

# hari ini

## Jaga Kebugaran Fisik, Komandan Satbrimob Polda Banten Pimpin Gowes Pagi

Ayu Amalia - [BANTEN.HARIINI.CO.ID](https://BANTEN.HARIINI.CO.ID)

Sep 6, 2024 - 18:46



BANTEN – Komandan Satuan Brimob Polda Banten Kombes Pol Imam Suhadi., S.I.K., bersama sejumlah Personel melaksanakan Gowes sepeda santai di pagi hari , Jum'at (06/09/2024), pukul 07.00 Wib.

Untuk hari Jum'at ini Gowes bergerak mulai dari Mako Satuan Brimob Polda

Banten, jalan Ciruas, melewati polsek Pontang dan Pantai gope menjadi pit stop lalu dilanjutkan Kembali ke Mako Satuan Brimob Polda Banten.

Dilokasi Finish Dansat Brimob Banten mengatakan, bahwa bersepeda santai ini adalah olah raga sehat sambil bersantai dengan menikmati udara segar dan menikmati pemandangan yang indah disepanjang perjalanan.

“Dengan berolah raga sepeda akan mendapatkan keuntungan yang banyak terutama untuk Kesehatan tubuh juga untuk Kesehatan pikiran.”katanya.

Lanjutnya mencontohkan dengan pepatah “Dalam tubuh yang sehat terdapat jiwa yang kuat,” Sehingga dengan pepatah tersebut diharapkan kepada personel Polres Aceh Barat dapat terhindar dari perbuatan yang melanggar koridor etika Kepolisian.” harapnya.

Disamping itu “Saya harapkan seluruh Anggota Brimob Banten selalu menjaga kesehatan dan kebugaran dengan berolahraga yang teratur, sehingga dapat melaksanakan tugas dengan baik dan benar,”Tutup Dansat Brimob Banten.