

## DAFTAR GAMBAR

Gambar	Halaman
1. Lapangan Sepakbola .....	10
2. Bola Kaki .....	10
3. Penambahan Beban Latihan Secara Bertahap.....	17
4. Media Alat <i>Ladder Agility</i> .....	20
5. <i>Laterp toe tap</i> .....	21
6. <i>Single leg toe tap</i> .....	21
7. <i>La Croqueta Run</i> .....	22

UNIVERSITAS NEGERI  
MEDAN  
UNIMED

THE  
*Character Building*  
UNIVERSITY