

SENAMROBIK KOLEJ TENTERA UDARA

airforce.mil.my/berita/berita-dari-pusat-latihan/4452-senamrobik-kolej-tentera-udara

ALOR SETAR, 30 Jan 19 - Kolej Tentera Udara telah mengadakan aktiviti senamrobik bulanan bertempat di Padang Kawad Kolej yang dikoordinasikan oleh Unit Sukan Kolej.

Aktiviti senamrobik ini telah dihadiri oleh semua warga Kolej dan Komandan Kolej Tentera Udara, Brig Jen Dato' Johnny Loh Kok Kong TUDM. Senamrobik ini diketuai oleh Cik Mastura dan rakan-rakan dari Team Zumba Che Mas Gold yang dijemput khas sebagai tenaga pengajar untuk sesi senamrobik/Zumba kali ini.

Selesai aktiviti senamrobik, lagu " Selamat Hari Jadi" terus dimainkan sebagai gimik kejutan sempena hari lahir Komandan. Seterusnya, beliau memotong kek dan meniup lilin bagi menyempurnakan acara sambutan hari jadi tersebut.

Diharapkan dengan penganjuran aktiviti senamrobik ini menjadi satu aktiviti mengalakan kepada warga Kolej disamping mengamalkan gaya hidup sihat dan aktif sepanjang masa.



