

Semangat Jaga Produktivitas, Bapas Nusakambangan Ikuti Kegiatan Olahraga Bersama Seluruh Jajaran Kemenkumham

Rifki Maulana - UPDATES.CO.ID

Nov 18, 2022 - 14:36



Semangat Jaga Produktivitas, Bapas Nusakambangan Ikuti Kegiatan Olahraga Bersama Seluruh Jajaran Kemenkumham

Nusakambangan – Pegawai Balai Pemasyarakatan Kelas II Nusakambangan kembali mengikuti olahraga bersama seluruh jajaran Kemenkumham RI secara virtual pada hari Jumat, 18 November 2022. Kegiatan ini merupakan kegiatan rutin yang dilaksanakan setiap hari Jumat bagi seluruh pegawai, Jum'at (18/11/2022).

Pegawai Bapas Nusakambangan mengikuti kegiatan ini dari lapangan depan kantor Bapas. Dengan penuh semangat, pegawai mengikuti setiap gerakan olahraga yang dilakukan oleh instruktur. Kegiatan olahraga kali ini dipandu oleh

instruktur Silvia dan Tira. “Semoga senam kita pada pagi hari ini membawa berkah bagi kesehatan dan umur yang panjang kita semua” ujar instruktur Silvia.

Melalui kegiatan ini, diharapkan seluruh jajaran kemenkumham selalu berada dalam kondisi yang sehat baik secara fisik maupun psikis. Dengan kondisi yang sehat, tentunya diharapkan produktivitas dalam bekerja juga dapat lebih optimal. Hal ini sesuai dengan tujuan kegiatan ini yaitu Mewujudkan Kumham Sehat Kumham Produktif.

Kegiatan olahraga bersama jajaran Kemenkumham ini dilaksanakan secara langsung dari Lapangan Upacara Kemenkumham Jakarta dan dapat diikuti secara virtual melalui live.kemenkumham.go.id dan aplikasi zoom meeting. Bentuk kegiatan yang dilakukan adalah olahraga senam aerobik dan zumba.

Olahraga tidak hanya membuat kita tetap sehat, tetapi juga membersihkan pikiran dan mengurangi stres yang ada di dalam tubuh. Dengan berolahraga akan memberikan energi bagi kita dan membuat jadi lebih produktif.