

## Jaga Imunitas Tubuh, Petugas Lapas Kembangkuning dan Warga Binaan laksanakan Senam Bersama

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

Mar 2, 2024 - 05:40



*Jaga Imunitas Tubuh, Petugas Lapas Kembangkuning dan Warga Binaan laksanakan Senam Bersama*

CILACAP - Lembaga Pemasyarakatan (Lapas)Kelas IIA Kembangkuning, Pulau Nusakambangan Kabupaten Cilacap, kembali mengadakan kegiatan senam Bersama, Jum'at (01/03/2024).

Kegiatan tersebut diikuti oleh seluruh Warga Binaan Pemasyarakatan (WBP) dan para Petugas Lapas Kembangkuning.

Adapun Kepala Lembaga Pemasyarakatan (Kalapas) Kembangkuning, Winarso Bersama Pegawai dan Ratusan Warga Binaan Antusias mengikuti senam masal yang dilaksanakan di Lapangan Sepak Bola Lapas Kembangkuning.

Kegiatan senam ini merupakan inisiasi dari Kalapas Kembangkuning yakni, Winarso. Hal ini dilaksanakan untuk meningkatkan imunitas dan semangat Warga Binaan dalam menjalani masa pidana di Lapas Kembangkuning.

“Kesehatan Warga Binaan wajib kita upayakan, melalui tindakan preventif seperti kebiasaan berjemur dan senam pagi akan sangat membantu mereka meningkatkan imunitas dan kesehatan mereka,” tutur Winarso.

Aktifitas dengan melibatkan peran warga binaan sangatlah membantu untuk menurunkan tingkat kejenuhan dan stres. Hal ini tentunya akan berdampak baik pada kesehatan mental dan fisik warga binan.

(Wahyu)