

# EKSPOS

## Getarkan Warga Barabai Dengan SKJ-88, Kodim 1002/Hulu Sungai Tengah

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

Mar 5, 2023 - 10:42



*Getarkan Warga Barabai Dengan SKJ-88, Kodim 1002/Hulu Sungai Tengah*

BARABAI-Getarkan warga Barabai, Kodim 1002/Hulu Sungai Tengah ajak masyarakat Senam Kesegaran Jasmani (SKJ-88) di lapangan Dwi Warna Barabai. Minggu (05/03/2023)



Dandim 1002/HST Letkol Kav Gagang Prawardhana.S.I.P.,M.Han dalam kesempatan tersebut mengatakan bahwa kegiatan senam kesegaran jasmani (SKJ-88) ini sangat baik kita lakukan sebelum kita beraktivitas ataupun bekerja,"ujarnya

Atas Perintah bapak Panglima TNI, kami jajaran TNI di seluruh Indonesia mensosialisasikan dan menggalakkan kembali SKJ-88 sambil kita bernostalgia dan tentunya membuat badan kita segar bugar dan sehat,"tambahnya

Lebih lanjut Dandim 1002/HST mengajak kepada warga masyarakat Hulu Sungai Tengah menggalakkan kembali SKJ-88 baik di lingkungan Kantor, sekolah-sekolah ataupun dimana saja kita bisa melakukan kegiatan senam SKJ-88 ini dengan riang gembira,"tukasnya

Sementara itu salah satu warga masyarakat Barabai, H.Kaspul Anwar (63) pensiun guru usai mengikuti senam kesegaran jasmani (SKJ-88) menyampaikan sangat mengapresiasi kegiatan yang dilakukan oleh Kodim 1002/HST,"katanya

Senam SKJ-88 ini sangat baik sekali kita lakukan, terutama bagi kami yang sudah tidak muda lagi, gerakan-gerakannya sangat mudah dilakukan, santai tapi sangat bermanfaat bagi kesehatan,"tuturnya.

Senam SKJ-88 diikuti oleh anggota Kodim 1002/HST, Yonif 621/Mtg, Polres HST, Persit dan warga masyarakat Hulu Sungai Tengah.(pendim1002).