

# OPOSISI

## Tingkatkan Ketahanan Fisik, Dandim 0735/Surakarta Gowes Bersama Anggota

Pardal Riyanto - [JATENG.OPOSISI.CO.ID](http://JATENG.OPOSISI.CO.ID)

Jun 30, 2022 - 11:36



SURAKARTA – Dalam rangka meningkatkan ketahanan fisik serta menjaga kebugaran tubuh Prajurit di masa Pandemi Komandan Kodim 0735/Surakarta Letkol Inf Devy Kristiono S.E, M.Si bersama anggota melaksanakan gowes bersama, Kamis (30/06/2022) pagi.

Kegiatan Gowes bersama dilaksanakan dengan menempuh jarak 35 Km dengan titik start di depan Makodim 0735/Surakarta menuju kawasan wisata waduk Cengklik serta diikuti oleh Anggota Kodim baik Militer maupun Anggota PNS.

Saat ditemui awak media usai pelaksanaan kegiatan, Dandim 0735/Surakarta menegaskan kegiatan olahraga bersepeda merupakan salah satu olah raga yang rutin dilaksanakan oleh personel Kodim 0735/Surakarta.

"Selain Lari Aerobik, kegiatan bersepeda bersama ini juga rutin kita laksanakan untuk menunjang stamina dan kesehatan prajurit." tegas Dandim.

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

Lebih lanjut Dandim menambahkan bahwasanya menjaga kesehatan adalah 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 kita tetap menerapkan protokol kesehatan dengan ketat," pungkas Dandim.

(Arda 72)