

# Jaga Kebugaran, Personel Kodim 0410/KBL Laksanakan Olahraga Bersama di PTPN 7

**Bandar Lampung, Detikperu.com (SMSI)**– Guna menjaga kesehatan dan kebugaran, Kodim 0410/KBL melaksanakan olahraga dan senam aerobik yang diikuti oleh Perwira Staf, Danramil, Anggota Staf serta perwakilan Koramil sekitar 90 orang, dilaksanakan di PTPN 7 Jl. Teuku Umar Kedaton, Kota Bandar Lampung, Selasa (11/01/2021).

Kegiatan diawali dengan apel pengecekan personel yang dipimpin oleh Danramil 410-03/TBU Mayor Inf Anang Nugroho. Kegiatan selanjutnya yaitu melakukan senam pemanasan yang dipimpin oleh personel Staf Operasi Kodim 0410/KBL kemudian dilanjutkan melaksanakan olahraga lari, dan jalan santai.

Danramil 410-03/TBU Mayor Inf Anang Nugroho menanggapi Senam Aerobik dan olahraga bersama ini sangat bermanfaat bagi kesehatan tubuh masing masing personel, Kegiatan ini sudah rutin dilaksanakan oleh anggota Kodim 0410/KBL, tatkala sedang tidak ada kesibukan atau kegiatan prinsip di wilayah.

“Bahkan kegiatan seperti ini tidak hanya dipusatkan di Kodim saja, Koramil jajaran Kodim 0410/KBL juga diberikan keleluasaan untuk melaksanakan kegiatan ini di satuan koramilnya, ujar Mayor Inf Anang Nugroho Danramil 410-03/TBU Mayor Inf Anang Nugroho.

“Selain itu Koramil Jajaran Kodim 0410/KBL, disarankan untuk kegiatan olahraga bersama dengan instansi lain di wilayahnya, yang akan memberikan dampak sehat serta manfaat lainnya seperti komunikasi sosial dan lain-lain,” pungkasnya. (Red)