Langkah Sehat WBP Rutan Purbalingga Melalui Senam Pagi Bersama

Ari Setiawan - PURBALINGGA.LAPASNEWS.COM

Jan 3, 2025 - 10:55

Purbalingga-Pada pagi yang cerah, lapangan Rutan Kelas IIB Purbalingga dipenuhi semangat dan antusiasme para Warga Binaan Pemasyarakatan (WBP) yang mengikuti senam pagi bersama. Dipandu oleh instruktur senam profesional, para WBP dengan penuh semangat mengikuti setiap gerakan senam yang dirancang untuk meningkatkan kebugaran dan daya tahan tubuh. Senam pagi ini

tidak hanya menjadi sarana olahraga, tetapi juga momen kebersamaan yang membawa keceriaan dan energi positif ke seluruh lingkungan Rutan. Jumat,(03/12/2024).

Kegiatan ini merupakan bagian dari program pembinaan yang bertujuan untuk meningkatkan kualitas hidup WBP selama menjalani masa pembinaan. Dengan tubuh yang sehat, diharapkan para WBP dapat menjalani aktivitas sehari-hari dengan lebih optimal dan bersemangat. Selain itu, kegiatan seperti ini juga menjadi sarana untuk mengurangi stres dan menciptakan suasana harmonis di antara WBP dan petugas.

Kepala Sub Seksi Pelayanan Tahanan, Doni Kristianto, turut hadir memberikan motivasi kepada peserta senam. "Senam pagi bukan hanya sekadar olahraga, tetapi juga langkah awal untuk menjaga kesehatan dan membangun semangat hidup yang lebih baik. Jadikan momen ini sebagai refleksi untuk terus memperbaiki diri, karena tubuh yang sehat adalah kunci menuju masa depan yang lebih cerah."

Ia juga menambahkan, "Kebersamaan yang kita bangun dalam kegiatan ini mencerminkan nilai-nilai positif yang harus terus dijaga. Mari kita jadikan senam pagi ini sebagai simbol komitmen kita untuk berubah menjadi individu yang lebih baik, lebih sehat, dan lebih berdaya guna."