

## DAFTAR GAMBAR

Gambar 2.1	Peta Konsep Penelitian .....	12
Gambar 4.1	Gerakan Pemanasan pada Bagian Kepala .....	23
Gambar 4.2	Gerakan Pemanasan pada Tangan .....	24
Gambar 4.3	Gerakan Pemanasan pada Kaki Dan Ketahanan Dalam Jalan Jinjit .....	24
Gambar 4.4	Gerakan Latihan Keseimbangan .....	28
Gambar 4.5	Gerakan Latihan Kekuatan Otot Lengan .....	29
Gambar 4.6	Gerakan Latihan Cium Lutut .....	31
Gambar 4.7	Gerakan Kekuatan Otot Pinggang dan Punggung .....	33
Gambar 4.8	Gerakan Kekuatan Otot Tungkai/Kaki .....	34
Gambar 4.9	Penari Mendemonstrasikan Tari Etnis Melayu .....	37
Gambar 4.10	Pengamatan Kualitas Gerak Tari di Sanggar Cahaya Permata ..	38
Gambar 4.11	Pengamatan Kualitas Gerak Tari di Sanggar Cahaya Permata ..	38
Gambar 4.12	Pengamatan Kualitas Gerak Tari di Sanggar Cahaya Permata ..	38
Gambar 4.13	Pengamatan Kualitas Gerak Tari di Sanggar Cahaya Permata ..	39