

Jaga Kesehatan Lapas Kembangkuning Laksanakan Olahraga Senam

Narsono Son - CILACAP.INDONESIASATU.ID

Nov 3, 2023 - 18:59



Jaga Kesehatan Lapas Kembangkuning Laksanakan Olahraga Senam

NUSAKAMBANGAN – Lembaga Pemasarakatan (Lapas) Kelas IIA Kembangkuning Pulau Nusakambangan, Kabupaten Cilacap, mengadakan kegiatan senam pagi bersama pegawai, Jum'at (3/10/2023).

Senam pagi merupakan rutinitas yang biasanya diadakan setiap hari Jum'at oleh

Kementerian Hukum dan HAM.

Melalui zoom meeting, kegiatan senam berlangsung di aula Lembaga Pemasyarakatan Kelas IIA Kembangkuning. Antusiasme dari pegawai Lapas Kembangkuning mengikuti kegiatan senam pagi bersama dengan mengenakan outfit olahraga.

Kalapas Kembangkuning Winarso tidak mau ketinggalan melewatkan keseruan senam pagi bersama. Pada kesempatan itu Kalapas Kembangkuning memimpin kegiatan senam tersebut.

"Senam itu dapat meningkatkan daya tahan kekuatan, kelenturan, kelincahan, koordinasi serta kontrol diri," ujar Winarso.

Melalui kegiatan senam tersebut diharapkan seluruh pegawai Lapas Kembangkuning menjadi lebih produktif dan kesehatan para pegawai tetap terjaga.

(Wahyu)