

DAFTAR GAMBAR

Gambar	Hal
1. Lapangan Bulutangkis	7
2. <i>Shuttlecock</i>	8
3. Raket Bulutangkis	8
4. Dua Jenis Pukulan <i>Clear</i>	10
5. Pukulan <i>Forehand Overhead</i>	11
6. Penambahan Latihan Secara Bertahap	12
7. Norma Pembebanan Latihan	13
8. Latihan <i>Lob</i> Lurus Bergantian	15
9. Latihan <i>Lob</i> Silang Bergantian	16
10. Latihan <i>Lob</i> Silang – <i>Lob</i> Lurus	17
11. Latihan <i>Lob</i> Lurus – <i>Lob</i> Silang	18
12. Lapangan Untuk Melakukan Tes <i>Lob</i>	23
13. Peneliti dan Sampel Sedang Melakukan Pemanasan	51
14. Sampel Sedang Melakukan Tes <i>Lob</i>	51
15. Sampel Sedang Melakukan Variasi <i>Lob</i>	52
16. Sampel Sedang Melakukan Pendinginan	52

THE
Character Building
UNIVERSITY