

POLSEK

Tingkatkan Imunitas dan Soliditas. Ditlantas Polda Kalteng Gowes Bersama

Indra Gunawan - PALANGKARAYA.POLSEK.ID

May 12, 2023 - 17:27



PALANGKA RAYA - Demi menjaga kesehatan dan kebugaran tubuh, Dirlantas Polda Kalteng AKBP R.S. Handoyo, S.I.K, M.Si. bersama anggotanya melakukan kegiatan olahraga bersepeda, Jumat (12/5/2023) pagi.

Dirlantas Polda Kalteng AKBP R.S. Handoyo, S.I.K.,M.Si mengatakan kegiatan ini sangat baik dilakukan oleh personel Ditlantas, karena dengan kegiatan bersepeda ini, maka kesehatan ataupun kebugaran tubuh akan terjaga dengan baik, sehingga tubuh tidak mudah terkena penyakit.



“Olahraga bersepeda atau sering disebut dengan Gowes merupakan kegiatan rutin yang kami lakukan Selain menjaga kesehatan, bersepeda juga dinilai efektif untuk memantau perkembangan situasi Keamanan, Keselamatan Ketertiban, dan Kelancaran Lalu Lintas (Kamseltibcarlantas) di Wilayah Kota Palangka Raya,” ucap Dirlantas

Salain itu olahraga rutin ini juga bisa menyalurkan hobi anggota yang suka bersepeda.

“Diharapkan dengan dilaksanakannya Gowes bersama ini, kesehatan dan kebugaran tubuh kita akan tetap terjaga dengan baik, sehingga tidak cepat kena penyakit, karena kita ketahui bersama, saat ini situasi cuaca di Provinsi Kalteng sering kali berubah-ubah, yang dapat menyebabkan kesehatan ataupun kebugaran tubuh kita menurun,” tutupnya. (*)