

# ZONE

## Dandim 0824/Jember Jalan Sehat Bersama Anggota.dan Persit KCK, Guyup Rukun Kompak dan Gembira

Siswandi - [JEMBER.ZONE.CO.ID](http://JEMBER.ZONE.CO.ID)

Sep 8, 2023 - 11:37



JEMBER - Sengaja memilih tempat di Kantor Seger Nusantara Prasian Desa Jatian Kecamatan Pakusari Kabupaten Jember sebagai tempat start dan finish, dengan route lintas jalan desa. Pada Jum'at 08/09/2023.



Kegiatan diikuti oleh anggota militer dan Persit KCK sekitar 250 orang, mengikuti kegiatan tersebut.

Kegiatan diawali dengan apel pengecekan personel militer maupun Persita Kartika Chandra Kirana (Persit KCK) Cabang XXXVIII Kodim 0824/Jember.

Dalam arahannya sebelum melaksanakan jalan santai kemudian sesampai di finish melaksanakan senam Aerobic bersama, Dandim 0824/Jember Letkol Inf Rahmat Cahyo Dinarso mengajak anggota senantiasa memelihara kesehatan.



Kita tidak terasa setiap hari berbagai makanan kita konsumsi, sehingga perlu



kiranya kita melakukan pengecekan kesehatan kita secara berkala, sehingga mengetahui kondisi kesehatan kita, bagaimana kesehatan jantung, kolesterol, asam urat, gula darah dan lain-lain.

Bahkan saya perintahkan Kepada Pasipers untuk koordinasi dengan Rumah Sakit Angkatan Darat (RSAD) Baladhika Husada Jember, untuk pelayanan pemeriksaan kesehatan tersebut, da kita mewajibkan kepada anggota untuk memeriksakan diri dan di atur bergiliran.



Disamping itu kita juga kita harus teratur melaksanakan olah raga sesuai kemampuan kita, namun harus bergerak dan berkeringat, baik lari ataupun jalan seperti yang kita laksanakan Sekarang ini. Jelas Dandim 0824/Jember.