

## Perkuat Kebugaran dan Disiplin, Rudem Gelar Olahraga Bersama di Alun-Alun Kota

Sri Setyo Lestari - DEMAK.WARTAWAN.ORG

Jan 10, 2026 - 16:16



Rumah Tahanan Negara (Rutan) Kelas IIB Demak pada Sabtu, 10 Januari 2026, melaksanakan kegiatan olahraga bersama yang diikuti oleh pegawai, Calon Pegawai Negeri Sipil (CPNS), serta peserta magang. Kegiatan ini berlangsung di Alun-Alun Kota Demak. Suasana kebersamaan dan semangat tampak jelas sebagai wujud upaya Rutan Demak dalam menjaga kebugaran jasmani sekaligus mempererat kekompakkan seluruh peserta.

Selain olahraga bersama, kegiatan juga diisi dengan penguatan fisik bagi CPNS

dan peserta magang melalui latihan fisik dasar yang bertujuan meningkatkan daya tahan tubuh, kedisiplinan, serta kesiapan mental. Tidak hanya itu, peserta magang juga mendapatkan pelatihan baris-berbaris dasar sebagai bekal pembentukan sikap, tanggung jawab, dan kedisiplinan sejak dini. Kegiatan ini menjadi bagian dari pembinaan awal agar para peserta mampu beradaptasi dengan budaya kerja di lingkungan pemasarakatan.

Kepala Rutan Kelas IIB Demak, Hemu, menyampaikan bahwa kegiatan ini tidak hanya bertujuan menjaga kesehatan, tetapi juga membentuk karakter dan kedisiplinan. "Melalui olahraga bersama, penguatan fisik, dan pelatihan baris-berbaris, kami ingin menanamkan nilai kebersamaan, kedisiplinan, serta jiwa korsa kepada pegawai, CPNS, dan peserta magang sebagai bekal dalam menjalankan tugas dan tanggung jawab ke depan," ujar Hemu.