

# EKSPOS

## Kaskogabwilhan III Pimpin Gowes Anggota Kogabwilhan III

Suhendi - [JAKARTA.EKSPOS.CO.ID](http://JAKARTA.EKSPOS.CO.ID)

Dec 2, 2022 - 15:35



**JAKARTA** – Kaskogabwilhan III Laksda TNI Maman Firmansyah mengajak anggota Kogabwilhan III untuk melaksanakan Gowes dengan rute seputaran Kompleks Mabes TNI Cilangkap Jakarta Timur, Jumat (2/12/2022).

Gowes ini merupakan olah raga alternatif selain jalan, lari dan olah raga lainnya yang selama ini dilakukan, Gowes diharapkan memberi suasana baru, sehingga menghindari kejenuhan.



Kogabwilhan III telah menyiapkan sarana dengan pengadaan sejumlah unit sepeda yang dapat digunakan oleh seluruh anggota.

Kaskogabwilhan III pada kesempatan tersebut menyampaikan bahwa setiap personel harus menjaga kebugaran tubuhnya pada kesempatan yang ada, kesibukan jangan menjadikan alasan untuk tidak melaksanakan pembinaan fisik.

“Kebugaran tubuh kita itu, kita sendiri yang merasakan, maka harus selalu dibina setiap saat, sesibuk apa pun sempatkan waktu untuk pembinaan fisik (binsik),” ujar orang nomor dua di Kogabwilhan III tersebut.

“Panglima sudah memfasilitasi dengan menyiapkan sepeda, maka harus kita ramaikan gowes dengan suasana ceria, sehingga kita senang dan sehat,” pungkasnya. (\*\*)