

“Budayakan Hidup Sehat , Pegawai DLH Ponorogo Senam Bersama “ | 1

Ponorogo, DLH Ponorogo (12/07/2019) Guna meningkatkan kualitas kesehatan jasmani, Aparatur Sipil Negara dan Honorer Dinas Lingkungan Hidup Kota Ponorogo melakukan senam sehat bersama di Halaman Kantor Dinas Lingkungan Hidup Kabupaten Ponorogo jalan Halim Perdana Kusuma No.17, Ponorogo. Kegiatan senam bersama di lingkungan DLH Kota Ponorogo memang sudah menjadi agenda kegiatan rutin setiap hari Jum'at yang dilakukan 2 kali dalam satu bulannya.



Seluruh ASN dan Honorer DLH mengikuti kegiatan senam sehat bersama

Kegiatan tersebut dimulai pukul 07.00 WIB dan dipandu oleh instruktur senam yang didatangkan dari luar kantor. Berbagai gerakan dan hentak lagu yang mengiringi senam, membuat para pegawai terutama pegawai perempuan bersemangat ria mengikuti gerakan senam yang dilakukan oleh instruktur senam. Canda ria, senyum yang melebar serta teriakan yel-yel, membuat para pegawai semakin semangat melakukan gerakan senam yang diiringi lagu dan musik yang sangat menghentak sehingga menjadikan semuanya menjadi antusias untuk mengikuti setiap gerakan senam.

Berbagai gerakan membuat tubuh kita segar dan berkeringat, mengganti energi yang hilang dan buat semangat lagi dan tentunya membuat tubuh kita menjadi sehat.

“Budayakan Hidup Sehat , Pegawai DLH Ponogoro Senam Bersama “ | 2



“semoga kegiatan senam bersama ini dapat terus dilaksanakan secara rutin agar menjadikan keluarga DLH Ponorogo menjadi sehat dan semakin kompak”