

DAFTAR GAMBAR

Gambar 2. 1: Teknik Tendangan <i>Shooting</i>	11
Gambar 2. 2: Otot-otot Tungkai (Depan dan Belakang).....	14
Gambar 2. 3: Struktur Otot Tungkai Atas.....	14
Gambar 2. 4 : <i>Resistance band leg press</i>	37
Gambar 2. 5 : <i>Resistance band lying leg press</i>	38
Gambar 3. 1: <i>Sekema desain penelitian</i>	44
Gambar 3. 2 :Cara melakukan vertical jump	46
Gambar 3. 3 : Tes Menembak Sasaran (<i>Shooting</i>)	47

