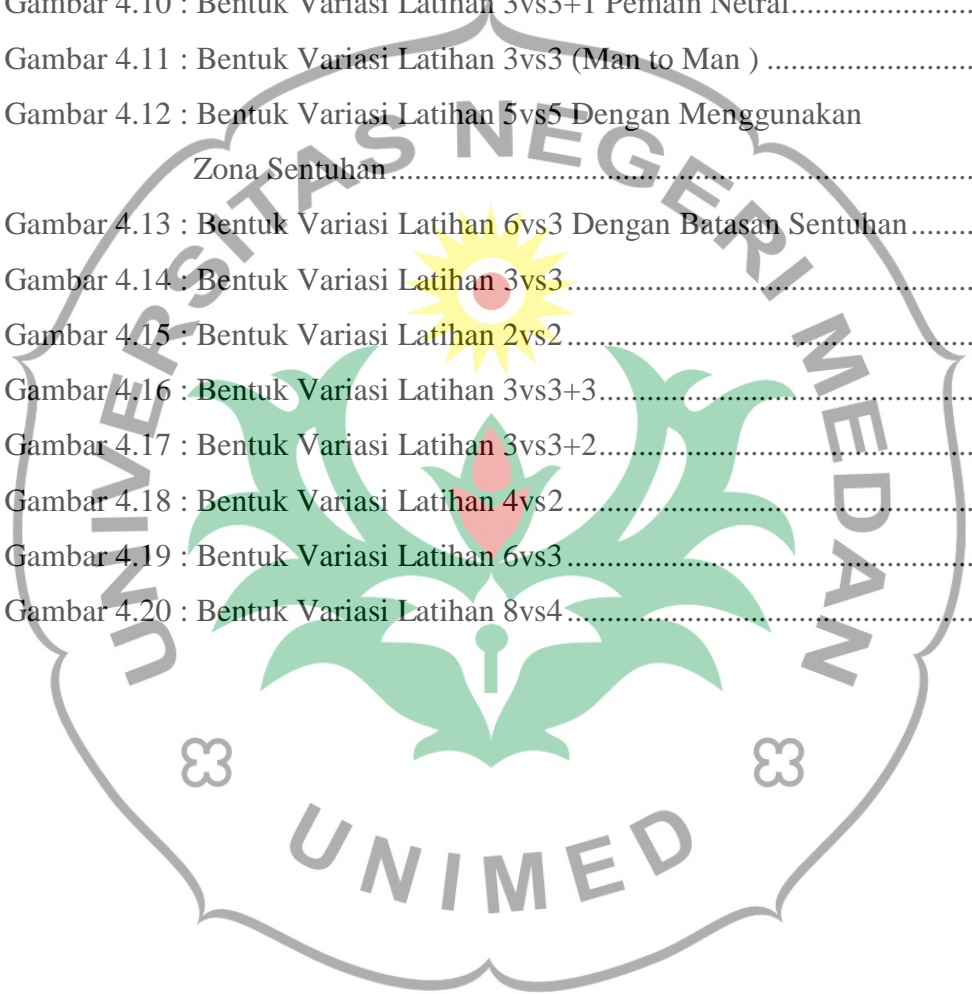


DAFTAR GAMBAR

	Halaman
Gambar 2.1 : Latihan <i>Step Jump Sprint Zig – Zag</i> lalu <i>Shooting</i>	33
Gambar 2.2 : Latihan <i>Step Left and Right, Sprint And Shooting</i>	34
Gambar 2.3 : latihan zig – zag <i>sprint</i> pola L.....	35
Gambar 2.4 : latihan zig – zag <i>sprint</i> pola W	36
Gambar 2.5 : Latihan <i>sprint</i> pola V	37
Gambar 2.6 : Bentuk latihan variasi <i>small side game</i> 2 vs 3	38
Gambar 2.7 : Bentuk latihan variasi <i>small side game</i> 4 vs 3	39
Gambar 2.8 : Bentuk latihan variasi <i>small side game</i> 3 vs 3	40
Gambar 2.9 : Bentuk latihan variasi <i>small side game</i> 4 vs 3	41
Gambar 2.10 : Bentuk latihan variasi <i>small side game</i> 4 vs 3	42
Gambar 2.11 : Bentuk latihan variasi <i>small side game</i> 5 vs 5 + 5.....	43
Gambar 2.12 : Bentuk latihan variasi <i>small side game</i> 5 vs 5	44
Gambar 2.13: Bentuk latihan variasi <i>small side game</i> 2 vs 1.....	45
Gambar 2.14 : Bentuk latihan variasi <i>small side game</i> 4 vs 4 + 4.....	46
Gambar 2.15 : Bentuk latihan variasi <i>small side game</i> 3 vs 3 + 2.....	47
Gambar 2.16 : Bentuk latihan variasi <i>small side game</i> 4 vs 4 + 2.....	48
Gambar 2.17 : Bentuk latihan variasi <i>small side game</i> 2 vs 3 + 2.....	49
Gambar 2.18 : Bentuk latihan variasi <i>small side game</i> 1 vs 1	50
Gambar 2.19: Bentuk latihan variasi <i>small side game</i> 6 vs 2	51
Gambar 2.20 : Bentuk latihan variasi <i>small side game</i> 4vs4+1.....	52
Gambar 4.1 : Bentuk Variasi Latihan 4vs4+4.....	74
Gambar 4.2 : Bentuk Variasi Latihan 4vs4+2.....	75
Gambar 4.3 : Bentuk Variasi Latihan 4vs4+1.....	76
Gambar 4.4 : Bentuk Variasi Latihan 4vs4.....	77
Gambar 4.5 : Bentuk Variasi Latihan 4vs4+2.....	78
Gambar 4.6 : Bentuk Variasi Latihan 4vs3 Dengan Zona Shooting.....	79
Gambar 4.7 : Bentuk Variasi Latihan 5vs3 Dengan Batasan Sentuhan.....	80
Gambar 4.8 : Bentuk Variasi Latihan 2vs2.....	81

Gambar 4.9 : Bentuk Variasi Latihan 4vs4 Dengan Mneggunakan Zona Netral Ditengah.....	82
Gambar 4.10 : Bentuk Variasi Latihan 3vs3+1 Pemain Netral.....	83
Gambar 4.11 : Bentuk Variasi Latihan 3vs3 (Man to Man)	84
Gambar 4.12 : Bentuk Variasi Latihan 5vs5 Dengan Menggunakan Zona Sentuhan.....	85
Gambar 4.13 : Bentuk Variasi Latihan 6vs3 Dengan Batasan Sentuhan.....	86
Gambar 4.14 : Bentuk Variasi Latihan 3vs3.....	87
Gambar 4.15 : Bentuk Variasi Latihan 2vs2.....	89
Gambar 4.16 : Bentuk Variasi Latihan 3vs3+3.....	90
Gambar 4.17 : Bentuk Variasi Latihan 3vs3+2.....	91
Gambar 4.18 : Bentuk Variasi Latihan 4vs2.....	92
Gambar 4.19 : Bentuk Variasi Latihan 6vs3.....	93
Gambar 4.20 : Bentuk Variasi Latihan 8vs4.....	94



THE
Character Building
 UNIVERSITY