

DAFTAR GAMBAR

Gambar 2.1 Berdiri Tegak Menghadap Ring Sambil Memegang Bola.....	20
Gambar 2.2 Menyeimbangkan Badan Dengan Membuka Kaki Selebar Bahu, Sambil Menekuk Kaki 140° dan Condongkan Badan 70°	21
Gambar 2.3 Berkonsentrasi Dan Pandangan Ke Ring.....	21
Gambar 2. 4 Posisi Tangan Dalam Memegang Bola.....	22
Gambar 2.5 Angkat Bola Didepan Atas Kening	22
Gambar 2.6 Meluruskan Kaki Dengan Dorongan	22
Gambar 2.7 Tangan Mendorong Bola Ke Arah Ring Dan Mendorong Bola Ke Ring Dengan Tenaga Secukupnya.	23
Gambar 2.8 Melepaskan Bola Saat Berada Di Atas Kepala.....	23

