

LARIAN KE PEARL HILL TANJUNG BUNGAH WARGA INSKEP BERSAMA PANGLIMA PENDIDIKAN DAN LATIHAN UDARA

airforce.mil.my/berita/berita-dari-pusat-latihan/4537-larian-ke-pearl-hill-tanjung-bungah-warga-inskep-bersama-panglima-pendidikan-dan-latihan-udara

TANJUNG BUNGAH, 14 Feb 19 - Panglima Pendidikan dan Latihan Udara, Lt Jen Dato' Mohd Ashgar Khan bin Goriman Khan TUDM dalam rangka lawatan pemeriksaan rasmi beliau di INSKEP telah turut sudi meluangkan masa beriadah bersama warga INSKEP dalam aktiviti larian mendaki ke Pearl Hill, Tg Bungah.

Penggemar larian jarak jauh, Pengarah Kurikulum MPPLU, Kol Thamilanty A/L Periasamy TUDM juga turut serta memeriahkan lagi aktiviti kali ini. Larian sejauh 5km tersebut telah dimulakan dengan aktiviti pemanasan oleh Jurulatih Jasmani INSKEP, PW U II Norazli dan seterusnya larian dimulakan dari pintu utama INSKEP melalui kawasan taman perumahan sekitar INSKEP, laluan mendaki cerun Bukit Mutiara hingga akhirnya tamat di hadapan pintu masuk INSKEP.

Aktiviti sihat sebegini telah memberi peluang kepada INSKEP untuk beramah mesra dengan beliau yang sememangnya amat komited dalam isu penjagaan berat badan dan BMI yang ideal.



