

DAFTAR GAMBAR

Gambar:	Halaman
1. Lapangan Bola Voli	8
2. Prinsip Beban Lebih atau <i>Overload</i>	11
3. Gerakan <i>Smash</i> dan Posisi Badan Saat Akan Memuku	15
4. Gerakan <i>Jump Box</i>	17
5. Gerakan <i>Decline Push-up</i>	19
6. Lapangan Tes <i>Smash</i> Bola Voli	25
7. Tes Melakukan <i>Vertical Jump</i>	26
8. Test <i>Medicine Ball Chest Throw</i>	27
9. Foto Bersama Pelatih	77
10. Foto <i>Decline Push-up</i>	77
11. Foto <i>Jump Box</i>	78
12. Foto Pemanasan	78
13. Foto saat siswa melakukan <i>Smash</i>	79

UNIMED
THE
Character Building
UNIVERSITY