

Dalam rangka memperingati Hari Ibu ke-90 tahun 2018, Pemerintah Kabupaten Kediri melaksanakan senam bersama pada hari Jumat, 14 Desember 2018. Kegiatan ini dilaksanakan sesuai dengan tema Hari Ibu tahun ini yaitu 'Meningkatkan Kaum Perempuan Dalam Membangun Ketahanan Keluarga'. Terlebih saat ini sangat rentan beberapa penyakit menyerang kaum wanita. Dari pelaksanaan senam ini akan tercipta tubuh yang sehat di kaum perempuan sehingga akan mampu membangun ketahanan keluarga.



Senam bersama kali ini dihadiri oleh Ketua TP PKK Kabupaten Kediri, Hj. Rosyida Masykuri, Ketua Dharma Wanita Persatuan Kabupaten Kediri, Prendah Reni Retnowati, dan diikuti seluruh organisasi wanita se-Kabupaten Kediri mulai dari Bhayangkari, Persit Kartika Chandra Kirana, serta karyawan SKPD.

Sebelum senam dimulai, pukul 07.00 WIB dilaksanakan apel pagi terlebih dahulu. Bertindak sebagai pembina apel, Ketua PKK Kabupaten Kediri, Hj. Rosyida Masykuri. Pada amanatnya beliau menyampaikan, olahraga yang murah dan menyehatkan adalah senam. "Maka tujuan senam bersama dalam rangka Hari Ibu kali ini adalah menumbuhkan rasa sadar akan kesehatan dan perlu kita ketahui di dalam tubuh yang sehat akan berkembang jiwa yang sehat pula," ujarnya.



Harapan untuk pelaksanaan senam pagi ini tidak hanya dilaksanakan pada event tertentu saja. Hal tersebut juga disampaikan oleh Rosyida Masykuri. "Senam bersama dapat dilaksanakan setiap hari karena sudah menjadi kebutuhan wajib kita. Sehingga akan tercapai kesehatan yang maksimal," tambahnya.



Setelah apel pagi dilanjutkan kembali dengan senam bersama yang dipimpin oleh 3 instruktur dari salah satu anggota organisasi wanita. Pelaksanaan senam terdiri dari 3 tahap mulai dari pemanasan, inti dan pendinginan. Seluruh peserta tampak antusias dan semangat mengikuti senam tersebut.



Di akhir kegiatan para peserta disugahi air mineral serta soto khas Kabupaten Kediri untuk sarapan. Tidak lupa beberapa doorprize juga diberikan kepada beberapa peserta yang semangat mengikuti senam saat itu. Salam Olahraga! (Kominfo/daw,rx,tj,wk)