

## Tingkatkan Kebugaran Petugas Lapas Permisan Jalan Santai dan Senam di Pantai Permisan

Candra Putra - [CILACAPSELATAN.JURNALNASIONAL.CO.ID](http://CILACAPSELATAN.JURNALNASIONAL.CO.ID)

Dec 31, 2023 - 15:01



*Tingkatkan kebugaran dan kesehatan, petugas Lapas Kelas IIA Permisan Nusakambangan melaksanakan giat jalan sehat ke Pantai Permisan dan melaksanakan senam. Kegiatan diawal dengan berdoa dan di lanjut jalan sehat dari lapas Permisan menuju Pantai Permisan, Jumat (29/12). Dok Humas Vermis 1908*

NUSAKAMBANGAN - Tingkatkan kebugaran dan kesehatan, petugas Lapas Kelas IIA Permisan Nusakambangan melaksanakan giat jalan sehat ke Pantai

Permisan dan melaksanakan senam. Kegiatan diawal dengan berdoa dan di lanjut jalan sehat dari lapas Permisan menuju Pantai Permisan, Jumat (29/12).

Lapas Permisan berjarak kurang lebih 500 m dengan pantai Permisan. Setelah sampai di Pantai Permisan kegiatan dilanjutkan dengan senam sehat. Kegiatan diikuti oleh seluruh pegawai Lapas Permisan. Semua pegawai sangat antusias mengikuti rangkaian kegiatan.

Langsung dipimpin oleh Kalapas Permisan Nusakambangan, Ahmad Hardi kegiatan senam dipinggir pantai sangat mengasikkan apalagi dengan pemandangan pantai permisan yang terhampar di depan mata.

Kegiatan ini dimaksudkan untuk meningkatkan kebugaran dan kesehatan pegawai lapas Permisan Nusakambangan. Sehingga terdapat jiwa yang sehat dan kuat di dalam tubuh. Membentuk imun yang kuat sehingga dalam melaksanakan tugas dan fungsi pegawai berjalan dengan baik.

Kalapas menyampaikan bahwa Kegiatan Jumat sehat dimulai dengan olahraga pagi dimaksudkan untuk menjaga dan meningkatkan kebugaran dan kesehatan pegawai lapas Permisan.

" Dengan kegiatan ini kekebalan tubuh dan imun terbentuk dengan baik, sehingga seluruh pegawai Lapas Permisan dapat melaksanakan tugasnya dengan baik," Ujar Ahmad Hardi.