

## **Kodim 0828/Sampang Tingkatkan Stamina Tubuh, Laksanakan Road Bike Bersama Pangdam V/Brawijawa**

**Achmad Sarjono - [JATIM.INDONESIASATU.CO.ID](http://JATIM.INDONESIASATU.CO.ID)**

May 29, 2021 - 14:19



SAMPANG - Pangdam V/Brawijaya Mayjend TNI Suharyanto,S.Sos.M.M beserta rombongan dan Dandim 0828/Sampang dalam rangka untuk meningkatkan ketahanan imunitas tubuh, dengan melaksanakan road bike tiba di Cp 2 Masjid Al - Hidayah, Kecamatan Jrengik, Kabupaten Sampang, Jawa

Timur, Sabtu (29/5/2021).

Route yang dilalui Route (Start) RM. Bebek Rizky Bangkalan - Jl. Raya Bangkalan Sampang - chek point 1 Kantor Kecamatan Galis Km ± 20.4 Jl. Raya Galis Kab. Bangkalan - CP 2 Masjid Al Hidayah Kec. Jrengik Kab. Sampang - Makodim 0828/Sampang (Finish) Jarak tempuh sekitar 53.9 Km.

Peserta Gowes tiba Cp 2 di Masjid Al - Hidayah Jl. Raya Jrengik Kec. Jrengik Kab. Sampang di sambut oleh Dandim 0828/Sampang sekaligus perenggangan dan istirahat.

Pengdam V/Brawijaya, Mayjen TNI Suhariyanto, SOS., M.M dalam kesempatan itu, memberikan Santunan kepada anak Yatim sebanyak 30 orang, berupa masker 200pcs serta pemberian beras @ 5Kg dan uang sebagai tali asih kepada takmir Masjid.

Selanjutnya, rombongan peserta gowes melanjutkan perjalanan dari Masjid Al - Hidayah Jl. Raya Jrengik Kec. Jrengik Kab. Sampang menuju Finish Kodim 0828/Sampang dengan pengawalan hingga tiba di Finish Kodim 0828/Sampang sekaligus melaksanakan peregangan, istirahat dan dilanjutkan ramah tamah.

Olahraga dengan bersepeda ini untuk meningkatkan stamina tubuh membakar adrenalin jika ingin selalu hidup sehat, mari kita semua laksanakan olahraga dengan rutin apalagi di masa pandemi baik itu olahraga lari, bersepeda maupun olahraga lainnya, karena yang tahu kesehatan itu adalah diri kita sendiri, olahraga dapat dilakukan kapan saja dan dimana saja," ungkapnya. (Jon)