

DAFTAR GAMBAR

Gambar	Hal
1. Bagian kaki yang digunakan untuk menendang	21
2. Sikap awal dalam tendangan <i>dollyo chagi</i>	24
3. Kaki sebelum menendang <i>dollyo chagi</i>	25
4. Posisi kaki ketika menendang <i>dollyo chagi</i>	25
5. Posisi badan ketika menendang	26
6. Sikap akhir dalam menendang <i>dollyo chagi</i>	27
7. Aplikasi tendangan <i>dollyo chagi</i> dalam pertandingan	27
8. <i>Circuit Training</i>	31
9. Skema siklus dalam penelitian tindakan olahraga	42

THE
Character Building
UNIVERSITY