

## **Jumat Sehat, Darem 073/Makutarama Gowes dan Olahraga Polo Air Bersama Para Dandim**

**Ahliis Triyatmoko - KUDUS.INDONESIASATU.CO.ID**

Feb 3, 2023 - 13:19



*(Foto istimewa) Danrem Bersama Dan Sat Jajaran Korem 073/MKT Olahraga Bersama*

Kab Semarang – Dalam rangka menjaga kebugaran tubuh, Komandan Korem 073/Makutarama Kolonel Inf Purnomosidi, S.I.P., M.A.P., bersama Kasrem, para Dandim jajaran, Kasadisjan serta para Kasi Korem melaksanakan sepeda santai atau gowes bersama. Jumat. (03/02/2023).



Kali ini rombongan gowes yang di pimpin oleh Danrem menempuh jarak mencapai 35 Kilometer dengan titik start dimulai dari Kopeng Kabupaten Semarang menuju Kolam Renang Muncul Kabupaten Semarang.

Sesampai di Finish Kolam Renang Muncul Kabupaten Semarang dilanjutkan dengan permainan Polo Air yang dimainkan secara beregu.



Olahraga Polo Air menggunakan bola yang harus dioper ke teman satu tim dengan cara dilempar, mirip seperti bola basket.

“Dengan olahraga Gowes dan permainan Polo Air ini, mari kita menjaga kesehatan dan kebugaran serta meningkatkan stamina tubuh. Selain itu, kita juga bisa menikmati suasana alam dan juga udara segar di pagi hari dengan penuh semangat,”ucap Danrem.



Lebih lanjut, Danrem menuturkan, banyak manfaat yang kita dapatkan dari kegiatan Gowes dan permainan Polo Air bersama ini, salah satunya sebagai bentuk perilaku yang mencerminkan pola hidup sehat serta terwujudnya suasana kekeluargaan bersama.

“Semoga kita selalu diberikan kesehatan dan kebahagiaan. kegiatan kebersamaan sambil berolahraga seperti ini akan terus kita laksanakan agar terjalin kekompakan dan suasana kerja yang nyaman,”tutup Danrem.

Redaktur : Pendim 0722/Kudus