

Kegiatan Senam Pagi Wujudkan Lingkungan Pembinaan yang Sehat dan Humanis di Rutan Balikpapan

Muhammad Febri - BALIKPAPAN.WARTAWAN.ORG

Nov 12, 2025 - 11:25



(Sumber : Humas Rutan Balikpapan)

BALIKPAPAN – Dalam upaya menjaga kesehatan jasmani dan menumbuhkan semangat positif, warga binaan Rumah Tahanan Negara (Rutan) Kelas IIA Balikpapan mengikuti kegiatan senam pagi bersama, pada Rabu (12/11/2025), di lapangan Blok B Rutan.

Kegiatan yang menjadi agenda rutin setiap pekan ini diikuti dengan antusias oleh warga binaan. Diiringi musik yang penuh semangat, para peserta mengikuti gerakan demi gerakan senam yang dipandu oleh instruktur senam.

Kepala Rutan Kelas IIA Balikpapan, Agus Salim, menyampaikan bahwa kegiatan senam pagi tidak hanya bertujuan menjaga kebugaran jasmani, tetapi juga menjadi sarana pembinaan mental dan sosial bagi Warga Binaan. *“Kegiatan seperti ini sangat penting untuk menjaga kesehatan tubuh dan pikiran. Di samping itu, senam juga membangun kebersamaan, disiplin, dan semangat positif di antara warga binaan,”* ujarnya.

Lebih lanjut, beliau menambahkan bahwa pembinaan jasmani merupakan bagian integral dari program pembinaan yang diterapkan di Rutan Balikpapan. Dengan tubuh yang sehat dan pikiran yang segar, diharapkan warga binaan dapat lebih fokus mengikuti berbagai kegiatan pembinaan lainnya. Senam pagi berlangsung dengan tertib, aman, dan penuh keceriaan hingga akhir kegiatan.

Melalui rutinitas positif seperti ini, Rutan Balikpapan terus berupaya menciptakan lingkungan pembinaan yang sehat, humanis, dan berorientasi pada pemulihan warga binaan agar siap kembali berperan aktif di tengah masyarakat.