

## Anggota Satgas TMMD ke-126 Laksanakan Senam Pagi dan Joging untuk Jaga Kebugaran Fisik

Syarip Hidayatulloh - PANDEGLANG.WARTAWAN.ORG

Oct 28, 2025 - 12:30



Pandeglang, 28 Oktober 2025 – Dalam rangka menjaga kebugaran dan kesiapan fisik selama pelaksanaan TNI Manunggal Membangun Desa (TMMD) ke-126, para anggota Satgas TMMD Kodim 0601/Pandeglang melaksanakan kegiatan senam pagi dan jogging bersama di sekitar lokasi Posko TMMD yang bertempat di Desa Cikentrung, Kecamatan Cadasari, Kabupaten Pandeglang.

Kegiatan yang dimulai sejak pukul 05.30 WIB tersebut diawali dengan senam peregangan di depan posko, diikuti seluruh personel Satgas dengan penuh semangat. Gerakan pemanasan dilakukan secara bertahap untuk melatih kelenturan otot dan menghindari cedera saat melakukan aktivitas fisik berikutnya. Setelah itu, kegiatan dilanjutkan dengan jogging mengelilingi lingkungan desa yang masih diselimuti udara segar pagi hari.

Dansatgas TMMD ke-126 Kodim 0601/Pandeglang menyampaikan bahwa

kegiatan olahraga rutin seperti ini sangat penting dilakukan oleh seluruh personel Satgas di sela-sela padatnya kegiatan fisik pembangunan di lapangan.

“Kesehatan dan kebugaran tubuh merupakan modal utama dalam melaksanakan tugas. Dengan berolahraga secara teratur, semangat dan stamina prajurit akan tetap terjaga, sehingga dapat bekerja maksimal untuk membantu masyarakat di lokasi TMMD,” ungkapnya.

Selain bertujuan untuk menjaga kondisi fisik, kegiatan senam pagi dan jogging ini juga menjadi sarana mempererat kebersamaan dan kekompakkan antar anggota Satgas. Dengan semangat kebersamaan, para prajurit TNI tampak antusias mengikuti seluruh rangkaian kegiatan dari awal hingga akhir.

Warga sekitar pun tampak menyambut positif kegiatan ini. Beberapa di antaranya turut menyaksikan bahkan ikut memberikan semangat kepada para prajurit yang berlari melintasi jalan desa. Hal ini mencerminkan hubungan yang harmonis antara Satgas TMMD dengan masyarakat setempat, sejalan dengan semangat kemanunggalan TNI dan rakyat.

Dengan tubuh yang sehat dan semangat yang tinggi, para anggota Satgas TMMD ke-126 Kodim 0601/Pandeglang siap melanjutkan tugas mulia mereka dalam mendukung percepatan pembangunan infrastruktur desa serta meningkatkan kesejahteraan masyarakat di wilayah Kecamatan Cadasari.