

# Jaga Fisik Prima Selama Latihan, Danyonif MR 411 Kostrad Pimpin Prajuritnya Senam Pagi

Agung widodo - [KARANGANYAR04.WARTAMILITER.COM](http://KARANGANYAR04.WARTAMILITER.COM)

Dec 3, 2022 - 18:41



*Danyonif Mekanis Raider 411/Pandawa Kostrad Letkol Inf Subandi, SE, MIP, Pimpin Prajurit Senam Pagi, Bertempat di Pos Mbua, Desa Kemuning, Kecamatan Ngargoyoso, Kabupaten Karanganyar, Jawa Tengah.*

KARANGANYAR- Disela-sela kegiatan Latsiap Pratugas Satgas Organik Mekanis Raider 411/Pandawa Kostrad, Danyonif Mekanis Raider 411/Pandawa Kostrad Letkol Inf Subandi, SE, MIP, pimpin prajurit senam pagi, bertempat di Pos Mbua, Desa Kemuning, Kecamatan Ngargoyoso, Kabupaten Karanganyar, Jawa Tengah, Sabtu (3/12/2022).

Kegiatan tersebut dilaksanakan selesai apel pagi dan dilanjutkan dengan olah raga yaitu senam pagi yang dilaksanakan oleh seluruh personel Satgas Yonif Mekanis Raider 411/Pandawa Kostrad di masing-masing pos Satgas, guna menjaga stamina dan kebugaran tubuh tetap prima selama kegiatan latihan

berlangsung.

Image not found or type unknown



"Sejak awal saya sudah memerintahkan kepada semua Danpos, untuk menjadwalkan kegiatan senam pagi setelah apel pagi, guna menjaga fisik tetap prima di medan latihan," kata Danyonif dalam keterangannya kepada Tim Pen 411.

Danyonif Mekanis Raider 411/Pandawa Kostrad Letkol Inf Subandi menambahkan laksanakan olah raga dengan gembira, karena guna menjaga stamina tubuh agar tidak mudah sakit. Tentunya karena dilaksanakan di medan latihan tetap memenuhi standar pengamanan sesuai ketentuan.



"Menjaga fisik di medan latihan dengan cara tetap melaksanakan olah raga pagi untuk kesiapan menghadapi latihan yang tentunya memerlukan fisik yang prima," pungkasnya.

Redaktur : JIS Agung

Kontributor : Dian/Pen411