

# Jum'at Sehat, Pegawai Lapas Permisan Nusakambangan Senam Pagi Bersama

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

Nov 19, 2022 - 07:57



*Humas Vermis 1908*

Cilacap - Pagi ini jajaran pegawai Lapas Kelas IIA Permisan melakukan kegiatan rutin jumat sehat yaitu dengan senam pagi bersama. Hal tersebut dalam rangka mewujudkan Kumham Sehat Kumham Produktif. Yang dilaksanakan dengan Olahraga senam, aerobic, dan zumba lewat virtual Zoom, Jumat (18/11/2022).

Kegiatan secara rutin, olahraga bersama ini dilakukan sebagai bentuk upaya menjaga kesehatan dan kebugaran para pegawai. Selain bermanfaat untuk tubuh, kegiatan senam pagi bertujuan untuk meningkatkan kebersamaan dan kekompakan pegawai dilingkungan Lapas Kelas IIA Permisan Nusakambangan.

Bertempat di ruang aula kunjungan 2 Lapas Permisan Nusakambangan, pegawai dan CPNS sangat antusias mengikuti setiap gerakan senam. Dalam kesempatan

ini, Kanwil Kemenkumham Jateng juga tersambung dengan kegiatan " Kumham Sehat, Kumham Produktif " yang diselenggarakan oleh Biro Umum Sekretariat Jendral secara virtual.

Dalam sesi senam ini Andi Darmawan selaku Kasubag TU Lapas Permisian mengungkapkan dan mengajak semua pegawai untuk jaga kesehatan dan kebugaran kita agar terbentuk tubuh kita yang sehat dan kuat.

"Sehingga dengan tubuh yang sehat terdapat juga jiwa yang sehat, sehingga kita dapat beraktivitas dengan leluasa, tentunya dalam hal pekerjaan kita harus mampu menyesuaikan pekerjaan dengan baik dan benar. Serta memberikan pelayanan yang terbaik kepada masyarakat," ujar Andi.