

DAFTAR GAMBAR

Gambar	Hal
Gambar 2.1 Gerakan Lanjutan <i>Passing Bawah</i>	13
Gambar 2.2 Latihan Formasi X	16
Gambar 2.3 Latihan Formasi W	18
Gambar 2.4 Penambahan Beban Latihan Secara Bertahap	21
Gambar 2.5 Jenjang Latihan Olahraga	22
Gambar 3.1 Bentuk Tes <i>Passing Bawah</i>	32

THE
Character Building
UNIVERSITY