

Gimnasium terbuka dapat perhatian

NILAI - Gimnasium terbuka Universiti Sains Islam Malaysia (USIM), di sini yang dibuka pada bulan November tahun lalu mula mendapat tempat di kalangan pelajarannya bagi menjalankan aktiviti senaman.

Pegawai Sukan dan Belia USIM, Nur Ekmal Buhary berkata, gimnasium terbuka itu merupakan sebahagian daripada kemudahan keperluan warga universiti itu dalam merealisasikan kempen gaya hidup aktif dan cergas.

"Ia juga selari dengan matlamat untuk melahirkan warga universiti yang cergas, sihat, ceria dan produktif.

"Kemudahan baru ini juga merupakan permintaan daripada pelajar yang inginkan kelainan bersenam di tempat terbuka berbanding dengan gimnasium di dalam dewan," katanya ketika ditemui *KOSMO!* semalam.

Nur Ekmal berkata, gimnasium ini menawarkan sebanyak 24 jenis stesen senaman regangan untuk dipilih oleh pelajar dan juga kakitangan USIM yang ingin melakukan senaman pada masa lapang.

Katanya lagi, stesen senaman ini mesra pengguna dan mudah digunakan kerana arahan penggunaannya turut dilampirkan bersama.

Jelasnya, ia juga tidak memerlukan pemantauan daripada jurulatih dan mudah diselenggara.



PARA pelajar Universiti Sains Islam Malaysia (USIM) melakukan senaman regangan di stesen senaman gimnasium terbuka, di Nilai semalam.

"Sejak gimnasium terbuka mula beroperasi 24 jam sambutan daripada kalangan pelajar wanita juga menggalakkan.

"Sejak kebelakangan ini, mereka mula menggunakan stesen-stesen ini untuk meningkatkan stamina dan kemahiran

dalam aktiviti sukan," tambahnya.

Dalam pada itu, Nur Ekmal menambah, di masa akan datang Kompleks Sukan USIM yang mula digunakan sejak September lalu akan dilengkapi dengan trek sintetik, pavilion serbaguna, bilik perbincangan serta bilik persalinan.