

# WARTA

## Di Tengah Cuaca Ekstrim, Kodim 0716/Demak Terus Laksanakan Olahraga Demi Jaga Kesehatan

Muhammad Makruf - [DEMAK.WARTA.CO.ID](http://DEMAK.WARTA.CO.ID)

Oct 19, 2022 - 11:34



*Anggota Kodim 0716/Demak melaksanakan olahraga bersama di lapangan apel Makodim,*

DEMAK - Fenomena La Nina "triple-dip" yang diperkirakan akan berlangsung

selama 3 tahun beruntun dari 2020 hingga 2023, menjadi ancaman bagi banyak masyarakat. Fenomena ini akan berpengaruh terhadap pola cuaca dan iklim di Indonesia. Salah satunya menyebabkan sebagian wilayah Indonesia mengalami musim hujan lebih awal.

Untuk itu, guna menjaga kebugaran tubuh di tengah cuaca yang cukup ekstrim seperti sekarang ini, anggota Kodim 0716/Demak melaksanakan olahraga bersama di lapangan apel Makodim, Jalan Kyai Singkil No. 1 Demak, Selasa (18/10/2022).

Kegiatan diawali dengan apel pengecekan yang langsung dipimpin Kepala Staf Kodim Mayor Inf Supriyono, dilanjutkan senam kebugaran dipimpin Batiops Pelda Khoirul Anwar. Setelah itu, melaksanakan jogging mengelilingi alun-alun Simpang Enam Kabupaten Demak.



Saat ditemui, Kasdim Mayor Inf Supriyono menyampaikan bahwa kegiatan olahraga anggota Kodim 0716/Demak bertujuan untuk menjaga kondisi tubuh agar tetap sehat dan terjaga di tengah perubahan musim yang cukup ekstrim seperti sekarang ini.

"Seperti yang kita tahu, cuaca saat ini cukup ekstrim, kadang cuaca panas, tahu-tahu langsung turun hujan lebat. Oleh karenanya kita laksanakan olahraga guna menjaga stamina tubuh agar tetap fit," ujarnya.

Kasdim menjelaskan bahwa kegiatan olahraga anggota Kodim 0716/Demak merupakan salah satu program kerja yang dilaksanakan secara rutin seminggu dua kali, yaitu setiap hari Selasa dan Kamis. Hal ini tentu sudah menjadi pertimbangan unsur Komando Atas untuk memelihara kesehatan anggota.

Dengan melaksanakan pembinaan fisik atau olah raga secara rutin, harapannya kesehatan dan kebugaran tubuh bisa tetap terjaga dengan baik, sekaligus dapat menunjang tugas pokok sehari-hari sebagai prajurit dan PNS Kodim 0716/Demak.

"Selain tujuan tersebut, olahraga bersama ini juga untuk mempererat tali persaudaraan, solidaritas antar anggota Kodim, dan juga untuk menjalin hubungan kekeluargaan serta komunikasi sesama anggota baik anggota TNI maupun PNS," pungkasnya.

Redaktur : Makruf/Pendim 0716/Demak