

# Jum'at Sehat, Lapas Pasir Putih Nusakambangan Laksanakan Olahraga Rutin

**Narsono Son - CILACAP.INDONESIASATU.ID**

Jul 1, 2022 - 10:12



*Jum'at Sehat, Lapas Pasir Putih Nusakambangan Laksanakan Olahraga Rutin*

CILACAP - Sesuai dengan Arahan dari Kakanwil Jawa Tengah, A.Yuspahrudin yang selalu mewanti-wanti dan mengingatkan untuk selalu menjaga kesehatan para pegawainya yang di kantor kanwilnya sendiri maupun di UPT, baik Keimigrasian maupun Pemasarakatan yang ada di Jawa Tengah.

Salah satu kegiatan yang rutin diikuti oleh petugas Lapas Pasir Putih untuk menjaga kesehatan tubuh kita yaitu dengan melakukan olahraga rutin setiap minggunya, seperti halnya yang telah dilaksanakan oleh Lapas High Risk Pasir putih yang mana pegawainya rutin melaksanakan kegiatan olahraga melalui virtual.

Kepala Lembaga Pemasyarakatan High Risk Pasir Putih Nusakambangan, Fajar Nur Cahyono sangat mendukung penuh arahan dari Kakanwil Jawa Tengah dan juga menghimbau kepada pegawainya untuk tetap menjaga kesehatan tubuhnya agar kualitas kinerjanya bisa maksimal.

"Sehat itu utama, jika badan sehat melaksanakan tugas pun jadi semangat, mari kita selalu jaga kesehatan dengan olahraga " Ujar Fajar Usai Kegiatan, Jum'at (01/07/2022).

Kegiatan olahraga kali ini adalah Senam aerobic dan dilanjutkan dengan penyuluhan kesehatan dipimpin langsung dari Lapangan Upacara Kemenkumham Jakarta. Sebagai instruktur adalah Miss Arini, yang memimpin gerakan senam pernapasan / jantung, aerobic, dan zumba.

Kegiatan olahraga ini diikuti oleh seluruh pegawai dengan antusias, karena selain untuk menjaga kesehatan tubuh agar selalu bugar, kegiatan olahraga juga sebagai ajang untuk mempererat solidaritas.

(N.Son/\*\*\*)