

KIM

Hancurkan Kolesterol Dalam Tubuh, Prajurit TNI Korem 073/Mkt Laksanakan Aerobik Bersama

Agung widodo - JATENG.KIM.WEB.ID

Nov 22, 2022 - 08:23



SALATIGA- Untuk menjaga kebugaran tubuh serta meningkatkan imunitas, Prajurit, PNS Korem 073/Makutarama serta Disjan melaksanakan aerobik bersama. Bertempat di Denzibang 3/IV Salatiga, Jawa Tengah. Selasa, (22/11/2022).

Kegiatan aerobik diawali dengan apel pegecekan dan senam pemanasan kemudian dilanjutkan lari jalan lebih kurang 5 km dengan rute Kota Salatiga.



Saat apel pengecekan, Pasiops Korem 073/Makutarama, Mayor Kav J. Manurung menyampaikan, bahwa kegiatan aerobik bersama ini bertujuan untuk meningkatkan kebersamaan antara anggota dan menjadikan kegiatan ini sebagai ajang silaturahmi.

"Kegiatan aerobik bersama ini untuk membina ketahanan fisik dan menjaga kebugaran tubuh", terang, J. Manurung.

Diharapkan melalui kegiatan ini akan menjadi sarana untuk pendekatan kekeluargaan, agar terjalin komunikasi yang harmonis sehingga dalam pelaksanaan tugas dapat berjalan dengan baik.

Tampak hadir pada kegiatan aerobik tersebut, para Kasadisjan jajaran Korem, para Kasi, Pasi Korem 073/Makutarama.

Editor : JIS Agung

Sumber : Penrem 073/Mkt