

## Nikmati Udara Pagi, Dansat Brimob Polda Banten dan Anggota Gowes Bersama

Ayu Amalia - [BANTEN.GO.WEB.ID](https://www.banten.go.web.id)

Jul 27, 2024 - 20:38



Banten - Dalam upaya menjaga kesehatan dan kebugaran tubuh, Dansat Brimob Polda Banten Kombes Pol Imam Suhadi, S.I.K dan personel Satbrimob Polda Banten lainnya melakukan gowes di wilayah Sentul - Bogor pada Sabtu (27/7).

Olahraga sepeda ini dilakukan pada pagi hari dengan rute dari villa Bogor sampai 0 km Sentul.

Dansat Brimob Polda Banten Kombes Pol Imam Suhadi, S.I.K mengatakan bahwa olahraga sepeda ini selain untuk menjaga kesehatan juga sebagai ajang untuk mempererat silaturahmi.

"Selain menjaga kesehatan, kegiatan olahraga sepeda ini juga menjadi ajang untuk mempererat hubungan antar anggota, menambah keakraban sehingga dapat tercipta ikatan yang lebih kuat dan harmonis di lingkungan Satbrimob Polda Banten," katanya.

Lanjutnya, "Kegiatan ini tidak hanya bermanfaat untuk kebugaran fisik tetapi juga memberikan efek positif pada kesehatan mental, membantu mengurangi stres, dan meningkatkan mood".

Para peserta terlihat antusias mengikuti kegiatan ini. Mereka bersepeda dengan penuh semangat, menikmati udara segar dan pemandangan sekitar.