

SOSIALISASI DAN IMPLEMENTASI LATIHAN FISIK DAN OLAHRAGA PERMAIANAN PADA KOMUNITAS OBESITAS

Oleh: Nawan Primasoni, siswantoyo, danang wicaksono

ABSTRAK

SOSIALISASI DAN IMPLEMENTASI LATIHAN FISIK DAN OLAHRAGA PERMAIANAN PADA KOMUNITAS OBESITAS

Abstrak

Oleh:

Nawan Primasoni, Danang Wicaksono, Siswantoyo

Pengabdian masyarakat ini bertujuan untuk untuk mensosialisasikan dan mengimplemntasikan latihan kondisi fisik dan olahraga permainan terhadap obesitas. Selain itu untuk menambah referensi bagi khalayak untuk mencoba pola hidup sehat dengan berolahraga.

Pengabdian masyarakat ini akan memberikan manfaat yang sangat luas akan dampak dari obesitas dan hasil dari latihan kondisi fisik dan olahraga permainan yang akan berdampak pada obesitas. Pada umumnya obesitas menjadi masalah yang besar di negara-negara berkembang dan negara maju, karena pola hidup dan pola komsumsi makanan yang kurang baik. Khalayak sasaran utama dari kegiatan PPM ini adalah para obesitas, pelatih kondisi fisik dan klayak umum.

Kata Kunci: *Sosialidasi, Implementasi, kondisi fisik, Olahraga permainan, obesitas*