

INDONESIA MUDA

Ajak Gaya Hidup Sehat Taruna Poltekip, Kalapas Besi Pimpin Senam Kesehatan Jasmani

Narsono Son - CILACAP.INDONESIAMUDA.OR.ID

Jun 26, 2024 - 13:05



Ajak Gaya Hidup Sehat Taruna Poltekip, Kalapas Besi Pimpin Senam Kesehatan Jasmani

CILACAP – Mengawali pagi hari di Pulau Nusakambangan, Kepala Lembaga Pemasarakatan Kelas IIA Besi Teguh Suroso berkesempatan memimpin olahraga bersama Taruna Politeknik Ilmu Pemasarakatan (Poltekip) Angkatan

55, Rabu (26/06/2024).

Kegiatan Olahraga pagi dengan jalan santai dimulai dari Lapas Kelas 1 Batu sampai Dermaga Sodong sejauh 6 kilometer. Namun pada kesempatan kali ini Nusakambangan kedatangan tamu istimewa, yaitu dengan kehadiran Kepala Kantor Wilayah Kemenkumham Jawa Tengah, Tejo Harwanto.



Kakanwil turut mendampingi para Taruna untuk melaksanakan Pembinaan Fisik. Sampai di Dermaga Sodong seluruh Taruna langsung di ajak oleh Kepala Lapas Besi untuk melakukan pendinginan dengan senam kesehatan jasmani bersama.

Dengan penuh semangat Teguh Suroso memimpin setiap gerakan pendinginan yang diikuti secara antusias oleh seluruh Taruna dan Taruni.

Pada kesempatan kali ini Kakanwil juga menyampaikan beberapa pesan kepada Taruna Poltekop yang sedang menjalani kegiatan Magang Satriya Sancaya Karya Dhika selama 4 bulan kedepan di berbagai Unit Pelaksana Teknis yang ada di Nusakambangan.

"Apa yang kita lakukan hari ini adalah nikmat. Ada nikmat kesehatan, keluangan waktu, kemampuan dan kemauan untuk bisa melakukan kegiatan ini, dan ini harus kita syukuri," tutur Tejo.

"Kita harus bersyukur atas kemampuan untuk meningkatkan performance diri kita dan mendorong performance rekan-rekan kita. Dan sebagai bentuk rasa syukur, kita harus menjadikan kegiatan fisik dan mental sebagai rutinitas, agar kesehatan kita selalu terjaga," pungkasnya.

(N.son/Reza)