

# AWNI

## Jaga Kondisi Fisik Tetap Prima.

Arif Rido - [SURABAYA.AWNI.OR.ID](http://SURABAYA.AWNI.OR.ID)

Sep 22, 2023 - 12:25





SURABAYA - Guna menjaga kondisi fisik agar tetap prima dan tumbuhkan kebersamaan, Prajurit Kodim 0831/Surabaya Timur Rutin menggelar kegiatan olah raga bersama.

Olah raga kali ini dengan melakukan jalan sehat dan dilanjutkan olahraga tenis meja, bertempat di seputaran Markas Kodim 0831/Surabaya Timur, Jlnulyorejo Indah I No 4 Surabaya, Selasa (22/09/2023)

Pasi Ops Kodim Surabaya Timur Kapten Inf Ahmad Lutfantri menjelaskan kegiatan ini merupakan salah satu upaya pembinaan fisik dan merupakan kebutuhan agar badan tetap sehat, kuat, bugar dan tidak mudah terserang penyakit.

Agar selalu sehat, Prajurit harus senantiasa berolahraga dan menerapkan pola hidup yang sehat dengan cara makan makanan yang bergizi.

Kegiatan olah raga bersama ini juga bertujuan untuk memupuk rasa kebersamaan akan terbangun rasa kekeluargaan antara Keluarga Besar Kodim Surabaya Timur sehingga dapat menambah semangat kerja guna kelancaran pelaksanaan tugas pokok, tandasnya.