

# Jaga Kebugaran Fisik, Anggota Kodim Tulungagung Olahraga Santai Kelilingi Alun Alun

Achmad Sarjono - [TULUNGAGUNG.DEMOKRAT.CO.ID](http://TULUNGAGUNG.DEMOKRAT.CO.ID)

Jun 7, 2024 - 23:34



TULUNGAGUNG – Jaga kebugaran fisik, anggota Kodim 0807 melaksanakan olahraga santai di lingkaran sekitar alun-alun Tulungagung Kelurahan Kampungdalem Kecamatan Tulungagung Kabupaten Tulungagung Jawa Timur, Jumat (07/06/2024).



Dengan mengenakan pakaian training hijau-hijau, kegiatan dimulai dengan apel pagi di halaman Makodim Tulungagung. Setelah apel, para anggota melakukan senam pemanasan sebelum melanjutkan dengan olahraga santai di sekitar alun-alun.

Pasiops Kodim Tulungagung, Lettu Inf Sugeng, menekankan pentingnya pembinaan fisik secara rutin untuk menjaga kebugaran tubuh agar selalu prima. "Dengan kondisi yang prima, akan memudahkan prajurit dalam melaksanakan tugas-tugas yang menanti," ujarnya.

Kegiatan olahraga ini merupakan bagian dari upaya Kodim 0807 untuk memastikan bahwa para anggotanya selalu dalam kondisi fisik yang optimal, sehingga siap menghadapi berbagai tuntutan tugas dengan baik. Kebugaran fisik yang baik juga berperan penting dalam menjaga kesehatan dan mencegah berbagai penyakit.

Para anggota Kodim terlihat antusias dan bersemangat mengikuti seluruh rangkaian kegiatan olahraga. Selain bermanfaat untuk kesehatan, kegiatan ini juga mempererat kebersamaan dan kekompakan di antara para prajurit.

Dengan dilaksanakannya kegiatan ini, diharapkan seluruh anggota Kodim 0807 Tulungagung dapat terus menjaga kesehatan dan kebugaran mereka, sehingga mampu memberikan yang terbaik dalam menjalankan tugas demi keamanan dan kesejahteraan masyarakat. (\*)