

# Jaga Kestabilan Tubuh Anggota di Tengah Tugas, Ini yang Dilakukan Satbrimob Polda Banten

**Ayu Amalia - [UPDATES.CO.ID](https://updates.co.id)**

Jan 20, 2023 - 16:23



SERANG – Untuk meningkatkan kesehatan dan kebugaran tubuh, Personil Satuan Brimob Polda Banten melaksanakan Olahraga Bersama yaitu senam aerobik di Lapangan M.Jasin Mako Satuan Brimob Polda Banten, Jumat (20/01/2023).

Kegiatan yang digelar usai pelaksanaan Apel pagi, personel Satbrimob Polda Banten melaksanakan olahraga berupa senam aerobik, senam didahului dengan gerakan pemanasan, kemudian dilaksanakan dengan senam aerobik oleh instruktur.

Tampak seluruh personel dengan semangat mengikuti setiap gerakan yang dipimpin oleh instruktur senam.

Wadansat Brimob Polda Banten AKBP Hadi Saepul Rahman menyampaikan kegiatan olahraga ini pelaksanaannya dimulai pukul 07.00 yang diawali dengan apel pagi, dan langsung dilanjutkan dengan senam Aerobik.

“Senam aerobik yang diikuti oleh seluruh personel Brimob Polda Banten ini merupakan kegiatan rutin yang dilaksanakan setiap 1 Bulan Sekali dengan tujuan untuk menjaga kesehatan dan menjaga kestabilan tubuh para personel Brimob Polda Banten, apalagi ditengah tantangan tugas yang semakin berat ini, kebugaran tubuh personel tetap harus terjaga guna selalu memberikan pelayanan prima kepada masyarakat.” ujar Hadi.

“Didalam tubuh yang sehat terdapat jiwa yang kuat, hal tersebut merupakan syarat mutlak setiap anggota Polri untuk menjaga kesehatan guna mengemban tugas sehari-hari untuk melayani masyarakat.” tutup Hadi.