

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran	Halaman
1. Lembar Wawancara Atlet	57
2. Lembar Observasi Siklus I.....	58
3. Lembar Observasi Siklus II	59
4. Program latihan Karate Siklus I.....	60
5. Program Latihan Karate Siklus II	64
6. Lembar Penilaian Latihan Kecepatan Tendangan <i>Maegeri Chudan</i> Siklus I.....	68
7. Lembar Penilaian Latihan kecepatan Tendangan <i>Maegeri Chudan</i> Siklus II.....	74
8. Lembar Absen Sampel.....	78
9. Perhitungan Nilai Hasil Tes Pendahuluan Kecepatan Tendangan <i>Maegeri Chudan</i>	81
10. Hasil Tes Pendahuluan Tendangan <i>Maegeri Chudan</i> Atlet Wadokai Sabuk Biru <i>Dojo Capital Karate Club (CKC)</i>	82
11. Hasil <i>Pre-Test/Pra-Siklus</i> Tendangan <i>Maegeri Chudan</i> Atlet Wadokai Sabuk Biru <i>Dojo Capital Karate Club (CKC)</i>	83
12. Tabel Data Hasil Perhitungan Siklus I.....	84
13. Table Data Hasil Perhitungan Siklus II.....	85