

# LATIHAN BODY COMBAT DI PANGKALAN UDARA GONG KEDAK

[airforce.mil.my/berita/berita-dari-pangkalan/5708-latihan-body-combat-di-pangkalan-udara-gong-kedak](http://airforce.mil.my/berita/berita-dari-pangkalan/5708-latihan-body-combat-di-pangkalan-udara-gong-kedak)

GONG KEDAK, 6 Dis 19 – Pangkalan Udara Gong Kedak telah menganjurkan Latihan Body Combat yang dikendalikan oleh Pejabat Jasmani Pangkalan bertempat di Padang Kawad Pangkalan.

Latihan yang dianjurkan ini bagi mengurangi risiko obesiti, meningkatkan fleksibiliti dan refleksi otot, meminimumkan risiko stress, meningkatkan kesihatan jantung dan meningkatkan metabolisme badan.

Turut hadir Komander Pangkalan, Kol Shaiful Azuar bin Ariffin TUDM, Pegawai Eksekutif, Pegawai-pegawai dan semua anggota LLP Pangkalan.

