDAKSI SATU

Jumat Sehat, Lapas Tembilahan Tingkatkan Kebugaran dengan Senam Pagi

NANDA PRAYOGA - INDRAGIRIHILIR.REDAKSISATU.CO.ID

Oct 18, 2024 - 13:34

Tembilahan – Dalam rangka menjaga kebugaran dan kesehatan seluruh pegawai serta warga binaan, Lapas Tembilahan melaksanakan kegiatan Jumat Sehat dengan senam pagi bersama pada Jumat, 18 Oktober 2024. Kegiatan senam ini dilakukan di halaman lapas dengan dipimpin oleh instruktur senam yang berpengalaman. Semua peserta, baik pegawai maupun warga binaan, tampak antusias mengikuti gerakan demi gerakan.

Kalapas Tembilahan, Hari Winarca, menyampaikan bahwa senam pagi rutin ini adalah salah satu upaya untuk menjaga kesehatan dan meningkatkan semangat kerja. "Kegiatan ini bukan hanya untuk kesehatan fisik, tetapi juga menjadi ajang kebersamaan dan memperkuat hubungan antarpegawai serta warga binaan," ungkapnya.

Kegiatan senam ini merupakan bagian dari program pembinaan fisik yang rutin dilaksanakan di Lapas Tembilahan. Dengan senam pagi setiap hari Jumat, diharapkan seluruh pegawai dan warga binaan dapat menjaga kebugaran tubuh serta tetap aktif menjalani aktivitas sehari-hari.