

Jaga Imunitas Tubuh, Personel Kodim 0410/KBL Laksanakan Olahraga Bersama

Bandar Lampung, Detikperu.com (SMSI)– Dalam rangka menjaga imunitas tubuh agar tetap sehat, Kodim 0410/KBL melaksanakan olahraga bersepeda santai dan tenis meja.

Kegiatan ini diikuti oleh Perwira Staf, Danramil, Anggota Staf serta perwakilan Koramil yang dilaksanakan di Makodim 0410/KBL Jln. Imam Bonjol, Kota Bandar Lampung. Jum'at (14/01)

Kegiatan diawali dengan apel pengecekan personel yang dipimpin oleh Danramil 410-03/TBU Mayor Kav Perri Pujarama SH. Dan dilanjutkan dengan melakukan senam pemanasan yang dipimpin oleh personel Kodim 0410/KBL kemudian dilanjutkan melaksanakan olahraga bersepeda dan tenis meja.

Gowes bersama Start dari Makodim 0410/KBL dan Finish di Makodim 0410/KBL dengan jarak yang ditempuh ± 10 km.

Danramil 410-01/Panjang Mayor Kav Perri Pujarama mengatakan, selain olahraga lari, bersepeda juga merupakan salah satu olahraga yang sangat baik dan bermanfaat untuk menjaga kebugaran.

“Selain itu, ternyata berolahraga bukan sekedar untuk menyehatkan badan saja, ini juga bisa menjadi ajang menjalin keakraban antara personel Kodim 0410 Kota Bandar Lampung,” Ungkapnya. (Red)