



Hike Your Way to Health!



Capek dengan rutinitas? Coba aktifitas fisik di Alam! Hiking bukan cuma seru, tapi juga investasi terbaik untuk tubuh & pikiranmu.











Manfaat Fisik yang Bikin Kamu Lebih Kuat!

Setiap langkah di jalur hiking membangun fondasi kesehatanmu

Jantung Kuat

Latihan Kardio terbaik untuk Jantung dan Paru-paru



Otot & Tulang

Bentuk otot kaki, bokong, punggung & kuatkan tulang



Berat Badan Ideal

Bakar kalori lebih banyak, capai berat badan sehatmu

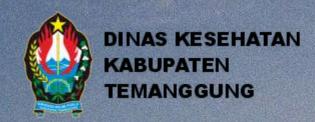


Siap merasa lebih bugar?











Rilekskan Jiwa, Segarkan Pikiran!



Penghilang Stres



Turunkan kortisol & rasakan ketenangan alam.

Alam adalah terapi terbaik untuk kesehatan mentalmu

Mood Booster



Sinar matahari & endorfin bikin hati ceria.

Fokus & Kreatif



Jernihkan pikiran, temukan ide-ide baru.

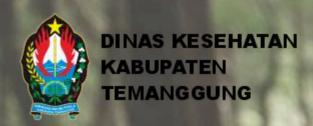
Koneksi Diri



Kembali terhubung dengan dirimu & keindahan alam.



Butuh ketenangan? Hiking jawabannya!





Petualangan Aman, Hati Tenang!

Sebelum memulai petualanganmu, ingatlah tips keselamatan ini:

Persiapan Matang

Riset jalur, cek cuaca & bawa perlengkapan dasar (air, P3K, peta).

Bareng Teman

Lebih aman dan seru jika hiking bersama.

Jaga Alam

Jangan buang sampah & ikuti aturan yang ada.



