

Jaga Kebugaran Dan Silaturahmi Danrem 043/Gatam Olahraga Bersama Prajurit Dan PNS

Ditulis oleh Penrem

Selasa, 09 Mei 2023 | 10:46 WIB



Penrem 043/Gatam

Lampung “ Selain menjaga kesehatan, olahraga dapat menguatkan tubuh, mengatur pernapasan, dengan demikian daya tahan tubuh” akan meningkatkan, dan yang tak kalah penting olahraga yang dilaksanakan secara bersama sama silaturahmi dapat terjaga dengan baik.

Dengan dasar tersebut Prajurit dan PNS Korem 043/Gatam bersama Danrem 043/Garuda Hitam Brgjen TNI Iwan Ma”ruf Zainudin, S.E, Kasrem 043/Gatam Kolonel Inf Prasetyo, para Kasi Kasrem 043/Gatam, Dan/Ka satdisjan Jajaran Korem 043/Gatam, dan Ketua beserta pengurus Persit KCK Koorcab Rem 043/PD II/Swj melaksanakan olahraga bersama, bertempat di Lapangan upacara makoarem 043/Gatam Jl. Teuku Umar Bandar Lampung. Selasa (9/5/2023)

Sebelum melaksanakan olahraga bersama, seluruh anggota” melaksanakan kegiatan apel pagi yang dipimpin Kasrem 043/Gatam Kolonel Inf. Prasetyo, dan pemeriksaan kesehatan. Dilanjutkan senam peregangan yang dipandu personel Jasmani Korem (Jasrem), berlanjut dengan senam Lampung Berjaya dan olahraga umum, seperti, tenis lapangan,” tenis meja, dan bola volly.

Dikesempatan tersebut Kasrem 043/Gatam Kolonel Inf Prasetyo, menyampaikan kepada seluruh peserta apel untuk mengikuti sekaligus melaksanakan olahraga dengan sungguh sungguh.

” Olahraga yang kita laksanakan ini selain menjaga kesehatan dan kebugaran fisik, ini juga merupakan ajang silaturahmi antar anggota,” terangnya.

” Dengan melaksanakan olahraga di pagi hari, udara yang kita hirup masih segar, membuat

Jaga Kebugaran Dan Silaturahmi Danrem 043/Gatam Olahraga Bersama Prajurit Dan PNS

Ditulis oleh Penrem

Selasa, 09 Mei 2023 | 10:46 WIB

kita menjadi lebih sehat, serta otot-otot yang tegang menjadi lebih rileks,â€
â€œ Olahraga bersama ini sangat penting selain untuk menjaga stamina, kesehatan dan kebugaran, guna mendukung pelaksanaan tugas pokok kita sehari-hari,â€ tandasnya