

WBP Rutan Kelas I Surakarta Antusias Ikuti Senam Kebugaran Setiap Pagi

Kevin Guntur - SURAKARTA.JOURNALIST.ID

Aug 27, 2023 - 12:49



Dok : Humas Rutan Surakarta

Surakarta - Rutan Kelas I Surakarta hari Minggu, 27 Agustus 2023 melaksanakan senam kebugaran yang menjadi salah satu kegiatan rutin dilaksanakan setiap pagi bagi Warga Binaan Pemasyarakatan (WBP) yang dilaksanakan di halaman Rutan Kelas I Surakarta.

Kegiatan senam kebugaran dipandu oleh Staff Kesatuan Pengamanan Rutan (KPR). Senam kebugaran Hari Minggu dilaksanakan pukul 08.00 WIB diikuti oleh seluruh tamping dengan tujuan menjaga kesehatan kebugaran jasmani sekaligus memberi waktu untuk berjemur bagi WBP. Senam dimulai dengan diawali dengan berdoa terlebih dahulu, Terlihat WBP penuh semangat dan antusias dalam mengikuti senam kebugaran.

Kegiatan senam sudah berlangsung sejak sebelum adanya pandemi Covid-19 melanda, selain untuk meningkatkan kebugaran jasmani, kegiatan ini juga meningkatkan imun warga binaan. Hal ini sejalan dengan arahan Kepala Rutan Kelas I Surakarta, Urip Dharma Yoga agar WBP dibimbing pada kegiatan yang positif agar memberikan manfaat yang baik bagi dirinya.