

# Jaga Imunitas Tubuh, Dansat Brimob Polda Banten Ajak Anggota Gowes Keliling Kota Serang

**Ayu Amalia - BANTEN.INDONESIASATU.ID**

Jan 11, 2024 - 21:17



Serang - Demi menjaga kesehatan dan kebugaran, Dansat Brimob Polda Banten Kombes Pol Imam Suhadi S.I.K bersama personel Satbrimob Polda Banten gowes mengayuh sepeda di seputaran Kota Serang, Kamis (11/1)).

Dansat Brimob Polda Banten Kombes Pol Imam Suhadi berupaya untuk

meningkatkan kebersamaan antar anggota dan menjadikan kegiatan ini sebagai ajang silaturahmi serta sekaligus untuk membina ketahanan fisik guna menjaga kebugaran tubuh dengan olahraga bersepeda.

"Pagi ini saya bersama anggota bersepeda mengelilingi Kota Serang. Kebersamaan dan silaturahmi mempunyai nilai yang sangat penting apalagi di sela-sela kegiatan rutinitas sehari-hari, karena ini akan berpengaruh besar terhadap pelaksanaan tugas," kata Imam.

Lanjutnya, "Selain itu kesehatan juga menjadi hal yang tidak boleh diabaikan, karena ini sebagai modal utama setiap prajurit dalam melaksanakan tugas, untuk itu selalu jaga kesehatan dengan berolahraga secara rutin".

Gowes dengan jarak 30K ini dimulai Mako Satbrimob Polda Banten - Ciceri - Parung - Jl Syeh Albantani - KP3B - Palima lalu kembali ke Mako Satbrimob Polda Banten.

Imam juga berpesan agar seluruh personel selalu memperhatikan faktor keamanan dan keselamatan dalam melaksanakan setiap kegiatan khususnya olahraga bersepeda.

"Laksanakan setiap kegiatan dengan penuh semangat dan sesuai dengan kemampuan masing-masing, tetapi keamanan dan keselamatan tetap menjadi prioritas utama, termasuk saat olahraga bersepeda," tutup Imam.