

# XPRESS

## Kodim 0824/Jember Gelar Lari Aerobic Pelihara Kebugaran Anggota

Siswandi - [JEMBER.XPRESS.CO.ID](http://JEMBER.XPRESS.CO.ID)

Sep 5, 2023 - 11:38



JEMBER - Kegiatan lari Aerobic yang di lakukan oleh Kodim 0824/Jember pada setiap hari Selasa dan Kamis, merupakan kegiatan yang diprogramkan Komando Atas selama satu jam pagi sebelum kerja, untuk memelihara kebugaran personel.



Seperti yang dilakukan oleh Personel Kodim 0824/Jember pada Selasa 05/09/2023 di Joging Track Perumahan Argopuro Kelurahan Kaliwates Kecamatan Kaliwates Kabupaten Jember, yang diikuti oleh Perwira Staf serta anggota Bintara, Tamtama dan PNS.

Terkait kegiatan tersebut Dandim 0824/Jember Letkol Inf Rahmat Cahyo Dinarso membenarkan kegiatan tersebut yang rutin dilaksanakan untuk kebugaran anggota.



Kegiatan tersebut diatas untuk personel Makodim, hal ini juga dilakukan oleh

Koramil Jajaran, di satuannya masing-masing. dan hal ini disamping merupakan program tetap dari Komando Atas, juga menjadi penekanan saya baik kepada diri saya sendiri maupun anggota untuk selalu memelihara kebugaran dengan olah raga terukur, kalau mampu lari silahkan, kalau tidak mampu jalan saja. Jelas Dandim 0824/Jember. (Siswandi)