



# Kotagede Juara Lomba

## Senam ABI

**JOGJA** -- Kompleks wisata dan rekreasi Pura Wisata Jalan Brigjen Katamso pada Minggu (21/10) pagi dipadati warga. Ratusan pria dan wanita dewasa mengikuti lomba senam Ayo Bergerak Indonesia (ABI) yang diadakan Federasi Olahraga Rekreasi Masyarakat Indonesia (FORMI). Kegiatan yang diikuti beberapa kelompok senam di berbagai kampung di Kota Jogja ini berlangsung meriah dan dihadiri mantan Walikota Jogja Herry Zudianto SE.

Ketua Panitia lomba Monda Saragi menjelaskan, tujuan lomba senam ini selain memperingati Hari Ulang Tahun (HUT) ke-256 Kota Jogja, juga untuk menjaring instruktur senam di tingkat kecamatan. Nantinya instruktur senam akan diterjunkan ke masyarakat melalui kelurahan-kelurahan. "Kami sengaja mengutamakan kelompok

senam yang ada di wilayah kelurahan. Hal ini agar para peserta lomba nantinya bisa menjadi instruktur senam di tingkat kelurahan, paling tidak di wilayah instruktur senam itu tinggal. Dengan demikian warga masyarakat akan semakin sehat dan bugar," kata Monda.

Kebanyakan peserta yang didominasi kaum ibu ini sudah menguasai beberapa jenis senam, seperti senam ABI, senam lansia dan jantung sehat. Hal tersebut dapat menjadi modal dasar untuk terus mengembangkan budaya senam di masyarakat.

**Olahraga tradisional** FORMI Kota Jogja, kata Monda, sesuai dengan peran dan tugasnya mewadahi olahraga non prestasi, tidak hanya mengadakan lomba senam saja, akan tetapi juga mengadakan festival olahraga yang sifatnya

menghibur seperti halnya, gobag sodor, ingkling, lompat tali, benthik, egrang, balap karung, bahkan kesenian yang sifatnya membutuhkan banyak gerakan yang teratur.

"Kami tidak hanya mengadakan lomba senam saja, namun olahraga tradisional yang sifatnya non prestasi kami adakan juga. Beberapa tahun lalu kami melakukan festival dolanan anak di tempat yang sama, dan respons masyarakat luar biasa," tandasnya.

Kepala Kesbang Kota Jogja Drs Sukanto mengatakan, pihaknya berusaha semaksimal mungkin mensosialisasikan senam ayo bergerak ini di masyarakat.

Olahraga ini selain mudah diikuti juga murah meriah untuk menyegarkan dan membugarkan tubuh.

"Bagi lansia senam ini tidak mudak harus bisa. Akan tetapi apabila ada senam, *simbah-*

*simbah* dengan sekadar *ngobalike awake* agar keringat keluar, secara langsung tubuh terasa sehat dan bugar. Paling tidak, jika ada rasa ingin untuk bergerak bagi lansia, itu sudah lebih dari cukup," ujarnya.

Dari peserta yang berlaga, dipilih enam terbaik. Juara pertama diraih kontingen senam Kecamatan Kotagede, juara kedua Kecamatan Mergangsan dan Kecamatan Wirabranjahan berhak atas juara ketiga.

Sedangkan juara harapan I diraih Kecamatan Gondokusuman dan Kecamatan Mantrijeron menduduki juara harapan II serta juara harapan III diraih Kecamatan Letis. Masing-masing pemenang mendapatkan trofi dan uang pembinaan yang diserahkan langsung Ketua FORMI Kota Jogja Herry Zudianto.

(ros)

Instansi	Nilai Berita	Sifat	Tindak Lanjut
1. Kantor Kesatuan Bangsa	Positif	Biasa	Untuk Diketahui

Yogyakarta, 21 Februari 2025  
 Kepala

**Ig. Trihastono, S.Sos. MM**  
 NIP. 19690723 199603 1 005