

# Kristalisasi Budaya Hidup Sehat, Kalapas Tembilahan Dorong Jajaran Untuk Selalu Berolahraga

**NANDA PRAYOGA - INDRAGIRIHILIR.INDONESIASATU.ID**

Jul 6, 2024 - 10:15



Tembilahan - Kepala Lembaga Pemasarakatan Kelas IIA Tembilahan, Hari Winarca, selalu mendorong seluruh jajaran untuk menerapkan pola hidup sehat yang salah satunya dengan rutin melakukan olahraga, Sabtu (06/07/2024). Bertempat di Ruang Besuk Lapas Tembilahan, tampak Kalapas Tembilahan bersama para Pejabat Struktural dan para Pelaksana melaksanakan

pertandingan tenis meja. Terpisah dari itu, para Ibu-Ibu Dharma Wanita Persatuan (DWP) Lapas Tembilahan juga menggelar latihan bola Voli di Lapangan Voli Lapas Tembilahan.

Kalapas Tembilahan menegaskan bahwasannya ragam jenis olahraga ini diupayakan untuk dihabituisasikan kepada seluruh jajaran sehingga terbiasa untuk berolahraga yang dapat memberi manfaat kesehatan kepada tubuh.

"Saya selalu mendorong seluruh jajaran untuk senantiasa berolahraga. Hal ini saya lakukan sebagai bentuk upaya kristalisasi pemahaman tersebut sehingga para Petugas selalu bugar dan fit dalam melaksanakan tugas," tegasnya.

Kalapas Tembilahan menambahkan bahwasannya olahraga apa saja merupakan olahraga yang baik bagi fisik dan kesehatan tubuh.

"Saya juga menjelaskan bahwasannya bebas untuk melakukan olahraga apa saja selama tidak membahayakan tubuh dan diri sendiri. Semua jenis olahraga itu baik, lakukan saja," pungkasnya.

Diketahui bahwasannya Tim Tenis Meja Kalapas Tembilahan keluar sebagai pemenang setelah menang telak atas Ganda Kasi Binadik dan Kaur Kepegawaian dan Keuangan. Pertandingan berlangsung dengan penuh tawa dan suasana santai yang menggembirakan.