

DAFTAR TABEL

Tabel	Hal
1. Rincian kegiatan waktu dan Jenis kegiatan penelitian.....	23
2. Lembar observasi.....	25
3. Hasil <i>pre-test</i> kecepatan 50 M renang gaya bebas.....	31
4. Lembar penilaian observasi I aktivitas latihan atlet	34
5. Hasil penilaian tes kecepatan 50 M renang gaya bebas siklus I	35
6. Lembar penilaian observasi II aktivitas latihan atlet	39
7. Hasil penilaian tes kecepatan 50 M renang gaya bebas siklus II.....	40