

# SENAMROBIK DAN TABATA PU KUCHING

[airforce.mil.my/berita/berita-dari-pangkalan/4914-senamrobik-dan-tabata-pu-kuching](http://airforce.mil.my/berita/berita-dari-pangkalan/4914-senamrobik-dan-tabata-pu-kuching)

KUCHING, 26 Apr 19 - Pangkalan Udara Kuching telah menganjurkan aktiviti Senamrobik dan TABATA yang dikendalikan oleh Pejabat Jasmani Pangkalan dan Pejabat Latih Pangkalan bertempat di Dewan Sri Angkasa.

Program yang dianjurkan ini dapat mengurangkan tekanan setelah melalui minggu yang padat dengan kerja dan aktiviti yang berlangsung disamping dapat mengeratkan hubungan silaturrahim sesama warga Pangkalan.

Turut hadir memeriahkan lagi aktiviti senamrobik ini adalah Pegawai Memerintah No 1 Skn, Lt Kol Syed Faisal bin Syed Abdul Kadir TUDM serta Pegawai-pegawai Eksekutif Pangkalan.



