

Semangat Ramadhan, Warga Binaan Rudem Gelar Senam Sehat Penuh Antusias

Sri Setyo Lestari - DEMAK.SAPA129.COM

Feb 28, 2026 - 18:07



Rumah Tahanan Negara (Rutan) Kelas IIB Demak melaksanakan kegiatan senam sehat bagi warga binaan pada Sabtu, 28 Februari 2026. Kegiatan ini digelar sebagai bagian dari upaya menjaga kebugaran fisik selama Bulan Suci Ramadhan, sekaligus mendukung pembinaan jasmani agar warga binaan tetap sehat dan produktif dalam menjalankan ibadah puasa. Senam dilaksanakan di lapangan dalam rutan dengan suasana tertib dan penuh semangat.

Pelaksanaan kegiatan berlangsung secara teratur dengan pengawasan langsung dari petugas Rutan Demak guna memastikan keamanan dan ketertiban tetap terjaga. Warga binaan tampak antusias mengikuti setiap gerakan instruktur, menciptakan suasana yang energik namun tetap kondusif. Selain menjaga kebugaran, kegiatan ini juga menjadi sarana mempererat kebersamaan serta membangun pola hidup sehat di lingkungan rutan selama Ramadhan.

Kepala Rutan Kelas IIB Demak, Hemu, menyampaikan bahwa kegiatan senam ini merupakan bentuk komitmen rutan dalam memberikan pembinaan yang menyeluruh, baik fisik maupun mental. "Kami ingin memastikan bahwa meskipun sedang menjalankan ibadah puasa, warga binaan tetap menjaga kesehatan tubuhnya. Dengan tubuh yang sehat, pelaksanaan ibadah dan kegiatan pembinaan lainnya dapat berjalan optimal. Kegiatan ini juga kami laksanakan dengan pengawasan ketat agar tetap aman dan tertib," ujar Hemu.