SUKAN

01/11/2025 / SITI AISYAH MAZLAN



RAUB, 27 Oktober 2025 – Seramai 30 peserta terdiri daripada staf UiTM Raub, golongan ibu serta masyarakat wanita sekitar Bandar Raub telah menyertai Program Riadah dan Kesihatan *“Fit & Fabulous with Coach Katt”*. Program ini diadakan secara berkala pada setiap hari Isnin, bermula jam 5.30 petang hingga 7.00 malam, bertempat di Dewan Titiwangsa, UiTM Cawangan Pahang Kampus Raub.

Program ini dianjurkan oleh Kelab Apresiasi Pensyarah (KAP) UiTM Raub dengan kerjasama Kelab Riadah Ibu-Ibu Seindah (KERIS) serta NGO Ikram Pahang Barat. Matlamat utama penganjuran adalah untuk meningkatkan stamina dan tahap kesihatan peserta di samping mengeratkan hubungan silaturahim dalam kalangan komuniti setempat.



Menurut wakil penganjur, *"Selari dengan hasrat UiTM yang memberi penekanan kepada hubungan rapat antara warga kampus dan masyarakat luar melalui sukan, program ini dirancang untuk memberi impak positif kepada masyarakat khususnya golongan wanita."*

Menariknya, aktiviti yang dijalankan dipelbagaikan dengan senaman seperti Senamrobik, Body Tuning, Zumba dan Chairobic, yang sesuai untuk semua peringkat umur serta boleh diikuti mengikut kemampuan masing-masing.

Pihak program penganjur berharap agar program ini dapat diteruskan secara konsisten sebagai usaha membudayakan gaya hidup sihat dalam kalangan masyarakat. Selain itu, ia juga diharapkan menjadi medium penghubung antara UiTM dan komuniti setempat dalam melahirkan masyarakat yang lebih sihat, aktif dan harmoni.

Share Share Post

Tags: UiTM Cawangan Pahang Kampus Raub, Universiti Teknologi MARA (UiTM)