



MOHAMED ASIN merasmikan Program Penggalakan Sukan dan Kecergasan semalam.

USIM utamakan gaya hidup sihat

UNIVERSITI Sains Islam Malaysia (USIM), serius menggalakkan pelajarannya menjalankan gaya hidup yang sihat.

Ini terbukti menerusi Program Penggalakan Sukan dan Kecergasan serta Sukan Jalinan Mesra USIM 2007 yang berlangsung di Kolej Kediaman Nilam Court Nilai 3 semalam.

Program anjuran Unit Sukan dan Rekreasi Bahagian Hal Ehwal Pelajar USIM ini, merupakan acara tahunan sejak diperkenalkan pada tahun 2003 di kampus Pandan Indah, Kuala Lumpur.

Ketika melancarkan program itu semalam, Timbalan Naib Canselor Hal Ehwal Pelajar dan Alumni USIM, Prof. Datuk Dr. Mohamed Asin Dollah menjelaskan bahawa akal yang cerdas datangnya daripada badan yang sihat maka dengan program ini mahasiswa boleh melibatkan diri dalam pelbagai aktiviti kesukanan dan kecergasan.

"Pihak universiti mahukan semua warga

USIM agar sentiasa aktif dan cergas kerana percaya ia berupaya membina jati diri dan ketrampilan yang unggul," katanya.

Menurutnya, mahasiswa yang mempunyai ketahanan fizikal dan mental yang kuat berupaya menjadi generasi yang cemerlang dalam apa juga bidang yang mereka ceburi.

Tambahnya, dalam tempoh setahun lagi USIM bakal mempunyai sebuah mini stadium bola sepak dan olahraga yang dilengkapi dengan kemudahan yang setaraf dengan kemudahan sukan di Istitusi Pengajian Tinggi Awam (IPTA) lain.

Dia juga berharap agar mahasiswa akan menimba sebanyak mungkin kemahiran dan pengalaman untuk bergiat aktif bagi mengisi masa lapang daripada program tersebut.

Sementara itu, Pegawai Belia dan Sukan USIM, Nur Ekmal Buihary berkata, program ini dapat memberi pendedahan dan maklumat kepada mahasiswa baru dan lama berkaitan kepentingan melibatkan diri dalam

kegiatan kesukanan dan kecergasan.

"Ia juga merupakan platform untuk mencari bakat baru di kalangan mahasiswa yang akan dipilih untuk mewakili USIM pada kejohanan sukan Majlis Sukan Universiti Malaysia (Masum) dan sukan berkaitan," katanya.

Tambahnya, sejak dua tahun kebelakangan ini USIM telah membuktikan keupayaan rekreasi di arena sukan apabila memperoleh dua pingat emas dan satu gangsa pada kejohanan sukan Masum yang disumbangkan oleh pasukan Taekwondo dan Silat Olahraga.

Antara aktiviti yang dijalankan sempena program tersebut ialah pendaftaran pelajar menyertai kelab-kelab sukan, pertandingan cage futsal, bola jaring, bola tampar, sepak takraw, pameran dan sebagainya.

Wakil *Utusan Malaysia* turut hadir pada majlis itu untuk menyerahkan borang penyertaan serta banner Larian 10km Utusan Malaysia Bangi.