



DAFTAR GAMBAR

Gambar	Hal
1. Jenjang Latihan	43
2. Penambahan beban latihan secara bertahap	46
3. Lokasi klub bola voli putri Embrio Medan	63
4. Lapangan Klub Embrio Medan	64
5. Pelatih sedang melakukan evaluasi di akhir latihan	175
6. Pelatih sedang mengawasi latihan fisik	175
7. Pelatih sedang memberikan <i>drill</i> kepada atlet	176
8. Wawancara dengan informan	176
9. Wawancara dengan informan	177
10. Pelatih memberikan <i>drill</i> kepada atlet	177
11. Pelatih memberikan <i>drill passing</i> bawah	178
12. Dinding digunakan untuk melatih <i>passing</i>	178
13. Lompat gawang terbuat dari pipa air	179
14. Besi beban untuk penguatan otot tungkai	179
15. Bola dan air minum	180
16. Bangku yang digunakan untuk <i>drill defend</i>	180
17. Karpet bulat untuk penguatan otot tungkai	181
18. Wawancara dengan informan	181
19. Wawancara dengan informan	182
20. Wawancara dengan informan	182
21. Wawancara dengan informan	183
22. Wawancara dengan informan	183
23. Atlet sedang istirahat di sela-sela latihan	184
24. Foto bersama pengurus, pelatih dan atlet	184