

# Jumat Berkah, Imigrasi Cilacai Lakukan Senam Pagi

Agus Agnan - [CILACAP.MATAPUBLIK.CO.ID](http://CILACAP.MATAPUBLIK.CO.ID)

Dec 15, 2023 - 17:15



CILACAP – Pegawai Kantor Imigrasi Cilacap menggelar senam pagi di Lapangan Kantor Imigrasi Cilacap pada hari Jumat (15/12). Kegiatan ini diikuti oleh seluruh pegawai dan mahasiswa magang Kantor Imigrasi Cilacap.

Senam pagi dilaksanakan di bawah cuaca yang cerah dan segar. Kegiatan ini rutin dilaksanakan setiap minggu dihari Jumat dengan tujuan menjaga kebugaran dan kesehatan seluruh petugas yang bertugas di Kantor Imigrasi Cilacap. Pada kesempatan ini, Instruktur senam mengajak seluruh pegawai untuk mengikuti setiap gerakan senam pagi dengan semangat agar memberikan dampak yang maksimal bagi kebugaran tubuh. Kepala Kantor Imigrasi Cilacap, Mohamad Taufik Sulaeman menekankan pentingnya menjaga kesehatan dan kebugaran seluruh jajaran karena dalam seminggu sudah melaksanakan pekerjaan yang cukup berat.

"Senam pagi ini merupakan salah satu upaya kita untuk menjaga kesehatan dan kebugaran. Dengan berolahraga secara rutin, kita dapat meningkatkan daya

tahan tubuh dan produktivitas kerja," kata Taufik.Kantor Imigrasi Cilacap. Dengan tubuh yang sehat dan bugar, para petugas dapat melaksanakan tugas dan fungsinya dengan lebih optimal.