

# JOURNALIST

## Jumat Sehat, Kapolres Jember Olahraga Bersama Anggota

Siswandi - [JEMBER.JOURNALIST.CO.ID](http://JEMBER.JOURNALIST.CO.ID)

Nov 4, 2022 - 10:41



JEMBER-Seluruh Anggota Polres Jember baik Polri dan ASN melaksanakan kegiatan olahraga Jalan sehat guna menjaga stamina serta kebugaran jasmani, Jumat (4/11).

Kegiatan tersebut di pimpin Kapolres Jember AKBP Hery Purnomo SIK SH usai apel pagi,Kapolres mengungkapkan dengan melaksanakan kegiatan olah raga

rutin dapat menjaga stamina dan kebugaran jasmani.

“Mari kita laksanakan olahraga bersama ini dengan rasa senang dan gembira, menjaga kesehatan dengan meluangkan waktu untuk berolahraga agar badan kita tetap sehat dan tidak mudah sakit,” stamina yang bugar tersebut akan menjadi modal utama dalam melaksanakan tugas-tugas kepolisian untuk melindungi, mengayomi dan melayani masyarakat.

“Melalui olahraga pagi ini, banyak manfaat yang kita dapatkan. Diantaranya bagi personil yang kelebihan berat badan dapat menurunkan berat badannya, meningkatkan kesehatan, serta meningkatkan kepercayaan diri,” katanya.

Pihaknya juga berharap ditengah-tengah tuntutan tugas sebagai anggota Polri agar kegiatan olahraga tetap rutin dilaksanakan sebab didalam tubuh yang sehat terdapat jiwa yang kuat dan akan berdampak langsung pada semangat kerja maupun pola pikir serta pola tindak dalam melaksanakan tugas sebagai anggota polri.

“Dipersilahkan kepada seluruh anggota untuk bisa melaksanakan olahraga mandiri diluar jam dinas. Hal ini untuk menjaga kebugaran dan kondisi fisik masing masing anggota,” jelasnya.

Jalan Sehat pagi bersama ini, mengambil rute Lapangan Satpas Polres Jember– Barak Satsabhara–Perum Bukit Permai – Jalan Pajajaran – dan kembali ke lapangan Satpas Polres Jember di lanjutkan Senam Bersama.