

# URBANESIA

## Menjaga Kesehatan dan Sinergitas Satuan, Kodim Kebumen Lakukan Senam Bersama Persit Cabang XXIX

Nurfaizin - [KEBUMEN.URBANESIA.ID](http://KEBUMEN.URBANESIA.ID)

Dec 1, 2022 - 10:57



*Jajaran Kodim 0709/Kebumen beserta Persit jajaran Ketua Ranting Kodim 0709/Kebumen melaksanakan senam bersama bertempat di lapangan Makodim kompleks*

KEBUMEN - Kesehatan merupakan salah satu faktor yang sangat penting untuk menunjang aktivitas dan pelaksanaan tugas sehari-hari apalagi dimasa pandemi seperti sekarang.

Dalam rangka menjaga kondisi kesehatan ditengah masa Transisi Panca Roba, Jajaran Kodim 0709/Kebumen beserta Persit jajaran Ketua Ranting Kodim 0709/Kebumen melaksanakan senam bersama bertempat di lapangan Makodim kompleks. Kamis, (01/12/2022)



Dandim 0709/Kebumen Letkol Inf Eduar Hendri S.IP., menyampaikan bahwa kegiatan Aerobik merupakan program satuan dari komando atas yang dilaksanakan dua kali setiap minggunya dan dilanjutkan olahraga umum lainnya, "ungkapnya.

"Dengan rutinitas berolahraga aerobik akan menambah kebugaran tubuh kita, disamping menjaga stamina dan meningkatkan kesemaptan anggota kegiatan Aerobik ini juga sebagai ajang menjalin kebersamaan dan kekeluargaan anggota jajaran Kodim 0709/Kebumen beserta Persit Kartika Chandra Kirana Cabang XXIX Kodim 0709/Kebumen, "tandasnya.

Redaksi: Pendim 0709/Kebumen