

## DAFTAR GAMBAR

Gambar	Halaman
1. Tendangan sabit.....	12
2. Aspek-Aspek latihan olahraga.....	13
3. Penambahan beban latihan.....	15
4. Kombinasi <i>zig-zag sprint</i> .....	18
5. Teknik <i>matching pairing</i> .....	24