

EKSPOS

Senam Bersama Persit KCK Cabang XVI Kodim Jayapura Jaga Kebugaran Dan Dukung Tugas Suami

Dony Numberi - PAPUA.EKSPOS.CO.ID

Feb 7, 2025 - 13:55



Jayapura - Persit Kartika Chandra Kirana Cabang XVI Kodim 1701 Koorcabrem 172 PD XVII/Cenderawasih menggelar senam bersama yang dihadiri oleh Ibu Ketua Persit Kartika Chandra Kirana (KCK) Cabang XVI Kodim 1701 Jayapura

Ny. Bima Hendry Widodo dan juga pengurus beserta ibu-ibu jajaran, bertempat di Makodim 1701/Jayapura Jl. Dr Sam Ratulangi Dok V Atas, Bayangkara, Jayapura Utara, Kota Jayapura, Jumat (7/2/25).

Sebelum kegiatan dimulai dilakukan senam peregangan untuk melenturkan otot-otot guna menghindari kemungkinan terjadinya cedera, dan di lanjutkan dengan senam bersama.

Ibu Ketua Ketua Persit Kartika Chandra Kirana (KCK) Cabang XVI Kodim 1701 Jayapura Ny. Bima Hendry Widodo menyampaikan kegiatan senam bersama ini bertujuan untuk menumbuh kembangkan semangat pola hidup sehat, menjaga kebugaran tubuh, serta sebagai ajang silaturahmi bagi seluruh anggota Persit.

"Pentingnya senam bersama yaitu untuk mengembangkan keterampilan, dan menjaga kesehatan serta kebugaran tubuh. Dengan adanya senam bersama ini, seluruh anggota Persit senantiasa akan sehat dan bugar," tuturnya.

Jika badan bugar dan sehat, otomatis akan selalu siap untuk mendukung dan mendampingi suami di setiap pelaksanaan tugas sebagai anggota Kodim 1701/Jayapura, yang mana satuan Kodim 1701/Jayapura satuan yang super super padat kegiatan.

"Saya berharap seluruh anggota persit Kodim 1701/Jayapura dapat menerapkan pola hidup sehat dalam kehidupan sehari hari serta rajin berolah raga, sehingga kondisi tubuh senantiasa dalam keadaan baik dan sehat," imbuhnya.

Lebih lanjut Ketua persit Ny. Bima Hendry Widodo menegaskan bahwa sebagai seorang anggota Persit yang tergabung dalam organisasi Persit Kodim 1701/Jayapura harus bijak dan cerdas dalam menggunakan dan memanfaatkan Media Sosial. Dimana anggota Persit dituntut harus bisa menjaga nama baik keluarga maupun satuannya, tutupnya. (Redaksi Papua).