

## **Pembinaan Kebugaran, Dandim 0824/Jember Lakukan Olah Raga Bulu Tangkis Bersama Anggota**

**Siswandi - [JEMBER.INDONESIASATU.CO.ID](http://JEMBER.INDONESIASATU.CO.ID)**

Dec 31, 2021 - 16:54



JEMBER - Pentingnya kebugaran dan kesehatan diri prajurit Kewilayahan, Dandim 0824/Jember pun disela-sela kesibukannya melakukan olah raga umum, yaitu bulu tangkis bersama anggota, diaula Kodim 0824/Jember pada Jum'at 31/12/2021.

Dalam pernyataannya saat kami wawancarai menyatakan, bahwa kita sudah tekankan kepada anggota agar memelihara kebugaran dan kesehatannya, meskipun kita tahu kesibukan kegiatan satuan relatif padat, kita harus menyempatkan diri.

Sempatkan untuk melakukan olah raga apa saja, sesuai dengan hobi dan kesenangan kita, seperti saat ini kita melaksnakan bulu tangkis, dan lain sebagainya, saya tidak mengarahkan harus olah raga apa.

Banyak kegiatan olah raga lain, seperti lari, kalau tidak kuat lari karena faktor usia, jalan sehat dan lain-lain, ajak keluarga sehingga suasana lebih harmonis, dan lain-lainnya.

Sebagai aparat kewilayahan, kita harus tampil bugar dihadapan masyarakat, sehingga enak dilihat dan keberadaan kita semakin mendapatkan simpati dari masyarakat. Tegus Dandim 0824/Jember. (Siswandi)