NEWSPAPER

Jaga Stamina, Prajurit Korem 073/Makutarama Laksanakan Lari Aerobik Bersama

Agung widodo - SALATIGA.NEWSPAPER.CO.ID

May 12, 2022 - 13:09

Komandan Korem 073/Makutarama Kolonel Inf Purnomosidi, S.I.P., M.A.P., bersama prajurit dan PNS laksanakan lari aerobik bersama, Salatiga, Jawa Tengah. Rabu, (12/05/2022).

SALATIGA- Jaga kesehatan dan kebugaran tubuh, Komandan Korem 073/Makutarama Kolonel Inf Purnomosidi, S.I.P., M.A.P., bersama prajurit dan

PNS laksanakan lari aerobik bersama, Salatiga, Jawa Tengah. Rabu, (12/05/2022).

“Kajasrem 073/Makutarama Kapten Slamet Praiyanto mengatakan, Lari aerobik memiliki beberapa fungsi bagi kesehatan kita, tidak hanya sebagai kebugaran tubuh, tetapi juga menjadikan tubuh kita sehat, tak kalah pentingnya lagi dengan lari aerobik bersama tersebut juga memupuk rasa kebersamaan dan persatuan untuk menjalin silaturahmi diantara sesama anggota prajurit Korem 073/Makutarama,” terangnya.

“Lari aerobik merupakan suatu kebutuhan bagi seorang prajurit, disamping itu juga lari aerobik bisa menjaga kondisi badan, postur dan stamina kita terjaga agar dapat melaksanakan tugas sehari-hari dengan baik,” tutup Kajas.

Dengan lari aerobik secara teratur dan terprogram, maka tubuh akan selalu sehat dan fisik akan prima serta terhindar dari penyakit, sehingga kita dapat melaksanakan tugas dengan baik.

Editor : (JNI) JIS Agung w

Sumber : Penrem 073/Mkt