

# CUWITAN

## Raga Sehat, Jiwa Kuat: Warga Binaan Lapas Tembilahan Senam Pagi dengan Semangat

NANDA PRAYOGA - [INDRAGIRIHILIR.CUWITAN.COM](http://INDRAGIRIHILIR.CUWITAN.COM)

Dec 3, 2024 - 10:05



Tembilahan, 3 Desember 2024 – Lapas Kelas IIA Tembilahan kembali melaksanakan kegiatan senam pagi yang menjadi bagian dari program pembinaan jasmani bagi warga binaan. Bertempat di area lapangan blok hunian, kegiatan senam pagi kali ini diikuti oleh warga binaan penghuni Blok Mahoni sesuai jadwal yang telah ditentukan.

Senam pagi berlangsung dengan suasana penuh semangat, di mana warga binaan mengikuti gerakan instruktur dengan antusias. Kegiatan ini bertujuan untuk menjaga kesehatan fisik dan meningkatkan daya tahan tubuh, sekaligus menjadi momen untuk menguatkan kebersamaan antarwarga binaan.

Kasi Binadik Yasir Arapat menjelaskan bahwa kegiatan ini merupakan salah satu program rutin yang diadakan di Lapas Tembilahan. "Selain sebagai upaya untuk menjaga kebugaran fisik, senam pagi juga menjadi sarana rekreasi ringan yang bermanfaat bagi kesehatan mental warga binaan. Kami ingin memastikan mereka tetap sehat dan bersemangat menjalani masa pembinaan," ujarnya.

Kalapas Tembilahan, Hari Winarca, turut memberikan apresiasi terhadap pelaksanaan senam pagi ini. "Kesehatan adalah hak semua orang, termasuk warga binaan. Dengan kegiatan seperti ini, kami berharap mereka dapat menjaga kondisi fisik dan mental yang baik, sehingga proses pembinaan di lapas berjalan lebih optimal. Semangat mereka hari ini menunjukkan bahwa kesehatan adalah investasi berharga untuk masa depan," tutupnya.