

'Pewani Empower Run 2019' larian untuk kesihatan

UB 22.10.2019 15

KELAB Kebajikan, Rekreasi dan Libatsama Masyarakat (KARIB), Universiti Malaysia Sabah (UMS) dengan kerjasama Persatuan Wanita UITM Sabah (PEWANI) menganjurkan 'Pewani Empower Women Run 2019' larian kesihatan sambil santai di Dataran Dewan Canselor, UMS, kelmarin.

Bertemakan 'Women Empower, Empower Women', penyertaan seramai 500 peserta terdiri daripada ahli jawatankuasa penganjur, warga UMS, warga UiTM dan orang awam sekitar daerah termasuk Keningau, Ranau, Lahad Datu serta Labuan.

Program larian bermula dengan warm-up (Fitdance)

bertujuan melahirkan modal insan proaktif yang tidak hanya bertumpu dalam bidang akademik, malah juga aktif bidang bukan akademik.

Penglibatan Karib UMS dan PEWANI UiTM pada kali ini dapat meningkatkan motivasi dan mempromosi gaya hidup sihat melalui aktiviti riadah.

Selain menyuntik semangat kesukanan dalam kalangan peserta, ia juga berfungsi untuk memberi kesedaran akan pentingnya memelihara kesihatan luaran dan dalaman diri.

Larian sepanjang 7 kilometer itu dibahagikan kepada kategori lelaki dan wanita.

Kejohanan diungguli oleh

Raymond Yew dan Brittany Isabelle masing masing mencatat masa 26 minit 36 saat dan 34 minit.

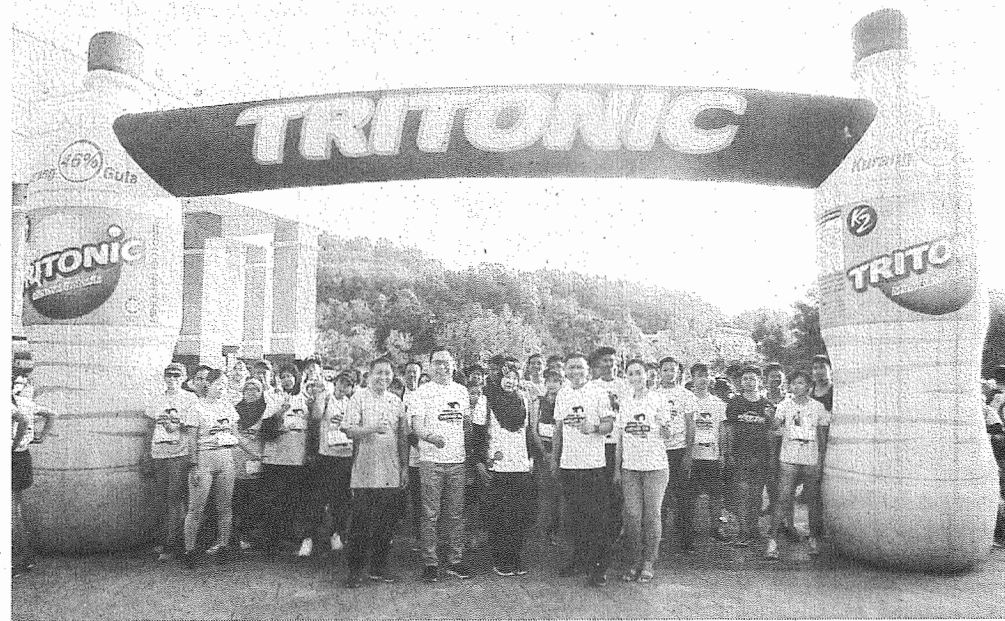
Penganjuran kali kedua program ini mendapat sokongan penuh daripada beberapa syarikat perniagaan jenis perkhidmatan dan produk termasuk Anita Fragrance, Syarikat ASMAK, Pembinaan Bumi Hijau, Syarikat Fotobest, Kasinah Enterprise, Jentayu Cafe, Farah Katering, Affan Cafe dan Jesson Lee.

Dekan PPIB UMS Prof. Dr Jualang @Azlan Gansau menjelaskan bahawa program seumpama ini memberi ruang kepada staf dan pelajar mengasah kemahiran sendiri melalui aktiviti

kesihatan seterusnya menggalakkan wanita dan keluarga untuk menjaga kesihatan diri dan menghargai diri mereka sebagai wanita.

"Aktiviti riadah juga penting untuk merehatkan minda sekali gus dapat meningkatkan kemahiran berfikir. Saya amat berpuas hati dengan respons positif daripada pelbagai pihak," katanya.

Di samping itu menggalakkan kaum lelaki memberikan sokongan kepada kaum wanita, program seawal jam 6.15 pagi, aktiviti sampingan turut mewarnai program ini termasuk gerai jualan, cabutan bertuah, karaoke terbuka dan penyampaian hadiah.



PELEPASAN: Para peserta Pewani Empower Run 2019 bersedia memulakan larian.