Jaga Stamina dan Kebugaran, Danrem 043/Gatam Olahraga Bersama Prajurit

Ditulis oleh Penrem
Senin, 05 April 2021 | 09:51 WIB



Â Danrem 043/Gatam Brigjen TNI Drajad Brima Yoga, S.I.P. M.H. melaksanakan olahraga jalan santai bersama prajurit Korem 043/Gatam, Senin (05/04/2021).

Kegiatan olahraga bersama ini dilaksanakan secara rutin oleh seluruh prajurit dan PNS Korem 043/Gatam, dalam pelaksanaanyaÂ tetapÂ menerapkan Protokol Kesehatan Covid-19 seperti menjaga jarak dan melaksanakan pengecekan kesehatan berupa suhu tubuh dan tensi.

Karena dengan berolahraga rutin atau melakukan aktivitas fisik juga dapat menghindarkan seseorang dari penyakit yang kemungkinan dapat terjadi pada masa pandemik Covid-19.