

## Jaga Kebugaran dan Kekompakan, Pegawai dan Peserta Magang Rutan Balikpapan Ikuti Senam Pagi Bersama

Muhammad Febri - [BALIKPAPAN.TELISIKFAKTA.COM](https://BALIKPAPAN.TELISIKFAKTA.COM)

Jan 9, 2026 - 10:39



(Sumber : Humas Rutan Balikpapan)

**BALIKPAPAN** – Dalam rangka menjaga kebugaran fisik serta meningkatkan semangat kerja, Rumah Tahanan Negara (Rutan) Kelas IIA Balikpapan melaksanakan kegiatan senam pagi bersama yang diikuti oleh pegawai dan peserta magang, pada Jumat (09/01/2026).

Kegiatan senam pagi ini dilaksanakan di halaman Rutan Balikpapan dengan penuh semangat dan kebersamaan. Seluruh peserta senam tampak antusias mengikuti setiap gerakan senam yang dipandu oleh instruktur, menciptakan suasana yang sehat, energik, dan penuh kekompakan.

Kepala Rutan Balikpapan, Agus Salim, menyampaikan bahwa senam pagi merupakan salah satu upaya untuk menjaga kesehatan jasmani sekaligus mempererat kebersamaan di Rutan Balikpapan. Dengan kondisi tubuh yang bugar, diharapkan seluruh jajaran dapat menjalankan tugas dan tanggung jawab dengan lebih optimal.

“Melalui kegiatan senam pagi ini, kami ingin menanamkan pola hidup sehat, meningkatkan stamina, serta membangun kebersamaan dan kekompakan dalam lingkungan kerja,” ujarnya.

Selain memberikan manfaat kesehatan, kegiatan ini juga menjadi sarana penyegaran di tengah rutinitas kerja yang padat. Kehadiran peserta magang dalam kegiatan tersebut turut mencerminkan pembinaan kedisiplinan dan penanaman nilai-nilai positif sejak dini.

Rutan Balikpapan berkomitmen untuk terus melaksanakan kegiatan positif secara rutin sebagai bagian dari upaya menciptakan lingkungan kerja yang sehat, produktif, dan harmonis.