

Jaga Stamina Ditengah Pandemi Covid-19, Personel Batalyon A Pelopor Brimob Banten Rutin Olahraga Pagi

Ayu Amalia - BANTEN.WARTABHAYANGKARA.COM

Oct 9, 2020 - 11:44



KOTA SERANG - Salah satu cara untuk menjaga fisik dan kebugaran personil, Batalyon A Pelopor Sat Brimob Polda Banten rutin melaksanakan olahraga pagi.

Seperti yang dilakukan pagi ini, dengan dipimpin oleh Danki 2 Yon A Pelopor Brimob Banten Iptu Asep, personil Batalyon A Pelopor Sat Brimob Polda Banten melaksanakan lari pagi mengelilingi Mako Brimob Banten, Jum'at (09/10/2020) pukul

07.40 wib.

Komandan Satuan Brimob Polda Banten Kombes Pol Dwi Yanto Nugroho mengatakan bahwa olahraga pagi rutin dilaksanakan oleh seluruh personil Sat Brimob Polda Banten.

"Agara seluruh personil dapat memberikan pelayanan yang maksimal kepada masyarakat sehari-hari," kata Dwi Yanto Nugroho.

Dwi Yanto juga mengatakan, selain menjaga tubuh agar tetap sehat, olahraga juga membangkitkan rasa semangat dan menjalin kebersamaan.

"Didalam tubuh yang sehat terdapat jiwa yang kuat, demikian kira-kira makna yang tersirat. Agar mendapatkan tubuh yang kuat dan sehat untuk itu anggota Brimob sudah seharusnya menjaga kondisi tubuh agar tetap kuat dan sehat," tutur Dwi Yanto Nugroho.

"Mengingat tuntutan tugas kedepan semakin berat, Brimob Banten tentunya telah mengantisipasi berbagai hal kemungkinan yang bisa menghalangi pelaksanaan tugas. Untuk menunjang pelaksanaan tugas agar tetap maksimal tentu perlu fisik dan kesehatan yang maksimal, maka dari itu Satbrimob Polda Banten rutin melaksanakan olahraga pagi sebagai sarana dalam menjaga kebugaran," tambah Dwi Yanto Nugroho.

Sementara itu Komandan Batalyon A Pelopor Sat Brimob Polda Banten Kompol Norhayat menambahkan, "Dengan berolahraga yang rutin, makan makanan yang sehat, dan istirahat yang cukup adalah faktor utama untuk memiliki tubuh yang kuat dan sehat. Selain itu kurangnya olahraga juga dapat memberikan dampak negatif yang menyebabkan pemicu stress, Gangguan tidur, darah tinggi, kegemukan dan lainnya. Agar terhindar dari dampak negatif tersebut maka tanamkan rasa peduli pada kesehatan diri sendiri melalui olahraga yang rutin," tutup Norhayat.

Tampak dengan semangatnya personil Satbrimob Polda Banten ikut serta dalam olahraga pagi ini. Hal ini tentunya menjadikan contoh hidup sehat yang diberikan oleh anggota Brimob kepada masyarakat. (Amel)