

## Jaga Stamina dan Kesehatan, WBP Lapas Cilacap Rutin Ikuti Senam Pagi Bersama

Ghina Hazalah - [CILACAP.JENDELAINDONESIA.COM](http://CILACAP.JENDELAINDONESIA.COM)

Dec 15, 2023 - 13:35



*dok. Humas Lapas Cilacap*

CILACAP - Warga Binaan Lembaga Pemasyarakatan Kelas IIB Cilacap Kanwil Kemenkumham Jawa Tengah melaksanakan kegiatan senam pagi. Ini merupakan kegiatan rutin yang dilaksanakan guna menjaga kesehatan fisik dan juga

meningkatkan daya tahan tubuh Warga Binaan. Jumat, (15/12).

Senam pagi dilaksanakan di lapangan utama Lapas Cilacap dan diikuti dengan sangat antusias oleh semua warga binaan. Diharapkan melalui kegiatan-kegiatan positif dari Lapas, salah satunya senam pagi Warga Binaan menjadi semakin semangat dan tidak mudah merasa jenuh. Dengan demikian kesehatan mereka pun terjaga selama menjalani masa pidana.



Kasi Binadik dan Giatja, Wahyuddin Rani menyampaikan akan selalu berusaha memberikan bimbingan dan pelatihan yang bermanfaat dan memiliki nilai baik dalam pembentukan karakter serta pengembangan keterampilan Warga Binaan.

"Kami terus berusaha mengadakan kegiatan-kegiatan positif bagi Warga Binaan yang ada, sehingga tidak ada waktu luang yang terbuang. Dengan memanfaatkan waktu semaksimal mungkin, tidak hanya senam pagi tapi pelatihan secara intelektual dan kerohanian juga terus kami tingkatkan," ucap Wahyuddin.

"Setiap program yang dilakukan dengan tujuan baik dan memiliki manfaat untuk jangka waktu panjang pasti akan selalu kami dukung. Terutama dalam peningkatan kualitas pembinaan bagi Warga Binaan," tutupnya.