

# PERS

## Jaga Kebugaran, Koramil Ngluwar, Polsek dan Pemdes Pakunden Olah Raga Bersama

Rony - [MAGELANG.PERS.CO.ID](http://MAGELANG.PERS.CO.ID)

Jan 6, 2023 - 18:52



*Olah raga bersama di GOR Bulutangkis Desa Pakunden Kecamatan Ngluwar*

MAGELANG, - Koramil 18/Ngluwar, Polsek dan Pemerintah Desa Pakunden melaksanakan olah raga bersama bertempat di GOR Desa Pakunden, Kecamatan Ngluwar, Kabupaten Magelang. Jum'at (06/01).

Kegiatan yang diikuti oleh Danramil beserta anggota, Polsek dan Pemdes Pakunden tersebut diawali dengan apel dan pemanasan dilanjutkan olah raga bulu tangkis bersama.

Disela-sela kegiatan, Danramil 18/Ngluwar Kapten Cpl Bambang Masrukin mengatakan, olah raga bersama ini rutin dilaksanakan setiap hari jum'at.

Tujuannya selain untuk meningkatkan daya tahan tubuh agar tetap bugar dan sehat juga sebagai sara memperkuat sinergitas antar instansi.



Lebih lanjut, Bambang mengungkapkan, bulutangkis menjadi pilihan dalam olah raga bersama kali ini. Karena selain populer, olah raga ini sangat cepat untuk membakar lemak dan bagus untuk melatih kelincahan.

"Disamping itu fasilitas lapangan juga tersedia di setiap desa di Kecamatan Ngluwar," imbuhnya.

Masih menurut Bambang, olahraga sangat bermanfaat bagi kesehatan tubuh. Dengan berolahraga metabolisme tubuh menjadi lancar, sehingga distribusi dan penyerapan nutrisi dalam tubuh menjadi lebih baik. Dengan berolahraga rutin, tubuh kita akan selalu dalam kondisi prima.

Dengan kondisi tubuh yang sehat dan fit maka kita akan bisa menjalankan tugas dengan baik. Terlebih kepada anggota Koramil yang dituntut harus selalu siap dalam melaksanakan tugas kewilayahan.

Danramil juga mengucapkan terimakasih kepada pemerintah desa Pakunden yang telah menyiapkan sarana dan prasarana dengan baik.

"Semoga kegiatan ini dapat mempererat tali silaturahmi guna terciptanya sinergitas antara forkopimcam dan pemdes di wilayah Koramil 18/Ngluwar," pungkasnya.

pen0705/R-18