

DAFTAR GAMBAR

	Halaman
Gambar 2. 1 Cara Melakukan <i>Front cone hops</i>	18
Gambar 2. 2 Cara Melakukan <i>Quick Leap</i>	21
Gambar 2. 3 Otot Tungkai Atas bagian Depan	23
Gambar 2. 4 Otot Tungkai Atas Bagian Belakang.....	23
Gambar 2. 5 Otot Tungkai Bagian Bawah	24
Gambar 2. 6 Otot Tungkai	25
Gambar 2. 7 Lapangan Bola Voli	27
Gambar 2. 8 Cara Melakukan <i>Servis</i>	28
Gambar 2. 9 Cara Melakukan <i>Passing</i>	28
Gambar 2. 10 Cara Melakukan Umpan.....	29
Gambar 2. 11 Cara Melakukan <i>Smash</i>	29
Gambar 2. 12 Cara Melakukan Bendungan	30
Gambar 2. 13 Kerangka Berfikir.....	36
Gambar 3. 1 <i>Vertical Jump</i>	40

