

Ditulis oleh Penrem

Sabtu, 12 Mei 2018 | 11:11 WIB



Penrem 043/FGatam.

Â Â Â Â Bandar Lampung (12/05),Â Komandan Kodim 0410/Kota bandar Lampung Letnan KolonelÂ Arm Hi. Didik Harmono, selaku Pembina Merpati Putih Bandar Lampung Jum'at (11/05), mengisi Dialog Interaktif di Studio 1 Stasiun RRI Lampung, jl. Gatot Subroto No. 26Â Kelurahan Pahoman Kecamatan Enggal Kota Bandar Lampung, yang dipandu Presenter RRIÂ Sdr. Fajar, dengan topik pembahasan â€œ Seni Pernapasan Untuk Kesehatan Tubuh â€œ.

Â Â Â Â Dalam dialognya Dandim 0410/KBL Letkol Arm Hi. Didik Harmo selaku sekaligus Pembina Harian Merpati Putih Bandar LampungÂ mengemukakan, â€œ Kami dari Kodim 0410/KBL sendiri sudah mengikuti latihan olah pernafasan tersebut sudah hampir satu bulan lebih, adapun hasil dari latihan olah pernafasan dapat kami rasakan langsung oleh tubuh kita,Â khususnya nafas lebih lega dan yang biasanya sebelum mengenal latihan pernafasan,Â saya

Ditulis oleh Penrem

Sabtu, 12 Mei 2018 | 11:11 WIB

pribadi bisa tahan nafas selama 30 detik,Â namun setelah saya berlatih olah pernafasan saya bisa tahan nafas hingga 2 s.d 3 menit, latihan olah pernafasan merupakan kegiatan kesehatan yang tidak menggunakan obat obatan â€œ.

Â

Â Â Â Â Bapak Gunawan Prihartono selaku Ketua Harian Merpati Putih Bandar Lampung,Â juga mengemukakan, â€œ Untuk saat ini kegiatan Latihan Olah Pernafasan yang diselenggarakan oleh Merpati Putih masih terfokus di IBI Darmajaya Bandar Lampung,Â Â kegiatan Latihan olah pernafasan dapat dilakukan dimana saja,Â namun untuk latihan awal latihan tersebut harus di dampingi pelatih dan sejauh ini,Â Merpati Putih pernah melatih pernafasan kepada salah satu peserta latihan olah pernafasan yang mengalami penyakit asma,Â namun saat ini penyakit asma dari salah satu peserta latih sudah sembuh â€œ.

Â Â Â Â Diakhir dialog Dandim 0410/KBL Letkol Arm Hi. Didik Harmono dan Bpk. Gunawan Prihartono mengajak seluruh elemen masyarakat Provinsi Lampung untuk lebih mengutamakan kesehatan dengan cara berlatih olah pernafasan bersama Merpati Putih. Dialog Interaktif dihadiri pula Kepala Stasiun RRI Lampung Ibu Ana, Kabid pemberitaan Bpk. Ahamad Yani Nyanggu, Kabid Pelayanan Umum Bpk. Iwan Latan, dan Danramil 410-05/TKP Mayor Inf. Haryono.