

Pimpin Apel Gabungan Olahraga Bersama, ini Pesan Danrem 082/CPYJ.

Basory Wijaya - TUBAN.JOURNALIST.CO.ID

Feb 3, 2023 - 12:45



MOJOKERTO, – Di hari Jum'at yang berkah ini Danrem 082/CPYJ Kolonel Inf Unang Sudargo, S.H.,M.M. bersama seluruh Prajurit dan PNS Korem 082/CPYJ, Kodim 0815/Mojokerto serta Balak Rem 082/CPYJ yang berjumlah sekitar ± 320 orang melaksanakan Senam Kesegaran Jasmani-88 di lanjutkan pembersihan pangkalan bertempat di Lapangan Cikaran Asrama Korem 082/CPYJ Jl. Gajah Mada No. 04 Kota Mojokerto. Jum'at (3/2/2023).

Kegiatan ini diawali dengan apel pagi yang dipimpin oleh Komandan Korem 082/CPYJ Kolonel Inf Unang Sudargo, S.H., M.M. mengatakan bahwa Kegiatan Senam Kesegaran Jasmani – 88 yang kita laksanakan hari ini merupakan perintah Panglima TNI Laksamana TNI Yudo Margono, S.E., M.M., tentang pengaktifan kembali SKJ 88 yang bertujuan untuk meningkatkan imunitas dan menjaga kebugaran tubuh agar tetap terjaga serta terhindar dari penyakit, sebagai pemanasan sebelum kegiatan olahraga pokok. Kata Danrem.



Adapun SKJ 88 memiliki 25 gerakan yang bervariasi, mulai dari tahapan

pemanasan dan gerakan inti hingga pendinginan. Dalam setiap tahapan gerakan yang dilakukan secara sistematis maka dapat meningkatkan kesegaran, kebugaran dan menciptakan kesehatan jasmani bagi Prajurit. Imbuh Danrem.

Selesai senam SKJ-88 Danrem 082/CPYJ memberikan penekanan kepada seluruh personil terkait kebersihan, terutama yang menempati rumah dinas Cikaran agar selalu dirawat dan dipelihara kebersihan pangkalan, kegiatan tersebut dilakukan untuk menjaga lingkungan agar tetap bersih dan nyaman serta tercipta lingkungan yang sehat.

“Kegiatan Pembersihan lingkungan ini bertujuan untuk kepedulian perorangan serta memupuk jiwa gotong royong setiap prajurit dan PNS Korem 082/CPYJ akan pentingnya hidup Sehat dan Rapi.” Pungkas Kolonel Unang. (Penrem 082/CPYJ)