

WARTA

**MILITER**

## Tingkatkan Imunitas Tubuh, Personel Korem 162/WB Gelar Gowes Bersama

Syafruddin Adi - [NTB.WARTAMILITER.COM](http://NTB.WARTAMILITER.COM)

Jan 22, 2022 - 05:28



Mataram NTB - Tingkatkan Imunitas tubuh di masa pandemi Covid-19, Korem 162/WB gelar olahraga sepeda santai (Gowes) bersama jajarannya yang dipimpin langsung oleh Kasrem 162/WB Kolonel Inf Sudarwo Aris Nurcahyo, S.Sos. M.M., Jumat (21/01/2022).

Pelaksanaan kegiatan tersebut diikuti puluhan prajurit Korem 162/WB, Turut hadir dalam kegiatan tersebut Kasrem 162/WB, para Kasirem 162/WB, para

Pasirem 162/WB Dandempom IX/2 Mataram, Kadisjan jajaran Korem 162/WB, Dandempom IX/2 Mataram dan ibu-ibu Persit beserta prajurit jajaran Korem 162/WB.

Kolonel Inf Sudarwo Aris Nurcahyo, S.Sos. M.M., menyampaikan, bahwa aktivitas olahraga gowes sepeda santai ini merupakan wujud untuk meningkatkan imunitas pada masa pandemi Covid-19 dan menjaga kebugaran tubuh personelnnya.

Menurutnya, kegiatan ini sangat baik dilakukan, karena salah satu cara meningkatkan imunitas adalah dengan berolahraga.

“Diharapkan dengan kegiatan yang kita lakukan ini dapat menjadikan himbauan bagi masyarakat agar tetap berolahraga tetapi tetap harus melaksanakan Protokol Kesehatan dengan menggunakan masker dan menjaga jarak,” terangnya.

Dan kegiatan ini dilaksanakan secara berkelanjutan dan bergilir. Menjadi kegiatan rutin setiap minggunya. Kalau hari ini kita start dari jalan pejanggik Kota Mataram dan melaksanakan finish di Denpal Mataram.

"Mungkin berikutnya kita akan laksanakan start dari lokasi yang berbeda dan Finish di Makorem 162/WB," ujar Kasrem 162/WB.(Adbravo)