

# JIS.CO.ID

## Dandim 0824/Jember Olah Raga Bersama Anggota Pelihara Kesehatan dan Kebugaran

Siswandi - [JEMBER.JIS.CO.ID](https://www.jember.jis.co.id)

Sep 22, 2023 - 11:20



JEMBER - Olah raga merupakan bagian dalam memelihara kesehatan dan kebugaran tubuh manakala dilakukan dengan periodik dan teratur, untuk itu Dandim 0824/Jember Letkol Inf Rahmat Cahyo Dinarso, bersama anggota menyempatkan olah raga bulu tangkis.



Olah raga yang dilakukan di aula Kodim 0824/Jember tersebut diikuti oleh Anggota Makodim 0824/Jember, pada Jum'at 22/09/2023.

Dalam wawancaranya Dandim 0824/Jember menyampaikan, bahwa hal ini saya sampaikan kepada anggota untuk menyempatkan berolah raga meskipun sebentar, secara teratur, dalam memelihara kesehatan dan kebugaran kita.



Saya meskipun dalam keadaan sibuk harus menyempatkan olah raga meskipun sebentar bersama anggota seperti ini, sehingga kita tetap bisa tampil bugar meskipun kegiatan semakin padat. Jelas Dandim 0824/Jember. (Siswandi)