

# EKSPOS

## Anggota Kodim 1002/HST Rutin Berolahraga

Maskuri - [HST.EKSPOS.CO.ID](https://HST.EKSPOS.CO.ID)

Oct 14, 2022 - 07:09



*Anggota Kodim 1002/HST Rutin Berolahraga*

BARABAI-Dalam rangka meningkatkan kebugaran dan kesehatan badan, anggota Kodim 1002/Hulu Sungai Tengah melakukan olahraga secara rutin. Seperti hari ini Jum'at (14/10) seluruh anggota Kodim 1002/HST melaksanakan olahraga bersama diawali dengan apel pengecekan personel oleh Danramil 1002-01/Batang Alai Selatan Kapten Inf Subhan di halaman apel

Makodim setempat,



Disampaikan oleh Kapten Inf Subhan kegiatan olahraga bersama ini kita lakukan sebagai upaya menjaga kebugaran dan kesehatan badan kita,"ucapnya "Kesehatan adalah modal utama kita dalam melaksanakan tugas sesuai dengan tanggungjawab dan fungsi kita masing-masing. Luangkan waktu setiap hari untuk berolahraga, karena sangat banyak sekali manfaatnya bagi kita,"tambahnya Kegiatan olahraga diawali dengan senam peregangan, pemanasan yang dipimpin oleh Serma Nurhadi. S Bintara Operasi Staf Kodim 1002/HST Kemudian dilanjutkan dengan jalan santai dan olahraga mandiri sesuai dengan kecabangan masing-masing anggota.(pendim1002).