

## Jaga Kebugaran Fisik, Danrem 043/Gatam Olahraga Bersama Prajuritnya

Ditulis oleh Penrem

Jumat, 03 Januari 2020 | 10:33 WIB

---



### **Penrem 043/Gatam.**

Â Komandan Korem 043/Gatam. Kolonel Inf Taufiq Hanafi bersama PrajuritÂ melaksanakan kegiatan Olah Raga bersama guna menjaga stamina agar tetap prima dan selalu siap dalam setiap melaksanakan tugas, Jumat (3/1/2020).

Â Kegiatan olah raga bersama ini diikuti oleh 119 Prajurit dan PNS Korem 043/Gatam , acara dimulai dengan melaksanakan peregangan dilanjutkan jalan memutari lapangan saburai serta dilanjutkan senam bersama bertempat di lapangan Saburai, Bandar Lampung.

Â Olahraga bersama ini bertujuan selain menjaga kesehatan dan kebugaran fisik, juga sebagai ajang silaturahmi antar anggota. Selain itu juga Dengan melaksanakan olahraga senam dan ditambah udara pagi yang sejuk membuat para prajurit dan PNS TNI menjadi lebih sehat serta otot-otot yang tegang menjadi lebih rileks.

Â Kegiatan tersebut diikuti oleh seluruh Kasi/Pasi Korem 043/Gatam, Prajurit Pa/Ba serta PNS korem 043/Gatam.