

# XPRESS

## Semangat Jaga Produktivitas, Bapas Nusakambangan Kemenkumham Jateng Ikuti Olahraga

Narsono Son - [CILACAP.XPRESS.CO.ID](http://CILACAP.XPRESS.CO.ID)

Sep 2, 2022 - 14:55



*Semangat Jaga Produktivitas, Bapas Nusakambangan Kemenkumham Jateng Ikuti Olahraga*

CILACAP - Seluruh pegawai Bapas Kelas II Nusakambangan mengikuti kegiatan olahraga bersama yang diselenggarakan oleh Sekretariat Jenderal Kementrian

Hukum dan HAM. Kegiatan ini turut diikuti oleh seluruh jajaran Kemenkumham di Indonesia.

Pembinaan Jasmani Pegawai melalui olahraga senam pernafasan/ senam jantung/ aerobic/ zumba dengan tema “Kumham Sehat Kumham Produktif” ini dilaksanakan secara virtual melalui zoom dan kanal youtube Pusdatin Kumham pada Jumat, (02/08/2022).

“Semoga olahraga pagi ini penuh berkah dan membawa manfaat bagi kita semua”, ujar Bang Mamet selaku instruktur saat mengawali kegiatan ini.

Seluruh jajaran pegawai Kemenkumham RI tampak mengikuti kegiatan ini dengan antusias. Olahraga bersama menjadi salah satu upaya untuk menjaga kesehatan dan kebugaran seluruh pegawai. Dengan memiliki fisik yang sehat diharapkan dapat meningkatkan produktivitas dalam bekerja. Kegiatan olahraga tentunya memiliki banyak manfaat antara lain membantu meningkatkan imunitas, menurunkan risiko penyakit tertentu, serta meningkatkan kesehatan mental.

Pelaksanaan senam bersama ini berjalan dengan tertib dan lancar dengan tetap menerapkan protokol Kesehatan.

(N.Son/\*\*\*)