

Ditulis oleh Penrem

Jumat, 16 November 2018 | 09:14 WIB

---



**Penrem 043/Gatam**

Bandar Lampung, Ketua Persit KCK Koorcab Rem 043 PD II/Sriwijaya Ny. Dwi Erwin Djatniko, bersama pengurus dan anggota persit Koorcab Rem 043/Gatam, jum'at (16/11) pkl. 07.30 wib, melaksanakan senam bersama Prajurit dan PNS Korem 043/Gatam bertempat di lapangan Apel Makorem 043/Gatam Jl. Teuku Umar Bandar Lampung.

Kegiatan ini digelar dan dilaksanakan dalam rangka menjaga kebugaran sekaligus meningkatkan stamina dan daya tahan tubuh, selain itu juga senam bersama yang tak kalah penting menjaga norma norma kebersamaan, kekompakan dan meningkatkan tali silaturahmi sesama prajurit TNI, PNS dan anggota Persit yang berada di wilayah Korem 043/Gatam.

Kegiatan senam bersama ini diawali dengan senam peregangan, agar otot otot yang ada di tubuh kita dapat rilek, pada kesempatan tersebut Kajasrem 043/Gatam Kapten Inf. Nizar, mengharapkan agar seluruh peserta senam dapat mengikuti kegiatan senam ini dengan sungguh-sungguh, " Ikuti gerakan yang akan dipandu oleh instruktur senam," kata Jasrem.

Senam yang dilaksanakan anggota Persit dan anggota Makorem 043/Gatam yakni senam Gemu Famire, dipilihnya senam Gemu Famire dikarenakan musiknya yang asyik serta gerakannya yang mudah yang menjadi ciri khas senam ini sehingga bisa diikuti baik tua maupun muda.

Senam Gemu Famire bersama ini, langsung dipandu instruktur Senam dari kalangan Klub senam Profesional yang ada di Bandar Lampung dan anggota Jasrem 043/Gatam, turut mengikuti senam bersama Hadir dan mengikuti senam bersama para Pasi dan Pama Korem 043/Gatam. Kegiatan senam bersama berlangsung hingga Pukul 08.30 Wib dengan tertib, aman dan lancar.