

# EKSPOS

## Mewujudkan Kumham Sehat Kumham Produktif, Bapas Nusakambangan Ikuti Kegiatan Olahraga Bersama Seluruh Jajaran Kemenkumham

Rifki Maulana - [EKSPOS.CO.ID](http://EKSPOS.CO.ID)

Jan 14, 2023 - 08:06



*Mewujudkan Kumham Sehat Kumham Produktif, Bapas Nusakambangan Ikuti Kegiatan Olahraga Bersama Seluruh Jajaran Kemenkumham*

Nusakambangan - Pegawai Balai Pemasyarakatan Kelas II Nusakambangan kembali mengikuti olahraga bersama seluruh jajaran Kemenkumham RI secara virtual pada hari Jumat, 13 Januari 2023. Kegiatan ini merupakan kegiatan rutin yang dilaksanakan setiap hari Jumat bagi seluruh pegawai. Pegawai Bapas Nusakambangan mengikuti kegiatan ini dari aula kantor Bapas. Dengan penuh semangat, pegawai mengikuti setiap gerakan olahraga yang dilakukan oleh instruktur. Kegiatan olahraga kali ini dipandu oleh instruktur Azizi dan Miss Sovie, Jum'at (13/01/2023). "Olahraga bersama ini diharapkan produktivitas dalam

bekerja juga dapat lebih optimal. Hal ini sesuai dengan tujuan kegiatan ini yaitu Mewujudkan Kumham Sehat Kumham Produktif. Melalui kegiatan ini, diharapkan seluruh pegawai Bapas Nusakambangan selalu berada dalam kondisi yang sehat baik secara fisik maupun psikis." ujar Kepala Bapas Johan Ary Sadhewa. Kegiatan olahraga bersama jajaran Kemenkumham ini dilaksanakan secara langsung dari Lapangan Upacara Kemenkumham Jakarta dan dapat diikuti secara virtual melalui [live.kemenkumham.go.id](https://live.kemenkumham.go.id) dan aplikasi zoom meeting. Bentuk kegiatan yang dilakukan adalah olahraga senam aerobik. Olahraga tidak hanya membuat kita tetap sehat, tetapi juga membersihkan pikiran dan mengurangi stres yang ada di dalam tubuh. Dengan berolahraga akan memberikan energi bagi kita dan membuat jadi lebih produktif.