

XPRESS

Pelihara Kebugaran, Personel Kodim 0824/Jember Laksanakan Aerobic

Siswandi - JEMBER.XPRESS.CO.ID

Jan 11, 2024 - 13:15



JEMBER – Dalam memelihara kebugaran personel, Kodim 0824/Jember pada setiap hari Selasa dan Kamis melaksanakan aerobic, yang diawali dengan apel pagi kemudian senam aerobic dan jalan-jalan. Seperti yang dilakukan pada Kamis 11/01/2024.



Kegiatan dipimpin Kasdim 0824/Jember Mayor Inf Herawady Karnawan bersama perwira staf, diikuti oleh seluruh perwira staf bersama personel militer dan ASN Kodim 0824/Jember, kemudian jalan-jalan dengan mengambil route sepanjang 5 Km.

Menyikapi kegiatan anggota tersebut, Dandim 0824/Jember Letkol Inf Rahmat Cahyo Dinarso saat kami konfirmasi melalui selulernya menyatakan, saya sangat berterima kasih kepada anggota, meskipun saat ini saya harus melaksanakan kegiatan dinas ke Jakarta, namun kegiatan satuan tetap jalan dipimpin Kasdim Mayor Inf Herawady Karnawan.

Kegiatan aerobik seperti ini memang menjadi program Komando Atas pada setiap hari Selasa dan Kamis, kita melaksanakannya selama 2 jam kemudian dilanjutkan kegiatan dinas seperti biasa, sesuai tugas dibidangnya masing-masing.



Kegiatan ini merupakan upaya dalam memelihara kebugaran dan kesehatan anggota, tanpa mengganggu kewajiban anggota dalam melaksanakan kegiatan sesuai bidang staf masing-masing, Tegas Dandim 0924/Jember. (Siswandi)