

DAFTAR GAMBAR

Gambar	Hal
1. Grafik penurunan prestasi Indonesia.....	3
2. Lapangan permainan bulutangkis.....	17
3. Skema tangga.....	21
4. Skema latihan zig-zag.....	25
5. Variasi latihan <i>shadow</i>	26
6. <i>Sircuit training</i>	27

UNIVERSITAS NEGERI MEDAN
UNIMED

THE
Character Building
UNIVERSITY