

## Senam Pagi T3 Tingkatkan Kebugaran dan Disiplin Warga Binaan

Narsono Son - PURWOKERTO.TELISIKFAKTA.COM

Jan 22, 2026 - 10:45



*Senam Pagi T3 Tingkatkan Kebugaran dan Disiplin Warga Binaan*

Purwokerto — Lembaga Pemasyarakatan (Lapas) Kelas IIA Purwokerto melaksanakan kegiatan senam pagi bagi warga binaan Blok T3 sebagai bagian dari program pembinaan jasmani, Kamis (22/01/2026).

Kegiatan ini dilaksanakan di lapangan dengan pengawasan petugas pemasyarakatan guna memastikan pelaksanaan berjalan aman dan tertib.



Senam pagi diawali dengan pemanasan, dilanjutkan gerakan inti, dan ditutup dengan pendinginan. Warga binaan mengikuti setiap gerakan dengan antusias dan penuh semangat, menciptakan suasana kebersamaan serta energi positif dalam lingkungan pemasyarakatan.



Kepala Lapas Kelas IIA Purwokerto, Aliandra Harahap, melalui Kepala Seksi Binadik menyampaikan bahwa kegiatan ini memiliki manfaat penting bagi kesehatan fisik dan mental warga binaan.



"Kegiatan senam pagi ini merupakan bagian dari pembinaan jasmani agar warga binaan tetap sehat,bugar, dan memiliki semangat positif selama menjalani masa pembinaan. Melalui aktivitas fisik rutin, kami juga menanamkan nilai kedisiplinan serta kebersamaan," ujarnya.

Kegiatan senam pagi T3 ini merupakan agenda rutin yang terus dilaksanakan sebagai bentuk komitmen Lapas Kelas IIA Purwokerto dalam mewujudkan pembinaan yang menyeluruh, serta mendukung terciptanya lingkungan lapas yang sehat, aman, dan kondusif.

(Humas Lapas Purwokerto)