

## DAFTAR GAMBAR

	<b>Halaman</b>
Gambar 2.1 Fase Persiapan .....	13
Gambar 2.2 Fase Pelaksanaan.....	14
Gambar 2.3 Fase <i>Follow Through</i> .....	14
Gambar 2.4 Pelaksanaan <i>Overhead Throw</i> .....	19
Gambar 2.5 Gerakan <i>Dumbbell Wrist</i> .....	21
Gambar 2.6 Otot-otot Yang Berkontraksi.....	21
Gambar 3.1 <i>Medicine Ball</i> .....	33
Gambar 3.2 Alat <i>Goniometer</i> .....	33
Gambar 3.3 Test Koordinasi Mata Tangan.....	35
Gambar 3.4 Posisi <i>Free throw</i> .....	36

UNIVERSITAS NEGERI MEDAN  
UNIMED  
THE  
*Character Building*  
UNIVERSITY