

## Jum'at Sehat Polsek Sumber Lakukan Olahraga Pagi

Panji R - [CIREBON.INDONESIASATU.CO.ID](http://CIREBON.INDONESIASATU.CO.ID)

Apr 19, 2024 - 10:44



**KAB. CIREBON** - "Mensana in corpore sano" didalam tubuh yang sehat terdapat jiwa yang kuat. Hal tersebut merupakan syarat mutlak setiap anggota Polri dalam mengemban tugas sehari-hari untuk melayani masyarakat. Untuk memperoleh kesehatan jasmani maka wajib hukumnya setiap orang untuk melaksanakan olahraga secara rutin.

Polsek Sumber Polresta Cirebon melaksanakan kegiatan olahraga pagi yang sudah menjadi kegiatan rutin yang dilaksanakan pada hari Jumat pagi, kali ini olahraga di isi dengan Senam sehat dan peregangan di Halaman Mapolsek Sumber. Giat dipimpin langsung oleh waka Polsek Sumber Ipda Amir.AM yang di ikuti oleh personil Polsek Sumber. Jumat (19/04/2024).

Kegiatan Olahraga yang pelaksanaan dimulai pukul 07.30 Wib yang diawali dengan apel pagi, olahraga pagi sudah menjadi program kegiatan rutin setiap hari Setelah apel pagi tersebut bertujuan untuk menjaga kesehatan dan menjaga

kestabilan tubuh.

Dengan dilaksanakan kegiatan olahraga bersama tersebut diharapkan dapat meningkatkan kesadaran seluruh Personel, bahwa olahraga sangatlah bermanfaat bagi kesehatan. Disamping itu diharapkan dapat menumbuhkan semangat jiwa seluruh personil Polsek Sumber dalam melaksanakan tugas dan tanggung jawab. Dengan tubuh yang kuat maka pelaksanaan tugas pun dapat dilaksanakan secara maksimal.

Apabila semua anggota Polri sehat jasmani dan rohaninya, maka tugas yang diemban sehari-hari dalam rangka melayani masyarakat dapat dilaksanakan secara maksimal.