

DAFTAR GAMBAR

Gambar	Hal
1. Rangkain Gerakan Lompat Jauh Gaya Jongkok.....	16
2. Gerakan Awalan	18
3. Gerakan Tolakan.....	19
4. Gerakan Melayang di Udara	21
5. Gerakan Mendarat.....	23
6. Gerakan Berlari Melompat Kardus.....	32
7. Gerakan Berlari Melompat Kodok	33
8. Skema PTK.....	38
9. Grafik Peningkatan Siklus I.....	48
10. Diagram Peningkatan Siklus I	53
11. Diagram Peningkatan Siklus II.....	60
12. Grafik Peningkatan Siklus II	62