

DAFTAR GAMBAR

	Halaman
Gambar 1 Lapangan Bola Voli	9
Gambar 2 Bola Voli	10
Gambar 3 Posisi Tangan Saat Melakukan <i>Passing</i> Bawah Bola Voli	11
Gambar 4 Pelaksanaan <i>Passing</i> Bawah	14
Gambar 5 <i>passing</i> bawah ke depan	14
Gambar 6 <i>passing</i> bawah 45 derajat ke depan	15
Gambar 7. <i>Passing</i> bawah di samping badan.....	15
Gambar 8. <i>passing</i> bawah bergerak mundur.....	15
Gambar 9. Grafik penambahan beban latihan.....	18
Gambar 10. <i>passing</i> bawah berjalan dengan target panjang lapangan	21
Gambar 11. Latihan variasi x	22
Gambar 12. Latihan berpasangan melewati net	23
Gambar 13. Sasaran tes <i>passing</i> bawah.....	30

THE
Character Building
UNIVERSITY