

# Pegawai Lapas Kembangkuning laksanakan Olahraga Senam Tobelo

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

Jan 19, 2024 - 19:31



*Kegiatan olahraga senam Tobelo pegawai Lapas Kembangkuning Pulau Nusakambangan*

CILACAP - Untuk menjaga kesehatan, seluruh Pegawai Lembaga Pemasyarakatan (Lapas) Kembangkuning Pulau Nusakambangan Kabupaten Cilacap, ikuti senam Tobelo.

Adapun pelaksanaan kegiatan tersebut di Aula dalam Lapas Kembangkuning, Jum'at (19/01/2024).



Dalam keterangan Kepala Lembaga Pemasyarakatan (Kalapas) Kembangkuning, Winarso menyampaikan Bahwa Kegiatan Olahraga Senam Tobelo dilakukan dalam rangka menjaga kesehatan para pegawai.

“Seluruh pegawai harus ikut, berkeringat bersama, semoga kegiatan rutin ini akan membawa manfaat dalam kinerja, menjadi lebih segar dan sehat,” ujar Winarso, Kalapas Kembangkuning.

Lebih lanjut, Penting kehidupan yang seimbang antara bekerja dan olahraga sangat penting. Pasalnya dua hal tersebut jika dijalankan dengan seimbang dapat memberikan manfaat dalam peningkatan kinerja pegawai.

Olahraga dinilai dapat membantu menjaga kesehatan baik secara psikis dan fisik pegawai. Sehingga dapat menjalankan tugas dengan baik dan prima.

(Wahyu)