

## Kapolsek Sumber Pimpin Pelaksanaan Apel Dan Olahraga Bersama

Panji R - [CIREBON.PUBLIKJABAR.COM](http://CIREBON.PUBLIKJABAR.COM)

Oct 13, 2023 - 09:58



**CIREBON** - Anggota Polsek Sumber Polresta Cirebon melaksanakan apel pagi dilanjut dengan olahraga bersama di halaman Mako Polsek Sumber tepatnya di Jalan Fatahillah No.21 Kel Watubelah Kec Sumber Kab.Cirebon Pukul 08.00 WIB, sampai selesai Jumat (13/10/2023).

Kegiatan apel pagi dilanjut dengan olahraga bersama yang dipimpin Kapolsek Sumber Aqp Yuliana.SAB.,M.Si dan diikuti oleh seluruh Personil Polsek Sumber dari semua fungsi.

Setelah apel selesai, langsung dilanjutkan dengan olahraga pagi guna menjaga kesehatan dan kebugaran dalam memberikan perlindungan, pengayoman dan pelayanan kepada masyarakat.

Aqp Yuliana mengatakan giat olahraga ini dilaksanakan ditengah kesibukan

tugas, Kapolsek dan Personil melaksanakan olahraga bersama untuk meningkatkan stamina dan kebugaran tubuh supaya tetap fit dan sehat untuk menunjang tugas anggota sehari-hari.

Olahraga juga kata dia, untuk menjalin tali silaturahmi dan kekompakan antar anggota di Mako Polsek Sumber

“Kita harus menjaga kesehatan dan kebugaran dengan melakukan aktifitas olahraga, minimal kita olah raga jalan kaki satu kali dalam satu minggu, seperti yang kita lakukan sekarang ini, sehat itu mahal, tetapi dengan melakukan gerakan senam atau untuk peregangan otot2 adalah olahraga murah, usahakan olahraga secara rutin agar badan menjadi sehat walaupun hanya sebentar.”  
ungkap Kapolsek Sumber.