

## Jaga Kebugaran Tubuh, Anggota Koramil 02/Banjarsari Laksanakan Senam Pagi Dilanjutkan Lari Bersama

Pardal Riyanto - [SURAKARTA.JURNALIS.ID](http://SURAKARTA.JURNALIS.ID)

Aug 30, 2022 - 14:32



SURAKARTA - Dalam rangka menjaga serta meningkatkan kebugaran dan stamina tubuh Prajurit, Koramil 02/Banjarsari Kodim 0735/Surakarta melaksanakan kegiatan senam pagi dilanjutkan lari Aerobik bertempat di Halaman Makoramil 02/Banjarsari Jl.Ahmad Yani No 273, Kelurahan Gilingan, Kecamatan Banjarsari, Selasa (30/08/2022).

Sebelum kegiatan di mulai terlebih dahulu dilaksanakan Apel pagi dan pengecekan personel oleh peltu Hariyanto dilanjutkan Senam pagi dan Lari Aerobik yang di ikuti Anggota Koramil

"Kegiatan senam pagi dan lari aerobik rutin dilaksanakan seminggu sekali dengan tujuan untuk menjaga kebugaran dan kemampuan individu prajurit, dalam

mendukung kesiapsiagaan satuan sehingga dengan kondisi fisik yang prima setiap prajurit dapat melaksanakan tugasnya dengan baik."tegas Peltu Haryanto.

"Saya mengajak kepada seluruh anggota untuk selalu menjaga kebugaran dan menerapkan budaya hidup bersih dan Sehat di lingkungan keluarga masing-masing."ujarnya.

"Dengan senam dan lari bersama diharapkan terjalin silaturahmi dan terciptanya hubungan yang harmonis sesama anggota Koramil 02/Banjarsari."pungkas Peltu Haryanto.

(Arda 72)