

DOI

Senam Pagi Warga Binaan Rutan Purbalingga Wujudkan Pola Hidup Sehat

Ari Setiawan - PURBALINGGA.DOI.OR.ID

Sep 12, 2024 - 09:52



Senam Pagi Warga Binaan Rutan Purbalingga Wujudkan Pola Hidup Sehat

Purbalingga - Warga Binaan Pemasyarakatan (WBP) Rumah Tahanan Negara (Rutan) Kelas IIB Purbalingga rutin melaksanakan kegiatan senam pagi yang

dijadwalkan setiap pagi dan diawasi langsung Petugas Rutan Purbalingga.

Kegiatan senam pagi ini merupakan salah satu dari bagian program pembinaan yang wajib diikuti oleh seluruh WBP yang berada di Rutan Purbalingga. Dengan kompak, seluruh WBP mengikuti setiap gerakan yang dipandu oleh instruktur senam pagi. Turut hadir petugas pembinaan kemandirian, Agus budyawan dalam pengawasan senam pagi WBP.

"Warga binaan harus aktif dalam mencari kegiatan-kegiatan pembinaan yang bermanfaat baik bagi tubuh jasmani maupun tubuh rohani dalam menjaga daya tahan tubuh dan kesehatan jiwa selama berada didalam Rutan," ungkap Agus.



Senam yang dilaksanakan di lapangan menjadi kegiatan rutin Rutan Purbalingga setiap Hari, selain menjadi sehat, WBP juga bisa melepas kejenuhan di dalam kamar dengan olahraga bersama.

Kegiatan senam berjalan lancar kurang lebih sekitar 1 jam dengan tetap memperhatikan keamanan dan ketertiban di dalam Rutan Purbalingga.