

# Tingkatkan Kebugaran Dandim Ajak Gowes Bareng Anggota

**Pardal Riyanto - SURAKARTA.INDONESIASATU.ID**

Jan 13, 2023 - 10:44



BOYOLALI - Untuk menjaga kebugaran, kesehatan dan menjalin keakraban, Kodim 0724/Boyolali melaksanakan kegiatan sepeda santai (Gowes), Diikuti oleh sekitar 50 orang anggota Kodim 0724/Boyolali. Diawali Start dari Makodim 0724/Boyolali – Mojosongo – SD N I Kener – Umbul Tlatar – finis di Makodim

Dandim 0724/Boyolali Letkol Arm Ronald F Siwabessy, M.A. usai pelaksanaan sepeda santai mengutarakan, "Pagi ini kita, keluarga besar Kodim 0724/Boyolali

melaksanakan sepeda santai.

“Tujuannya, yang pertama, kita menjalin keakraban sesama anggota sekaligus kita berolahraga untuk mencari sehat. Pada pagi ini untuk finis kita arahkan di Koramil 10 Sambu .” Tutup Dandim.

Fun Bike (sepeda santai) tersebut diawali dengan pemeriksaan kesehatan oleh tim kesehatan Poskesdim, antara lain pengukuran tensi darah dilanjutkan, pemanasan untuk menghindari adanya cedera otot dan penjelasan rute yang akan dilewati.

(Arda 72)