

## DAFTAR GAMBAR

Gambar	Halaman
1. Berbagai Bentuk Kuda-kuda Dalam Olahraga Karate.....	9
2. Berbagai Bentuk Tangkisan Dalam Olahraga Karate.....	10
3. Beberapa Bentuk Pukulan Dalam Olahraga Karate.....	10
4. Beberapa Bentuk Tendangan Dalam Olahraga Karate.....	11
5. Tes Kekuatan Otot Lengan.....	25
6. Tes Kekuatan Otot Tungkai.....	26
7. Tes Daya Tahan Otot Perut.....	27
8. Tes Daya Tahan Otot Tungkai.....	28
9. Tes Daya Tahan Otot Kelentukan.....	30
10. Tes Daya Ledak Otot Lengan.....	32
11. Tes Daya Ledak Otot Tungkai.....	34

UNIVERSITAS NEGERI  
SUNDA  
UNIMED  
THE  
*Character Building*  
UNIVERSITY