

Personil Korem 043/Gatam Tetap Jaga Kesehatan dan Kebugaran Selama Puasa

Ditulis oleh Penrem
Sabtu, 11 Mei 2019 | 10:06 WIB



Penrem 043/Gatam.

Bandar Lampung, Prajurit dan PNS Korem 043/Gatam sebelum melaksanakan aktivitas kesehariannya di bagian masing masing, Prajurit dan PNS mengawali dengan olahraga bersama, bertempat di Makorem 043/Gatam, Jl. Teuku Umar Bandar Lampung.

Menurut Kajasrem Kapten Inf Nizar, tujuan dari olahraga bersama yang dilaksanakan ini adalah untuk memelihara kebugaran dan kesehatan jasmani para anggota yang dilaksanakan rutin setiap harinya.

Ia juga menyampaikan, meski kondisinya sedang berpuasa seperti saat ini, tetapi masih tetap rutin untuk berolahraga.

“Walaupun kondisinya puasa seperti sekarang ini, tentunya hal tersebut tidak menghalangi kami untuk berolahraga,” terangnya.

“Karena bertugas sebagai Prajurit TNI, kita senantiasa dituntut untuk memiliki kondisi fisik yang sehat dan prima, dihadapkan dengan tingginya intensitas tugas yang kita laksanakan setiap saat,”

“Jika kondisi tubuh kita tetap fit selama menjalankan puasa seperti sekarang ini, tentu kita akan dapat melaksanakan berbagai ibadah di Bulan Suci Ramadhan,” tandasnya.

Selain itu, kesehatan tentu merupakan kebutuhan pokok bagi setiap manusia, tentunya hanya dengan berolahraga dan menjaga pola hidup kita, hal itu dapat terwujud,” tegas Kapten Inf Nizar