

# PJSN

## Senam Pagi di Lapas Permisan, Tingkatkan Kesehatan Warga Binaan

Candra Putra - [CILACAPSELATAN.PJSN.OR.ID](http://CILACAPSELATAN.PJSN.OR.ID)

Dec 21, 2024 - 19:17



*Lapas Kelas II A Permisan Nusakambangan menggelar kegiatan senam pagi bagi warga binaan di lapangan futsal Lapas, jumat (20/12).*

NUSAKAMBANGAN - Lapas Kelas II A Permisan Nusakambangan menggelar

kegiatan senam pagi bagi warga binaan di lapangan futsal Lapas, jumat (20/12).

Kegiatan ini bertujuan meningkatkan kesehatan, kualitas hidup dan memperkuat semangat hidup warga binaan. Acara ini diikuti oleh puluhan warga binaan dan dihadiri oleh petugas Lapas.

Tiga instruktur profesional dari Kota Cilacap memandu kegiatan senam yang berlangsung selama hampir 1 jam. Kegiatan ini berjalan dengan khidmat dan penuh semangat. Warga binaan sangat antusias mengikuti gerakan-gerakan senam yang dipandu instruktur. Kegiatan ini juga diawasi oleh petugas untuk memastikan keamanan dan ketertiban senam pagi.

Menurut Andar Saenur Warekas, Kasi Binadik Lapas Permisan, kegiatan senam pagi ini memiliki beberapa manfaat seperti meningkatkan kesehatan dan kebugaran tubuh, mengurangi stres dan kecemasan, serta membangun kebersamaan dan kesolidaritan di antara warga binaan.

"Kegiatan ini merupakan bagian dari upaya kami untuk meningkatkan kualitas hidup warga binaan, kami berharap kegiatan ini dapat membantu warga binaan meningkatkan kesehatan dan kesadaran akan pentingnya menjaga kesehatan," tambah Andar.

Kegiatan senam pagi ini merupakan bagian dari program pembinaan dan pelayanan Lapas Permisan untuk meningkatkan kualitas hidup warga binaan. Lapas Permisan berkomitmen untuk terus menyediakan kegiatan positif dan konstruktif bagi warga binaan. Kegiatan serupa akan terus dilakukan secara berkala untuk mendukung program pembinaan dan pelayanan Lapas.

#agusandrianto

#kemenimipas

#kumhamPASTI

#kemenkumham\_ri

#ditjenpas

#kanwilkemenkumhamjateng

#lapaspermisan