

Jaga Kebugaran di Masa Pandemi, Dandim 0735/Surakarta Gowes Bersama Anggota

Surakarta, Detikperu.com- Dalam rangka menjaga kebugaran tubuh Prajurit di masa Pandemi Komandan Kodim 0735/Surakarta Letkol Inf Devy Kristiono S.E, M.Si bersama anggota melaksanakan gowes bersama, Jum'at (14/01/2022) pagi.

Kegiatan Gowes bersama dilaksanakan dengan menempuh jarak 40 Km dan diikuti oleh Anggota Kodim baik Militer maupun Anggota PNS.

Perwira Seksi Operasional (Pasiops) Kodim Kapten Inf Mulyono selaku penanggung jawab kegiatan menegaskan olahraga bersepeda merupakan salah satu olah raga yang rutin dilaksanakan oleh personel Kodim 0735/Surakarta.

"Untuk Route kali ini adalah ke daerah Wisata Waduk Cengklik, dengan titik start di depan Makodim 0735/Surakarta, dan sebelumnya diawali dengan senam pemanasan terlebih dahulu secara bersama-sama."terangnya.

"Olahraga bersepeda ini bertujuan untuk meningkatkan daya tahan tubuh dan agar tetap bugar dan sehat sehingga senantiasa siap dalam melaksanakan tugas," tuturnya.

Ia melanjutkan, dengan bersepeda akan membuat kesehatan terjaga, serta kekebalan tubuh meningkat. Semua itu dibutuhkan di masa pandemi wabah virus Corona seperti sekarang ini.

"Menjaga kesehatan sebuah hal yang paling penting saat ini, yakni dengan menerapkan gaya hidup sehat melalui berolahraga sepeda dan olahraga lainnya. Dan yang paling penting dalam

gowes ini kami tetap menerapkan protokol kesehatan,"
pungkasnya.

Penulis: (Arda 72)