

## Jaga Kebugaran, Peserta Maganghub Rutan Pekalongan Senam Bersama

Narsono Son - [PEKALONGAN.WARTAWAN.ORG](http://PEKALONGAN.WARTAWAN.ORG)

Dec 13, 2025 - 09:04



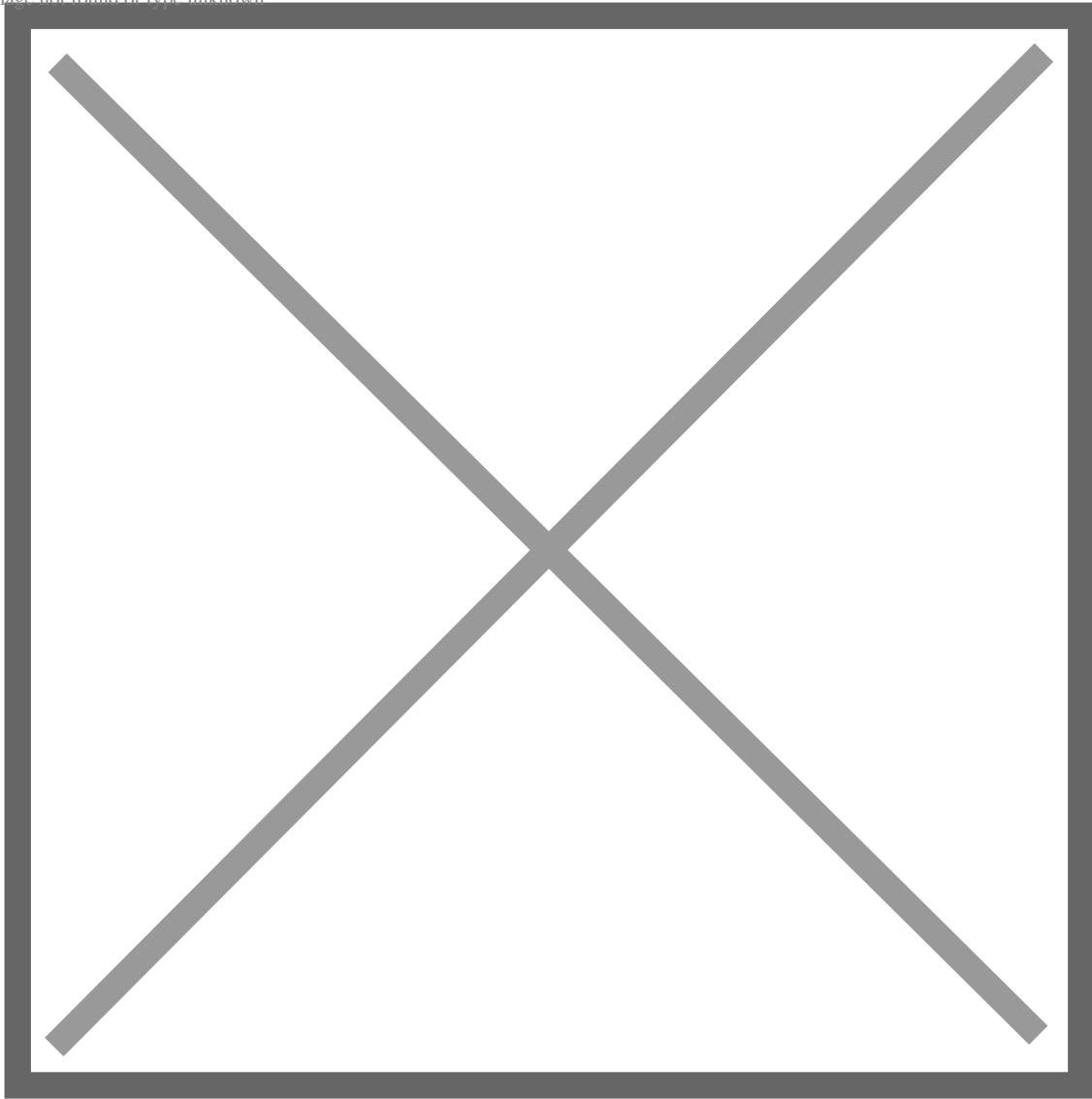
*Jaga Kebugaran, Peserta Maganghub Rutan Pekalongan Senam Bersama*

Pekalongan - Dalam rangka menjaga kebugaran fisik, seluruh peserta Maganghub Rumah Tahanan Negara Kelas IIA Pekalongan mengikuti kegiatan senam pagi bersama yang dilaksanakan di halaman Rutan, Sabtu (13/12/25).

Kegiatan senam dipimpin oleh Kasubsie Bimbingan Kegiatan, Eko Kurniawan selaku mentor peserta magang, serta didampingi staf pembinaan, Tri Heru.

Seluruh peserta Maganghub tampak antusias mengikuti setiap gerakan senam.

Image not found or type unknown



Eko Kurniawan mengungkapkan bahwa kebugaran fisik menjadi faktor penting dalam menunjang produktivitas selama menjalani kegiatan magang. “Terlebih di musim hujan seperti sekarang, kondisi tubuh lebih rentan. Oleh karena itu, menjaga kebugaran perlu dilakukan secara rutin,” ujarnya.

Melalui kegiatan ini, diharapkan para peserta Maganghub tetap sehat, bugar, dan mampu menjalani seluruh rangkaian kegiatan magang di Rutan Pekalongan secara optimal.

Foto: Anam

Kontributor: Anam

Editor: Tim Humas Rutan Pekalongan