



Seluruh Warga Binaan Lapas Kembangkuning Ikuti Senam Pagi

Narsono Son - CILACAP.KAMPAI.ID

Dec 4, 2023 - 13:47



432 Warga Binaan Lapas Kembangkuning Ikuti Senam Pagi

NUSAKAMBANGAN - Lembaga Pemasyarakatan (Lapas) Kelas IIA Kembangkuning, Pulau Nusakambangan, Kabupaten Cilacap, kembali mengadakan kegiatan senam pagi kepada seluruh warga binaan, Senin

(4/12/2023).

Kegiatan tersebut berlangsung di lapangan Lapas Kembangkuning. Sebanyak 432 warga binaan tampak antusias mengikuti kegiatan senam pagi.

"kesehatan warga binaan jauh lebih penting, senam juga memperkuat tulang, membantu menormalkan aliran darah dan melatih urat saraf yang kaku serta meningkatkan kesehatan jantung dan stamina tubuh dari warga binaan", ujar Winarso.

"Senam merupakan salah satu dari program pembinaan kepribadian yang bertujuan untuk meningkatkan imunitas tubuh dari warga binaan", ujar Hendra.

(Wahyu)