

# 24Jam

## Jaga Kebugaran Polres Sumbawa Barat dan Bhayangkari Olahraga Bersama

Syafruddin Adi - [SUMBAWABARAT.24JAM.CO.ID](http://SUMBAWABARAT.24JAM.CO.ID)

Feb 17, 2024 - 07:23



*Suasana olahraga dan senam bersama Polres Sumbawa Barat, Sabtu (17/02/2024)*

Sumbawa Barat NTB - Segenap Pejabat utama (PJU) Polres Sumbawa Barat beserta Ibu Bhayangkari Cabang Sumbawa Barat mengikuti Olahraga dan senam bersama di Lapangan Wicaksana Laghawa O2 Polres Sumbawa Barat, Sabtu (17/02/2024).

Olahraga bersama yang dilaksanakan pada tiap hari Sabtu tersebut selain untuk memelihara dan menjaga kebugaran dalam rangka meningkatkan imunitas serta semangat juga sebagai ajang silaturahmi antar anggota Polres Sumbawa Barat dan anggota Bhayangkari Cabang Sumbawa Barat.

Ditemui usai Olahraga dan senam bersama, Kapolres Sumbawa Barat AKBP Yasmara Harahap SIK., mengatakan ditengah kesibukan sebagai pengemban

tugas pengamanan dalam wilayah Kabupaten Sumbawa Barat Polres Sumbawa Barat rutin pula melaksanakan olahraga ataupun senam bersama.

Hal ini bertujuan untuk menjaga dan memelihara kebugaran tubuh serta mempererat tali silaturahmi antar sesama anggota dan ibu-ibu Bhayangkari, sehingga diharapkan kesehatan para anggota dan seluruh keluarga besar Polres Sumbawa Barat dapat terjaga dan terpelihara.

Meski ditengah padatnya tugas pengamanan dalam rangka mensukseskan pemilu 2024, polres Sumbawa tetap harus bisa menyelipkan kegiatan-kegiatan yang bersifat relaksasi seperti halnya olahraga dan senam bersama yang dilakukan hari ini.



“Padatnya kegiatan kepolisian akhir-akhir ini tentu akan mempengaruhi stamina para anggota, maka dengan olahraga dan senam bersama seperti ini diharapkan dapat membantu untuk menyegarkan kembali tenaga dan pikiran sehingga dalam tugas berikutnya dapat dilakukan dengan penuh semangat,”ucap Yasmara.

“Kesehatan tentu yang paling utama harus kita perhatikan agar dalam pelaksanaan tugas dapat dilakukan dengan baik, sehingga disamping olahraga, cek kesehatan pun harus dilakukan secara rutin. Semuanya bertujuan untuk membantu serta mendorong semangat dalam menyelesaikan suatu pekerjaan,”kata Yasmara menambahkan.

Ia berharap kepada seluruh anggotanya agar pola hidup sehat itu harus terus ditanamkan dalam keluarga.

“Dengan istirahat yang cukup, memperhatikan makanan yang dikonsumsi, olahraga yang cukup serta pengecekan kesehatan secara berkala maka diharapkan dapat menjaga dan memelihara kebugaran seluruh keluarga besar Polres Sumbawa Barat,”pungkasnya. (Adb)