

## Ajak Jajaran Berolahraga Rutin, Kalapas Tembilahan Gelar Pertandingan Tenis Meja

NANDA PRAYOGA - INDRAGIRIHILIR.ARNESSIO.COM

Oct 27, 2023 - 10:48



Tembilahan - Kepala Lembaga Pemasarakatan Kelas IIA Tembilahan, Hari Winarca, terus mendorong seluruh jajaran untuk menerapkan pola hidup sehat dengan melakukan olahraga rutin, Jum'at (27/10/2023). Bertempat di Ruang Kunjungan, tampak Kalapas dan para Pejabat Struktural serta Instruktur Senam Mitra Lapas Tembilahan menggelar pertandingan tenis meja.

Kalapas Tembilahan mengungkapkan bahwasannya olahraga rutin merupakan

salah satu hal penting untuk selalu menjaga kebugaran dan kesehatan.

"Saya selalu mendorong para Petugas agar selalu berolahraga rutin guna menjaga kesehatan dan kebugaran tubuh sehingga dapat bertugas secara optimal," ujarnya.

Kalapas menambahkan bahwasannya apapun olahraga yang digemari pasti akan mendatangkan manfaat positif untuk kebugaran tubuh.

"Olahraga itu mudah dan murah, apapun olahraganya pasti akan mendatangkan manfaat terhadap tubuh kita. Oleh sebab itu, kami senantiasa melaksanakan berbagai macam pertandingan di Lapas Tembilahan," tambahnya.

Tampak pertandingan berjalan dengan ceria dan cukup sengit. Tim Kalapas Tembilahan keluar sebagai Pemenang disusul dengan Tim Kasi Keamanan dan Ketertiban serta Kasubsi Bimkemaswat menempati urutan kedua dan ketiga berturut-turut.