



# Anggota Kodim 1002/HST Senam SKJ-88 Jaga Kebugaran Badan

Maskuri - [HST.KAMPAI.CO.ID](https://HST.KAMPAI.CO.ID)

Jul 18, 2023 - 20:34



*Anggota Kodim 1002/HST Senam SKJ-88 Jaga Kebugaran Badan*

BARABAI-Dalam rangka menjaga kebugaran dan kesehatan badan, anggota Kodim 1002/HST melaksanakan senam kesegaran jasmani 88 di lapangan apel jalan Telaga Padawangan Kelurahan Barabal Timur kecamatan Barabai Timur

kabupaten Hulu Sungai Tengah.Selasa (18/7/2023).



Sebelumnya dilaksanakan apel pagi sebagai pengecekan personel oleh Plh.Pasiopsdim 1002/HST Kapten Inf Subhan

Senam kesegaran jasmani dipimpin oleh Bintara operasi Kodim 1002/HST Serma Nuhadi.S didahului dengan senam peregangan guna menghindari cedera

Usai pelaksanaan Senam kesegaran jasmani 88, Kapten Inf Subhan mengatakan bahwa kegiatan ini untuk membina kebugaran dan kesehatan badan anggota kodim 1002/HST,"ucapnya

Senam ini rutin kita lakukan setiap hari Selasa dan Kamis sebelum melakukan kegiatan baik di staf maupun di wilayah bagi Babinsa jajaran Kodim 1002/HST,"tambahnya

Kita berharap kepada seluruh anggota untuk rajin berolahraga agar badan selalu siap dalam melanjutkan tugas pengabdian di wilayah binaan masing-masing dalam mendukung tugas pokok satuan."tegasnya.(pendim1002).