

# EKSPOS

## Kodim 1001/HSU-BLG Gelar Jalan Sehat Dan Senam Bersama Di Awal Tahun 2023

Maskuri - [KALSEL.EKSPOS.CO.ID](http://KALSEL.EKSPOS.CO.ID)

Jan 6, 2023 - 13:24



*Kodim 1001/HSU-BLG Gelar Jalan Sehat Dan Senam Bersama Di Awal Tahun 2023*

AMUNTAI-Bertempat di halaman Makodim, Jl Basuki Rachmat no 2 Kecamatan Amuntai tengah Kabupaten Hulu Sungai Utara. Komandan Kodim 1001/HSU-BLG Letkol Inf Dhuwi Hendradjaja, S.Sos.,M.I.,Ketua Persit KCK CAB XXIV DIM 1001 Ny. Dhevi Dhuwi Hendradjaja beserta Anggota Kodim, Anggota Persit KCK dan PNS Kodim 1001/HSU-BLG melaksanakan jalan santai dan senam bersama. Jum'at (06/01/2023)



Sebelum kegiatan dimulai terlebih dahulu melakukan senam peregangan dipimpin oleh Bintara operasi Serka Rinto yang diikuti seluruh personel Kodim 1001/HSU-BLG dan jajaran kemudian dilanjutkan olah raga jalan santai mengelilingi seputaran Kota Kabupaten Hulu Sungai Utara sejauh lebih kurang lebih 3 km dengan rute star di Mako Kodim melewati depan Kantor Bupati Kabupaten Hulu Sungai Utara kemudian dan Kembali ke Makodim 1001/HSU-BLG.

Usai kegiatan Dandim mengatakan, "Dalam menjalankan tugas sebagai Prajurit TNI, kita harus selalu menjaga Fisik yang prima ini merupakan syarat utama sebagai seorang Prajurit serta sebagai program Komando Atas, guna mendukung tercapainya tugas pokok TNI yaitu menjaga kedaulatan NKRI.

"Menjadi TNI itu berat, jadi setiap prajurit wajib menjaga kondisi kesehatannya, sebab di dalam tubuh yang sehat akan terdapat jiwa dan mental yang kuat, juga dengan badan yang sehat kita akan melaksanakan tugas dengan baik. Maka dari itu untuk menjaga kebugaran tubuh kita melaksanakan kegiatan senam bersama dan jalan santai. Kami bersama Keluarga Besar Kodim melaksanakan kegiatan ini dalam rangka untuk memelihara kesehatan serta menjalin tali silaturahmi antar anggota sehingga terjalinnya hubungan kekeluargaan yang harmonis".  
Ujarnya

Semoga dengan diadakannya kegiatan ini Anggota Kodim beserta keluarga Persit mendapatkan dampak positif dan diberikan kesehatan dan keselamatan.  
(Pendam 1001)