

## Jaga Kebugaran Tubuh, Persit Kodim Demak Laksanakan Latihan Badminton Bersama

Agung widodo - [DEMAK.JURNALIS.ID](http://DEMAK.JURNALIS.ID)

Sep 13, 2024 - 08:03



*Persit Kartika Chandra Kirana Cabang XXXVII Dim 0716 Demak Koorcab Rem 073/Makutarama melaksanakan olahraga bersama di gedung Sport Center Demak*

DEMAK - Persit Kartika Chandra Kirana Cabang XXXVII Dim 0716 Demak Koorcab Rem 073/Makutarama melaksanakan olahraga bersama di gedung Sport Center Demak. Olahraga kali ini diisi dengan latihan badminton yang langsung dipimpin Ketua Persit Ny. Wiyani Maryoto, Kamis (12/09/2024).

Sebelum memulai latihan badminton, peserta latihan melaksanakan senam peregangan dan pemanasan yang dipimpin Bati Ops Pelda Khaerul Anwar.

Ketua Persit KCK Cabang XXXVII Dim Demak Ny. Wiyani Maryoto dalam kesempatan itu menyampaikan, olahraga badminton yang diikuti pengurus Persit tersebut bertujuan untuk menjaga kebugaran, kesehatan tubuh dan juga untuk melatih kemampuan badminton anggota Persit Kodim Demak.

"Selain itu, juga sebagai sarana untuk meningkatkan kebersamaan sesama Persit, serta memperkuat silaturahmi agar semakin baik dan meningkat," terang Ny. Wiyani yang juga istri dari Dandim 0716/Demak ini.

Lebih lanjut, ia menjelaskan bahwa sebagai Persit sekaligus ibu rumah tangga, diharuskan dapat melaksanakan berbagai tugas dan kewajiban sehari-hari dengan baik, dapat mendukung tugas suami sebagai prajurit.

Persit juga dituntut untuk membina anak-anak dengan baik, semua itu tentunya tidaklah mudah, membutuhkan kesiapan kondisi tubuh yang sehat.

"Inilah salah satu alasan kenapa Persit harus bisa berupaya meluangkan waktu dengan berolahraga seperti pada pagi ini. Semoga kedepan latihan badminton seperti ini dapat kita agendakan secara rutin," tandasnya. (Pendim0716).