

DAFTAR GAMBAR

	Halaman
Gambar 2.1 posisi badan renang gaya dada	12
Gambar 2.2 Gerakan kaki dalam renang gaya dada.....	14
Gambar 2.3 Gerakan Lengan dalam renang gaya dada.....	16
Gambar 2.4 Rangkaian Renang gaya dada.....	18
Gambar 2.5 Otot Lengan.....	19
Gambar 2.6 Pelaksanaan Latihan.....	33
Gambar 2.7 Pelaksanaan Latihan Tuck Jump.....	36

