

EKSPOS

Memasyarakatkan Kembali SKJ 88, Kodim 1008/Tabalong Ajak Siswa SMK Olahraga Bersama

Maskuri - TABALONG.EKSPOS.CO.ID

Feb 17, 2023 - 16:14



Memasyarakatkan Kembali SKJ 88, Kodim 1008/Tabalong Ajak Siswa SMK Olahraga Bersama

Tabalong. Guna meningkatkan kebugaran jasmani prajurit Kodim 1008/Tabalong rutin melaksanakan kegiatan senam SKJ dan jalan santai. Hal ini juga sesuai dengan perintah dari Panglima TNI agar seluruh Kotama dan satuan TNI AD menggelorakan kembali senam SKJ 88.



Senam kebugaran jasmani (SKJ) merupakan jenis olahraga aerobik yang memiliki beragam manfaat diantaranya untuk menjaga kesehatan tubuh dan fisik yang prima dengan tujuan dapat mendukung kegiatan sehari-hari untuk hidup aktif dan produktif.

Mengingat pentingnya menjaga kebugaran tubuh salah satunya melalui skj 88, Kodim 1008/Tabalong mengajak siswa-siswi SMKN 1 Murung Pudak untuk senam bersama. Jumat (17/02).

Bertempat di aula SMKN 1 Murung pudak, kegiatan senam kebugaran jasmani dipimpin oleh Kopda Silo anggota Kodim 1008/Tabalong dan diikuti seluruh siswa-siswi.

Pasi Ter Kodim 1008/Tabalong Kapten Inf Fendri mengatakan, Kodim 1008/Tabalong sudah rutin melaksanakan senam kebugaran jasmani. Oleh karena itu kali ini kembali menggelar skj 88 dengan menyasar sekolah.

"Tujuannya untuk memasyarakatkan kembali SKJ 88 bagi anak-anak sekolah di wilayah Kabupaten Tabalong, kali ini kami melaksanakan di SMKN 1 Murung pudak" terang Fendri.

Sementara itu pihak sekolah SMKN 1 Murung Pudak mengaku menyambut baik adanya kegiatan ini, harap salah satu guru di SMKN ini, kegiatan senam skj 88 yang di pimpin oleh Kodim 1008/Tabalong ini dapat meningkatkan semangat dan menjadi kunci kesehatan bagi siswa nya, dengan tubuh yang sehat dapat meningkatkan kemampuan belajar dan dijauhkan dari penyakit. (Pendim1008)