

## Senam Pagi Tampak Mewarnai Rutan Kudus Dalam Menjaga Kebugaran Jasmani

David Fernanda Putra - KUDUS.GO.WEB.ID

Sep 24, 2024 - 13:14



*Dok. Humas Rutan Kudus*

Kudus – Dalam rangka menjaga kebugaran dan meningkatkan semangat kerja, Pegawai Rumah Tahanan Negara Kelas IIB Kudus (Rutan Kudus) melaksanakan kegiatan senam sehat bersama. Kegiatan ini dipandu oleh instruktur senam yang penuh energi dan lincah, membuat suasana semakin semarak dan penuh

semangat.

Kegiatan senam yang diadakan di halaman Rutan Kudus tersebut diikuti oleh seluruh pegawai, termasuk jajaran Pejabat Struktural. Instruktur senam memberikan berbagai gerakan dinamis yang tidak hanya menyegarkan tubuh, tetapi juga memberikan suasana ceria kepada para peserta. Dengan diiringi musik yang enerjik, seluruh Pegawai mengikuti gerakan senam dengan antusias.

Kepala Rutan Kudus, Anda Tuning Supiluhu, yang juga turut hadir dan mengikuti kegiatan tersebut, menyampaikan bahwa kegiatan senam ini merupakan salah satu bentuk kepedulian terhadap kesehatan Pegawai.

"Senam bersama ini adalah bagian dari upaya kami untuk menjaga kebugaran fisik serta menciptakan suasana kerja yang lebih segar dan produktif," kata Anda.

Kegiatan senam sehat ini merupakan bagian dari program Rutan Kudus yang berkomitmen menjaga kesehatan dan semangat kerja pegawai, sejalan dengan nilai-nilai SEMARAK yang dijunjung tinggi oleh Rutan Kudus, yaitu Sehat, Maju, Religius, Aman, dan Kondusif.

Antusiasme Pegawai dalam mengikuti senam menunjukkan pentingnya kegiatan ini sebagai ajang rekreasi dan menjaga kekompakan. Diharapkan, kegiatan serupa akan terus dilakukan secara rutin agar kesehatan fisik dan mental para pegawai tetap terjaga, sehingga dapat memberikan pelayanan terbaik kepada Warga Binaan Pemasyarakatan (WBP) dan Masyarakat.

Dengan adanya senam bersama ini, diharapkan semangat kebersamaan dan solidaritas antar Pegawai terus terjaga, serta menciptakan lingkungan kerja yang sehat dan penuh semangat di Rutan Kudus.