

# Tingkatkan Imunitas Tubuh, Warga Binaan Rutan Blora Rutin Olahraga Pagi

**Dheny Window - [BLORA.INDONESIASATU.CO.ID](http://BLORA.INDONESIASATU.CO.ID)**

Jan 13, 2023 - 19:13



*Tingkatkan Imunitas Tubuh, Warga Binaan Rutan Blora Rutin Olahraga Pagi*

Blora – Warga Binaan Pemasyarakatan (WBP) melaksanakan olahraga pagi sambil berjemur di Lapangan Olahraga Rumah Tahanan Negara (Rutan) Kelas IIB Blora pada Jumat (13/01/23).

Hadir mendampingi, Kepala Rumah Tahanan Negara (Karutan) Kelas IIB Blora,

Tri Joko, ia menyampaikan bahwa kegiatan ini upaya untuk meningkatkan imunitas bagi WBP untuk mencegah penyebaran Covid-19.

“Penting sekali untuk menjaga imun kita, salah satunya dengan berjemur dan olahraga seperti ini. Agar kita terhindar dari Covid-19,” ujar Karutan.

Kegiatan tersebut dipandu oleh Staf Kesatuan Pengamanan Rutan (KPR) dan satu WBP Rutan Blora

Selain itu pihak Rutan Blora juga menggalakkan program lain seperti penyemprotan disinfektan, wajib masker, wajib cuci tangan, menjaga jarak dan menerapkan protokol kesehatan secara ketat di lingkungannya.

Di akhir kegiatan, Karutan menyemangati WBP untuk menjaga pola hidup sehat yang telah dilaksanakan selama ini.

“Semangat, salam sehat, segar, bugar, dan bahagia,” seru Karutan disambut tepuk tangan oleh WBP. (MDI)