

{youtube}Q72pTJFgVy4{/youtube}

Desti Sandra Rufita dari Komunitas Jum Jum Runners Kediri menjadi juara pertama KVRR kategori reguler wanita. Persiapannya dalam mengikuti ajang KVRR 2018 adalah dengan berlatih rutin selama satu bulan

, mulai dengan long run, ketahanan, dan sedikit belajar tanjakan minimal seminggu tiga kali.

"Berkat kerja keras dan latihan rutin akhirnya saya dapat finish tercepat. Yang pasti saya sangat senang sekali bisa dapat finish di urutan pertama," ungkapnya setelah melewati finish, (23/9).

"Saya sudah dua kali ini ikut KVRR, tahun lalu belum mendapatkan juara dan barulah tahun ini dengan ketekunan akhirnya juara ada di genggamannya," tambahnya.



Walaupun dalam kondisi stabil dan nyaman, santai hanya sedikit pada Gunung Air 10 km yang berlangsung selama 1 jam 15 menit. Untuk itu, saya akan tetap berlatih yang cepat.



Sebagai bukti bahwa latihan dan kerja keras akan membuahkan hasil, atlet lain dari Tim nasional daya
yang memang yang pernah jalannya sungguh berbeda masih ada masalah kerja keras. Sesungguhnya



Salah satu momen di puncak acara triathlon yang digelar di kawasan Gunung Kelud. Di foto ini terlihat para pemenang dan juara dalam kategori Female Student Category. (Foto: Humas, @Team, I, WK)