

**ATURCARA
PROGRAM LARIAN SIHAT SEMPENA ULANG TAHUN PKNS KE 55
DAN HARI REKREASI PKNS 2019**

6.30 PAGI	=	LAPOR DIRI PESERTA LARIAN
7.00 PAGI	=	KETIBAAN TETAMU JEMPUTAN / VVIP / HOD
7.15 PAGI	=	SENAMANROBIK BERSAMA FIT & FAB OLEH BAHAGIAN PEMBANGUNAN SUKAN
7.25 PAGI	=	TAKLIMAT KEPADA PESERTA OLEH PEGAWAI TEKNIKAL
7.30 PAGI	=	PELEPASAN PESERTA LARIAN 5.5 KM OLEH KETUA PEGAWAI EKSEKUTIF PKNS
7.45 PAGI	=	PELEPASAN PESERTA VVIP DAN HOD 2.5 KM OLEH PRESIDEN KELAB SUKAN & REKREASI
8.30 PAGI	=	PESERTA PERTAMA DIJANGKA SAMPAI
8.45 PAGI	=	PESERTA VVIP PERTAMA DIJANGKA SAMPAI
9.00 PAGI	=	BOOTH PASUKAN REKREASI (KAYAK DAN ROCK CLIMBING)
9.30 PAGI	=	DIJANGKA SEMUA PESERTA MENAMATKAN LARIAN
10.00 PAGI	=	PENYAMPAIAN HADIAH DAN CABUTAN BERTUAH
10.30 PAGI	=	LAWATAN CEO PKNS KE BOOTH REKREASI
10.00 PAGI - 3.00 PETANG	=	BOOTH DAN AKTIVITI KAYAK / WALL CLIMBING