

Jaga Kebugaran Fisik Pegawai Rutan Balikpapan Gelar Senam Bersama

Muhammad Febri - BALIKPAPAN.TELISIKFAKTA.COM

Oct 17, 2025 - 08:53

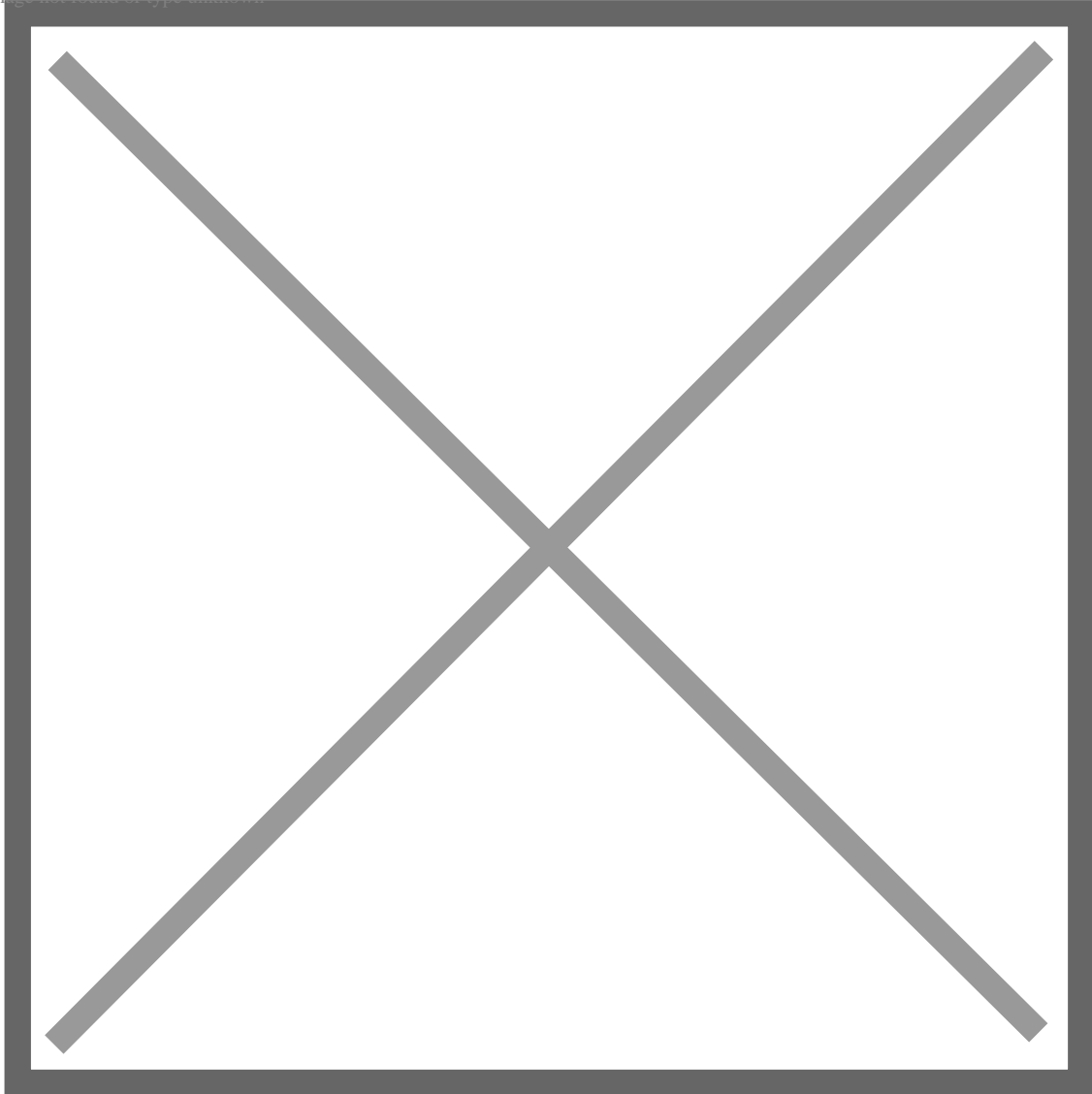
Image not found or type unknown



Balikpapan – Rumah Tahanan Negara Kelas IIA Balikpapan, Kantor Wilayah Direktorat Jenderal Pemasyarakatan Kalimantan Timur melaksanakan kegiatan senam pagi Bersama pada Jumat (17/10/2025).

Kegiatan tersebut diikuti oleh jajaran pegawai dan dilaksanakan di Halaman Rutan Balikpapan. Senam pagi diawali dengan pemanasan dan perenggangan kemudian dilanjutkan dengan senam aerobik yang dipimpin oleh instruktur.

Image not found or type unknown



Meskipun dengan cuaca yang mendung, tidak mengurangi semangat dan rasa antusias yang tampak dari raut wajah dan ekspresi jajaran pegawai Rutan Balikpapan pada saat mengikuti tiap gerakan senam yang dipimpin oleh Instruktur.

Kepala Rutan Balikpapan, Agus Salim yang juga mengikuti senam pagi tersebut mengatakan senam pagi bersama ini diharapkan dapat menjaga kondisi tubuh tetap bugar.

Image not found or type unknown



“Selain untuk menjaga kebugaran tubuh, dengan kegiatan ini juga menjadi hiburan untuk menjaga kesehatan mental para pegawai di tengah tugas dan pekerjaan yang dijalani sehari-hari,” ujarnya.