

# SAMBUTAN BULAN SUKAN NEGARA 2019

[airforce.mil.my/berita/berita-dari-pangkalan/5518-sambutan-bulan-sukan-negara-2019](http://airforce.mil.my/berita/berita-dari-pangkalan/5518-sambutan-bulan-sukan-negara-2019)

SUBANG, 11 Okt 19 – Bulan Sukan Negara (BSN) yang telah membuka tirai pada 1 Okt 19 lalu turut disambut meriah oleh warga Pangkalan Udara Subang dengan Pelancaran BSN 2019 peringkat pangkalan yang disempurnakan oleh Pemangku Komander Pangkalan, Brig Jen Omar bin Haji Dawami TUDM bertempat di Stadium Hoki Pangkalan.



Aktiviti ini diadakan bertujuan untuk meningkatkan kesedaran di kalangan warga TUDM tentang kepentingan bersukan yang mampu melahirkan anggota cergas dan aktif selain mempromosikan gaya hidup sihat.



Selain itu, ianya juga dapat menerapkan semangat kerjasama dalam satu pasukan serta mengeratkan hubungan sesama warga pangkalan. TUDM mengetengahkan elemen 3M iaitu murah, mudah dan menarik bagi konsep pelaksanaan yang merangkumi aktiviti sukan, kecergasan berbentuk pertandingan dan rekreasi seperti yang disarankan oleh Kementerian Belia dan Sukan.



Hampir 700 orang pegawai dan anggota daripada semua unit hadir semasa majlis pelancaran ini berlangsung yang dimulakan dengan acara Zumba Perdana oleh pasukan Zuma Zone Zumba dan turut diserikan dengan kehadiran kanak-kanak dari Tadika Kemas Wira Angkasa TUDM Subang.



Dalam pada itu turut diadakan Majlis Pembukaan Program BMI Siri 1/19 yang dirasmikan oleh selaku Pegawai Sukan Pangkalan Lt Kol Asroha binti Haron TUDM dan turut dihadiri oleh semua Pegawai Memerintah Skn, Unit Lojer dan Ketua Cawang di pangkalan..



Seramai 13 orang peserta dari pelbagai ketukangan sedang mengikuti program ini dan mereka dibekalkan dengan satu tali skipping sebagai simbolik kepada program yang sedang disertai. Program BMI Siri 1/19 ini dilaksanakan bagi menurunkan berat badan, meningkatkan keupayaan fizikal dan membentuk keterampilan yang ideal bagi semua peserta.

Pelbagai aktiviti telah dirancang oleh pihak pangkalan sepanjang BSN ini berlangsung seperti perlawanan Bola Sepak, Badminton, Bola Tampar, 5km Fun Run, PU Subang 10km Challenge termasuklah Program BMI yang dilaksanakan selama 2 minggu bermula dari 14 Okt hingga 25 Okt 19.

