

Senam SKJ-88 TNI-Polri Dan FKPD, Ini Harapan Dandim 0722/Kudus

sutrisno - [KUDUS.INFORMAN.ID](https://www.kudus.informan.id)

Feb 1, 2023 - 11:45



(Foto istimewa) Senam SKJ-88 Bersama FKPD Kudus

KUDUS - Dalam rangka menjaga kebugaran fisik dan kesehatan prajurit maupun PNS, Kodim 0722/Kudus melaksanakan Senam Kesegaran Jasmani (SKJ) 88 bersama jajaran Polres Kudus dan jajaran Pimpinan Daerah Kabupaten Kudus yang digelar di lapangan Makodim 0722/Kudus Jl.Jenderal Sudirman no.39 Kudus, Selasa (31/01/2023).



Tampak hadir dalam senam SKJ 88 tersebut di antaranya Bupati Kudus HM.Hartopo, Dandim 0722/Kudus Letkol Inf Andreas Yudhi Wibowo, S.I.P., Kapolres Kudus AKBP Dydit Dwi Susanto, S.I.K., M.Si, Ketua Persit KCK Cab XLIII Dim Kudus dan pengurus, anggota jajaran Kodim 0722/Kudus, anggota Polres Kudus, Persit KCK Cab XLIII Dim Kudus, anggota RS.Kartika Husada Kudus, anggota Kejaksaan Negeri Kudus, BPN dan anggota telkomsel Kudus.



Kegiatan diawali dengan apel pagi, dilanjutkan senam SKJ 88 bersama yang diikuti oleh anggota jajaran Kodim 0722/Kudus, anggota Polres Kudus dan FKPD

Kudus serta jalan sehat dengan menempuh jarak 3 KM.

Di kesempatan tersebut Komandan Kodim 0722/Kudus Letkol Inf Andreas Yudhi Wibowo, S.I.P., menyampaikan dengan senam kesegaran jasmani, fisik dan tubuh akan menjadi lebih prima, sehingga dapat memacu semangat bagi prajurit dalam menunjang pelaksanaan tugas pokok dan kewajiban secara maksimal.



Lebih lanjut orang nomor satu di Kodim Kudus ini mengatakan untuk kegiatan senam SKJ kita laksanakan di Lapangan Makodim sebagai upaya memberikan edukasi dan mengajak kepada masyarakat untuk pola hidup sehat dengan melaksanakan senam sehat.

“Tujuannya tak lain adalah untuk meningkatkan imunitas, dan menjaga kebugaran tubuh agar tetap prima serta terhindar dari penyakit. Gerakan senam sederhana, tidak terlalu cepat, dan cocok untuk semua kalangan baik yang tua maupun muda,” Ujarnya.



“Diharapkan dengan adanya senam SKJ 88 bersama antar jajaran Kodim 0722/Kudus dengan Polres Kudus dan Pemerintah Daerah dapat meningkatkan sinergitas yang sudah terjalin dengan baik dalam menjalankan tugas senantiasa sehat dan bugar” Harap Dandim.

“Jika sudah bugar dan sehat, otomatis akan selalu siap melaksanakan tugas yang diemban dapat dilaksanakan dengan baik” Pungkas Dandim.

Redaktur : Pendim 0722/Kudus