

DAFTAR GAMBAR

	Halaman
Gambar 2.1 Lapangan Permainan Bola Voli	9
Gambar 2.2 Sikap Permulaan	11
Gambar 2.3 Gerak Pelaksanaan	12
Gambar 2.4 Gerak Lanjutan	12
Gambar 2.5 Penambahan Beban Secara Bertahap.....	19
Gambar 2.6 Latihan <i>Passing</i> Bawah Statis Ke Dinding	22
Gambar 2.7 <i>Passing</i> Bawah Dengan Perpindahan Posisi (Kanan-Kiri)	23
Gambar 2.8 Latihan <i>Passing</i> Bawah dengan Target Dinding.....	25
Gambar 2.9 <i>Passing</i> Bawah Bergerak Maju-Mundur.....	26
Gambar 2.10 Latihan Reaksi <i>Passing</i> (Pantulan Acak ke Dinding)	27
Gambar 3.1 Tes <i>Passing</i> Bawah.....	39
Gambar 4.1 Diagram <i>Pre-Test</i> Dan <i>Post-Test</i> Hasil <i>Passing</i> Bawah.....	44