

## DAFTAR GAMBAR

Gambar	Halaman
3.1 Posisi Start Lari 50 meter (TKJI, 2010)	53
3.2. Palang Tunggal (TKJI,2010)	54
3.3 Sikap permulaan gantung angkat tubuh (TKJI, 2010)	55
3.4 Sikap dagu menyentuh/melewati palang tunggal (TKJI,2010)	56
3.5 Sikap permulaan baring duduk (TKJI,2010)	57
3.6 Gerakan baring menuju sikap duduk (TKJI,2010)	58
3.7 Sikap duduk dengan kedua siku menyentuh paha (TKJI, 2010)	58
3.8 Papan loncat tegak (TKJI, 2010)	59
3.9 Sikap menentukan raihan tegak (TKJI, 2010)	60
3.10 Sikap awalan loncat tegak dan Meloncat (TKJI, 2010)	61
3.11 Posisi start lari 1000 meter (TKJI, 2010)	62
3.12 Stopwatch Dimatikan Saat Pelari sampaiFinish (TKJI, 2010)	63
4.1 Gambar Histogram Tes Lari 50 Meter Putra	72
4.2 Gambar 4.2 Histogram Gantung Angkat Tubuh 60 detik	73
4.3 Gambar Histogram Tes Baring Duduk 60 detik	75
4.4 Gambar Histogram Loncat Tegak	76
4.5 Gambar Histogram Tes Lari 1000 meter	77